



UNIVERSIDADE DA BEIRA INTERIOR
Ciências Sociais e Humanas

**DIAGNÓSTICO NO FUTEBOL
PARA A OPERACIONALIZAÇÃO DE UMA
PERSPETIVA DINÂMICA:
O Remate no Futebol**

Pedro Miguel Machado Afonso

**Dissertação para obtenção do Grau de Mestre em
Ciências do Desporto
(2º ciclo de estudos)**

Orientador: Prof. Doutor António Manuel Neves Vicente

Covilhã, setembro de 2011

Agradecimentos

Com a realização deste trabalho conclui-se mais um ciclo da minha vida. Pretendo, por isso, referir todos aqueles que me apoiaram e incentivaram, na realização deste estudo. Quero prestar-lhes os meus agradecimentos, por tudo o que fizeram e representam para mim.

Aos meus pais, pelos valores, princípios e apoio que sempre me proporcionaram, apesar do destino da vida nem sempre o possibilitar, pela crença constante no êxito do meu percurso académico e profissional. O meu êxito é o vosso.

À minha irmã, pela companhia no caminho da vida, a caminhada, sem ti, seria bem menos divertida!

À minha Tia Filomena, pelo amor, dedicação e empenho, nos meus primeiros anos de vida, equivalentes aos de uma mãe.

Ao Professor Doutor António Manuel Neves Vicente, orientador do presente trabalho, pelos conhecimentos, ensinamentos e conselhos transmitidos, bem como pela disponibilidade e eficiência que demonstrou em todos os momentos.

Aos Professores Bruno Domingos e Marco Pereira, bem como aos desportistas da Associação Académica de Coimbra que participaram na realização do estudo, pela disponibilidade e empenho na sua realização.

Aos restantes familiares, amigos, professores e treinadores que fizeram e fazem parte da minha vida, a quem agradeço todos os momentos passados e a quem devo tudo que aprendi.

A todos Obrigado

Pedro Afonso.

Resumo

Este trabalho debruçou-se sobre a problemática do diagnóstico no futebol enquanto processo que permite uma avaliação das capacidades e potencialidades dos indivíduos considerando os rendimentos possíveis e desejáveis.

Após uma revisão bibliográfica sobre o tema, levantou-se a problemática sobre o quadro de referência em que nos devíamos situar para o desenvolvimento do estudo tendo-se comparado duas perspectivas distintas e os rendimentos possíveis de obter.

Assim, num primeiro momento, foi desenvolvida uma revisão sobre processo de diagnóstico enquadrado numa perspectiva estática (Periodização Tática), recorrendo a pesquisa bibliográfica e entrevista a técnicos que a operacionalizam, procurando entender os seus princípios e operacionalização, para posteriormente se proceder a uma análise crítica dos processos. Concluindo-se que o diagnóstico nesta perspectiva assenta essencialmente nos princípios que o treinador pretende refletir em jogo e numa qualificação pessoal deste, segundo umas características pré estabelecidas.

Num segundo momento, como proposta alternativa, enquadrando-nos num quadro de referência dinâmico, analisámos o processo de diagnóstico e algumas propostas que poderão dar respostas às lacunas identificadas. Tendo por base uma concepção de conjectura/refutação assente num quadro Popperiano, operacionalizámos o estudo focando o diagnóstico no remate no futebol. Analisámos a influência da oposição no remate de forma a permitir determinar um conjunto de características essenciais para a correta caracterização do futebolista. Equacionou-se uma situação que solicitasse os comportamentos adjacentes a um remate sobre pressão procurando quantificar a velocidade de deslocamento, precisão de remate e tomada de decisão de cinco amostras, que teriam como tarefa rematar a um alvo colocado a 16,5 metros e com um limite de dez metros para a realização de ação. Verificámos conforme equacionado na conjectura que o cruzamento de dados e interpretação destes possibilita a identificação de características do indivíduo, como o considerar ou não o seu oponente na sua tomada de decisão o cumprimento do objectivo proposto.

Concluimos assim que é possível operacionalizar o diagnóstico numa perspectiva dinâmica obtendo informação sobre os futebolistas para intervir de uma forma mais rentável no treino.

Palavras-chave

Futebol, Diagnóstico, Remate, Pressão, Treino, Periodização Tática, Perspetiva Estática, Perspetiva Dinâmica.

Abstract

This work was focused on the problem of diagnosis in football as a process that allows an assessment of the capabilities and potential of individuals considering the possible and desirable income.

After a literature review on the subject, the question arose about the framework in which we should place the development of the study, being compared with two different perspectives and income possible to obtain.

Therefore, in a first moment, it was developed a revision about the diagnosis process framed in a static perspective (Tactical Periodization), using literature and interviews to technicians that operationalize it, trying to understand its principles and operation, and later carry out a review of processes. It was concluded that the diagnosis in this perspective is based essentially on principles intended to reflect the coach in a game and this personal qualification, according to some pre-set features.

In a second moment, as alternative proposal, framing it in a dynamic framework, we examined the diagnostic process and some proposals that may provide answers to the shortcomings. Having as a base a conception of conjecture / refutation based on a Popperian framework, we operationalized the diagnostic study focusing on the shot in football. We examined the influence of the opposition in order to allow the shot to determine a set of basic features for a correct characterization of the football player. It was evaluated a situation requesting the behaviour adjacent to a shot under pressure trying to quantify the travel speed, precision of shooting and decision making of five samples, which would have the task of shooting at a target placed at 16.5 meters and a limit of ten meters to the completion of action. According to what was analysed in the conjecture, we verified that the intersection of data and their interpretation, allows the identification of the individual, as the considering whether or not its opponent in the decision making to achieve the objective proposed.

We conclude that it is possible to operationalize the diagnosis in a dynamic perspective on obtaining information about the football players to intervene in a more profitable practice.

Keywords

Football, Diagnosis, Finishing, Pressure, Training, Tactical Periodization, Prospective Static, Dynamic Perspective.

Índice

Agradecimentos	III
Resumo	V
Abstract	VII
Índice	IX
Lista de Figuras	XII
Lista de Tabelas	XIII
Lista de Acrónimos	XV
1 Introdução	1
2 Revisão Bibliográfica	8
3 Definição do Problema	16
4 Metodologia	20
5 Pressupostos do diagnóstico segundo a periodização tática-Análise de uma perspectiva estática	23
5.1-Enquadramento	23
5.2-Sistematização do treino segundo a Periodização Tática	24
5.2.1-Morfociclo padrão com um jogo por semana (de domingo a domingo)	29
5.3-Entrevista e documentos na compreensão dos pressupostos para estruturação do diagnóstico segundo a Periodização Tática	32
5.4-Apresentação de Resultados da Entrevista	32
5.5-Apresentação da Ficha Perfil-Competências	34
5.6-Análises e discussões	36
5.7-Conclusões Intercalares	41
6 Pressupostos para a estruturação do diagnóstico segundo uma perspectiva dinâmica	43
6.1-Diagnóstico no remate sobre pressão no futebol	43
6.1.1-Definição de Pressão	47
6.2- Definição de uma conjetura para a operacionalização do diagnóstico numa perspectiva dinâmica	50
6.2.1-Definição de uma situação experimental para a operacionalização do diagnóstico segundo a perspectiva dinâmica	54
6.3-Situação experimental	62
6.3.1-Participantes	62
6.3.2-Materiais	62
6.3.3-Desenho experimental e procedimentos	63
6.3.4-Variáveis de Controlo	64
6.3.5-Medições das Variáveis	64
6.3.6-Tratamento estatístico	66
6.4-Resultados	66

6.4.1- Apresentação dos resultados	66
6.4.1.1- Variáveis de caracterização da precisão de remate sem pressão	66
6.4.1.2- Variáveis de caracterização da precisão de remate com pressão	67
6.4.1.3- Variáveis de caracterização da precisão de remate com e sem pressão	68
6.4.1.4- Tomada de decisão	70
6.5- Discussão dos resultados	71
6.6- Implicações e recomendações para o treino (microgestão)	80
6.7- Limitações do Estudo	85
7 Conclusões	86
8 Futuras Linhas de Investigação	88
9 Bibliografia	89
10 Anexos	93
10.1- Anexo 1- Entrevistas	93
10.2- Anexo 2- Ficha de diagnóstico (I. Identificação)	109
10.3- Anexo 3- Ficha de diagnóstico (II. Situação Desportiva)	109
10.4- Anexo 4- Ficha de diagnóstico (III. Dados Estatísticos Referentes ao treinos e a competição)	109
10.5- Anexo 5- Ficha de diagnóstico (IV. Dados Antropométricos do atleta)	110
10.6- Anexo 6- Ficha de diagnóstico (V. Situação clinica)	110
10.7- Anexo 7- Ficha de diagnóstico (VI. Apreciação anual do jogador)	111
10.8- Anexo 8- Ficha de diagnóstico (VII. Registo de aspetos pertinentes relativos ao jogador)	111
10.9- Anexo 9- Ficha de perfil (Competências do Atleta)	111
10.10- Anexo 10- Ficha de perfil (Dados Desportivos)	112
10.11- Anexo 11- Ficha de perfil (Dados Maturacionais)	112

Lista de Figuras

Figura 1 – Simplificação do fenómeno de pressão externa física

Figura 2 – Representação de pressão partindo o defesa de posição frontal (frente)

Figura 3 – Representação de pressão partindo o defesa de posição frontal (trás)

Figura 4 – Representação de pressão partindo o defesa de posição lateral

Figura 5 – Situação de medição da precisão do atacante sem pressão

Figura 6 – Representação da situação prática de remate sobre pressão

Figura 7 – Situações 1 e 2

Lista de Tabelas

Tabela 1 – Valores médios das variáveis que caracterizam a precisão

Tabela 2 – Valores médios dos remates sobre pressão

Tabela 3 – Tomada de decisão sobre pressão

Lista de Acrónimos

DR	Distância de Remate
DP	Distância Percorrida
AS	Ângulo de Saída
V	Velocidade do Atacante
V´	Velocidade do Defesa
T	Tempo da Ação do atacante
T´	Tempo da Ação do defesa

Capítulo 1

Introdução

A competitividade (entendida como a capacidade em lograr um objetivo com mais êxito do que os outros competidores) e rentabilidade (relação dinâmica entre os capitais investidos e os lucros obtidos) são dois fenómenos adjacentes aos seres vivos; Desde o início da vida na terra onde os primeiros seres (Procariontes) competiam para o povoamento dos diversos ecossistemas, (como rege a teoria de Charles Darwin, os mais adaptáveis e rentáveis, nas novas condições, serão aqueles com maior probabilidade de sobrevivência), até atualmente as formas mais publicitadas, como no mercado, no emprego e sobretudo no desporto.

Na procura de melhorar a qualidade de vida, o Homem levou à conceção, invenção de ferramentas e utensílios de forma a aumentar a produtividade (capacidade dos fatores de produção para criar produto) e rentabilidade do esforço humano. Desde as pedras e paus utilizados pelo primeiro Hominídeo, até às mais sofisticadas ferramentas, utilizadas nos laboratórios de topo de investigação, o objetivo é congruente: procurar executar com menos esforço e menor custo as mais diversas tarefas obtendo os melhores resultados possíveis. No desporto, mais concretamente no Futebol, atividade social por excelência, estes fenómenos também se verificam.

No surgimento do futebol, a prática era feita muitas das vezes descalça pontapeando a pele de um animal ou um conjunto de trapos, muito longe das atuais bolas e botas de futebol construídas com recurso a alta tecnologia, tudo em prol de um melhor rendimento.

Mas a criação de instrumentos (essencialmente materiais) por si só não resolve os problemas; o conhecimento na forma de os utilizar é o fator determinante para que estes ganhem funcionalidade e pertinência na transformação do contexto. É, no fundo, da dialética entre os instrumentos materiais e conceptuais que poderemos resolver os problemas de uma forma mais rentável.

Mas, atualmente, o juntar informações só por si já não basta: é necessário que estas tenham um sentido, uma funcionalidade, caso contrário, continuaremos a ser meros recipientes de conhecimento.

“Mais do que saber “de cor e salteado” um conjunto de informações que se podem tornar úteis em alguns momentos, o importante é a compreensão da funcionalidade, é o conhecimento funcional dos fenómenos.” (Vicente, 2007:3).

Não queremos com isto dizer que se deve evitar a acumulação de conhecimento, pelo contrário. Chamamos sim a atenção para a necessidade de se passar de uma visão empirista¹, que evoluiu para um empirismo lógico², para uma noção de ciência³ atual, tal como nos é proposta por autores como Karl Popper, por exemplo.

Este autor confere uma noção de ciência com base em conjeturas e refutações, baseando-se no princípio de falseabilidade, em que as afirmações científicas não são a afirmação daquilo que é, mas a afirmação daquilo que jamais se evidenciou o contrário. Assim, a veracidade das hipóteses a serem confirmadas como fundamento de uma teoria científica, é exatamente aquela que tem de ser confirmada pela experimentação e observação de fenómenos, tem de ser alicerçada na veracidade empírica, ou seja, tem que resultar em causas e fenómenos detetáveis.

No desporto, tal como na sociedade, assistimos a esta mesma necessidade de transformação, fazendo uma rotura com um passado, com uma perspetiva que, embora possibilitasse resolver inúmeros problemas, está hoje obsoleta não permitindo responder, de forma aceitável, às exigências e necessidades atuais e futuras.

A compreensão da funcionalidade dos fenómenos associados ao desporto é cada vez mais uma exigência e tanto maior quanto maiores os capitais investidos. E o futebol não é exceção. Este “*é o fenómeno desportivo do século XX e a sua devastadora popularidade não mostra o menor sinal de declínio*” (Morris, 1981:14). É inegável o impacto social, mas também económico e financeiro deste desporto e a forma como o mesmo tem vindo a evoluir nos últimos anos. Veja-se, por exemplo, que “*the combined revenues of the top 20 Money League clubs surpassed € 4 billion for the first time in 2009/10*” (The Untouchables Football Money League, 2011)

Mas também no futebol tem-se assistido a inúmeros desperdícios de capitais, pondo em causa a sua competitividade e rentabilidade na gestão⁴ da actividade; tanto ao nível macro (mais relacionada com gestão dos processos que envolve o clube e o ambiente onde se encontra), com grandes investimentos em infraestruturas que muitas vezes não conhecem o retorno exigido, como a nível micro (mais relacionada com a gestão do treino no dia a dia, na potencialização das capacidades dos jogadores), com uma considerável fatia do orçamento dos clubes remetidos às condições de

¹ **Visão Empirista.** Diz-se qualquer doutrina ou ciência que assenta na experiência, sem olhar ao raciocínio e à teoria. (Grande Enciclopédia Portuguesa e Brasileira, volume IX, pag 607)

² **Empirismo Lógico.** Sistema filosófico considerando como excludor de toda a teorização metafísica e como confinando-se no “positivismo” conhecimento dos factos; além disso, como antagónico de toda tendência «negativista» e de carácter essencialmente construtivo. Pretendia reduzir o conhecimento do universo a termos experienciais. (Grande Enciclopédia Portuguesa e Brasileira, volume XXII, pag 901)

³ **Noção de Ciência.** Conjunto de conhecimento explicado, relacionados e sistematizados, e são essa explicação, essa relação e essa sistematização que caracterizam o conhecimento científico...o que distingue uma ciência de outra ciência não é a natureza dos objectos que estuda, mas o ponto de vista sob o qual os estuda. (Grande Enciclopédia Portuguesa e Brasileira, volume VI, pag 755)

⁴ **Gestão.** É o processo levado a cabo por um ou mais indivíduos, de coordenação das actividades de outras pessoas, com vista a alcançar resultados que não seriam possíveis pela acção isoladas de uma pessoa (Donnelly, Gibson e Ivancevich, 2000)

treino, tempo de treino, jogadores e *staff* técnico que nem sempre são rentabilizados como poderiam.

Ao nível micro, veja-se como, por exemplo, quando a realização de um exercício de treino não vai ao encontro das necessidades dos desportistas, rendibilizando e potencializando ao máximo as suas capacidades, e é repetido treino após treino, vai, sem dúvida, constituir um desperdício de recursos (que se tenderão a acumular em função das horas de treino desperdiçadas, não rendibilizadas ao máximo), pondo desta forma em causa a rentabilidade dos capitais investidos (tempo, materiais, equipamentos, ordenados dos jogadores e técnicos, etc.).

Mas é preciso compreender como chegamos até às respostas que temos hoje de forma generalizada no desporto para que possamos entender as alternativas possíveis. Tempo houve onde a separação entre o corpo e a mente permitiu desenvolver um conjunto de capacidades físicas que possibilitou posteriormente uma massificação de exercícios de treino essencialmente de base fisiológica, iguais para todas as pessoas independentemente da sua idade, género, capacidades ou potencialidades.

Atualmente, o treino é ainda, de uma forma geral, fluentemente operacionalizado com base numa filosofia cartesiana, onde o desportista é visto como um conjunto de “partes” possíveis de serem “desmanteladas” e trabalhadas independentemente umas das outras, para no final as voltar a unir na esperança de poder assim obter os melhores resultados.

Nesta perspetiva, o treino é orientado segundo as características de um jogador modelo (normalmente um campeão) segundo o qual as suas capacidades são consideradas referenciais para o alcançar de objetivos naquele desporto em concreto. Todos os que desejam ser bons naquele mesmo desporto devem tentar imitar com tanta perfeição quanto possível o campeão. O treino pretende assim formar novos campeões iguais ao anterior ou atual por imitação, por repetição de um conjunto de exercícios que tiveram resultado num passado com um determinado desportista e que lhe terá, eventualmente, permitido obter bons resultados.

Assim o treino prescrito para a obtenção do objetivo proposto, teria como base as características do jogador modelo, sendo o treino idêntico para todos os futebolistas.

“O “treino” era nesta altura igual para todos os jogadores: todos repetiam, de uma forma mecanicista, padronizada, os gestos que os treinadores pretendiam ver no jogo de Domingo. Os jogadores corriam todos ao mesmo ritmo (o ritmo do mais lento que na maioria das vezes era do próprio treinador), durante o mesmo tempo sem que alguém estivesse efetivamente a treinar, a melhorar (a não ser o próprio treinador?!...)” (Vicente, 2005:9).

Esta visão surge essencialmente por razões históricas. *“O desporto moderno é o resultado de um conjunto de processos sociais, decorrentes de um período histórico específico. O futebol floresceu*

próximo dos centros urbanos e industriais, foco da expansão de uma economia capitalista caracterizada por uma complexa divisão social do trabalho” (Neves, J; Domingos, N. 2004:25).

Muito devido à influência da corrente da época, o Homem era parte integrante, “peça” de uma linha de montagem, onde era treinado para a execução de tarefas simples, facilitando a sua substituição em caso de algum contratempo.

“O ensino em massa foi a máquina engenhosa criada pelo industrialismo para arranjar o género de adultos que precisava” (Toffler, 1970:393).

O jogo de futebol numa ascendente relevância como fenómeno social adotou paralelamente a indústria contemporânea, a mesma forma de “produzir” o género de jogador que se precisava, para o tipo de futebol da época. O desportista passou a ser treinado segundo uma forma mecânica de jogar, de forma coerente com os processos em vigor na sociedade em que se enquadrava. Compreendemos hoje que este tipo de processos, por muitas vantagens que teve (e na época seria o melhor que se poderia fazer face ao conhecimento e instrumentos materiais e conceptuais disponíveis), não respondia às reais necessidades dos indivíduos, estando a treinar aspetos que visavam formar uma pessoa igual a todas as outras mas que não lhe possibilitavam obter o maior rendimento possível do seu desempenho desportivo.

“Atualmente, e embora a tendência dominante ainda reflita muitos dos aspetos marcantes da era industrial, já se percebeu que massificar comportamentos não é a melhor maneira de formar pessoas para uma nova sociedade que emerge.” (Vicente, 2007:4).

O facto desta visão cartesiana já não dar respostas satisfatórias, devido a evolução da sociedade bem como dos problemas a ela inerente, perdendo a rentabilidade que outrora esta visão lhe era característica, resultou numa crise de paradigma, criando as condições ideais para a imersão de um novo, que visa dar resposta às limitações do precedente.

“Quando as estruturas sociais e padrões de comportamento se tornam tão rígidos que a sociedade não pode mais adaptar-se a situações cambiantes, ela é incapaz de levar avante o processo criativo da evolução cultural. Entra em colapso e finalmente desintegra-se” (Capra, 1982:26)

Surge assim o paradigma da complexidade, visando dar resposta aos problemas em causa, constituindo-se este como *“(...) um tecido (complexus: o que é tecido em conjunto) de constituintes heterogéneos inseparavelmente associados: coloca o paradoxo do uno e do múltiplo (...), a complexidade é efetivamente o tecido de acontecimentos, ações, interações, retroações, determinações, acasos, que constituem o nosso mundo fenomenal” (Morin, 1990:17/19)*

Dá-se assim uma rutura, rutura esta que surge, tal como defendido por Thomas Khun, quando *“guiados por um novo paradigma, os cientistas adotam novos instrumentos e orientam o seu olhar em novas direções. E o que é ainda mais importante: durante as revoluções, os cientistas veem coisas novas e diferentes quando, empregando instrumentos familiares, olham para os mesmos pontos já examinados anteriormente.”* (Khun, 2001:145).

As Ciências do Desporto sofreram igualmente essa renovação de pensamento, com a reestruturação da visão sobre o objeto de estudo, assim como tudo que esteja adjacente a este. Mas como é habitual, a novidade nem sempre é bem aceite, muitas vezes é recebida com resistências pelos mais pragmáticos.

Sobre este assunto o Professor Vicente refere: “A resistência a mudança, quer pelos hábitos instalados, pela dificuldade em vencer a inércia ou até pela necessidade de alguns continuarem a viver do passado, da visão que foi certa mas que deixou de ser a mais rentável dificulta a mudança de paradigma e como tal, o aumento do rendimento face à resolução dos problemas decorrentes” (Vicente, 2007:15).

Quando passamos de uma perspetiva que visa a massificação de gestos, comportamentos, para uma outra onde o importante é a individualidade, onde se pretende que cada indivíduo possa desenvolver e explorar as suas capacidades com o maior rendimento possível, deparamo-nos com uma necessidade inicial, conhecê-lo, pois sem um conhecimento do indivíduo não é possível individualizar.

O diagnóstico, ferramenta preponderante num desporto atual, não é exceção, e a reformulação deste quer conceptualmente quer com a conceção de novos instrumentos é inevitável com a passagem da massificação de comportamentos, para a sua individualização, ganhando o diagnóstico pertinência.

É o diagnóstico que nos permite identificar adequadamente os pontos fortes e menos fortes de cada desportista, permitindo-nos um melhor ajuste do programa de treino às reais necessidades deste. Consequentemente a essa alteração de fundamentos de base da ciência, os processos de diagnóstico terão forçosamente de ser alterados ou reestruturados.

O diagnóstico depende essencialmente dos princípios de observação do indivíduo que o pretende executar. Tomando como exemplo, três indivíduos com profissões bem distintas, cabeleireiro, alfaiate e treinador de futebol. Caso fosse pedido a estes, a elaboração de um diagnóstico, teríamos como resultado três relatórios bem distintos: um focando provavelmente o penteado dos jogadores, outro referenciando as formas e cores do equipamento de cada jogador, e por último, o treinador tentando referenciar os princípios de jogo, pelos quais os jogadores se regem, e as competências individuais de cada jogador.

A mesma lógica se verifica numa equipa técnica de um plantel de futebol. O “preparador físico” recolherá dados de um ponto de vista de variáveis fisiológicas, com auxílio a inúmeras ferramentas de diagnóstico; medidores de frequência cardíaca, podómetros, medidores de lactato entre outros. Já os psicólogos executarão o diagnóstico das diversas variáveis psicológicas, com recursos a inúmeros questionários e técnicas de observação.

No entanto, os dados que têm vindo a ser colhidos por treinadores são-no ainda de forma muito subjetiva (e a “olhometro”, se a expressão nos é permitida), muito devido ao quadro de referência dominante e ao pouco conhecimento das variáveis inerentes ao jogo, causando erros no diagnóstico, ou mesmo incapacidade ir além de análises como, por exemplo, “O jogador A ataca bem”, ou ainda “O jogador B tem um bom poder de finta”. Mas não podemos aceitar que se possa recolher um conjunto de dados sobre os jogadores ou qualquer desportista para que possamos afirmar que se realizou um diagnóstico. O quadro de referência dinâmico e um conhecimento que tenha em conta a complexidade e uma noção de Homem holístico são vetores essenciais para a realização de um diagnóstico de qualidade, visando uma intervenção rentável face às características e capacidades de cada jogador rendibilizando-as ao máximo em cada momento.

Neste sentido, e situando-se numa perspetiva dinâmica, utilizaremos como referencial a Taxonomia das Atividades Desportivas proposta por Fernando Almada. Segundo o autor: *“O “Modelo das Atividades Desportivas Coletivas” é caracterizado por solicitar comportamentos de diálogo entre os diferentes desportistas através da interação, não só da mesma equipa, como com a equipa adversária e, inclusivamente, com o próprio público que assiste a estas atividades desportivas.”* (Almada, 1999).

Mais do que recolher um conjunto de dados do jogo e organizá-los de forma a dar suporte às ilações que pretendemos tirar, teremos que procurar explicações para o comportamento manifestado pelos jogadores durante os jogos, de forma identificarmos problemas e potencialidades, para de seguida prescrevermos os exercícios mais adequados ao desenvolvimento do futebolista e assim tomarmos as devidas decisões em tempo útil, seja no processo de treino, seja em competição.

O processo de diagnóstico no desporto é equiparado ao executado pela comunidade médica, de forma a prescrever o medicamento mais adequado para poder tratar os doentes. Neste processo, e depois de feito o levantamento da história clínica do paciente, caso seja necessário, este pode ser submetido a um conjunto de exames (radiografias, análises sanguíneas, análises de urina, etc.), onde os dados são depois analisados para que se possa identificar a patologia de que este pode padecer a fim de ser possível prescrever o fármaco mais adequado.

O processo de diagnóstico no desporto, segundo uma referência de quadro dinâmico, permite-nos uma maior rentabilidade do investimento assim como dos resultados obtidos. Permite-nos, segundo Almada (1999) uma *“...maior fineza e precisão a nível dos meios de diagnóstico e controlo,*

capacidade de manipulação, integração e tratamento de um maior número de dados...”, assim como uma “...redução dos custos de utilização...”.

Pretendemos assim neste trabalho, seguindo uma noção de ciência assente em conjeturas e refutações tal como proposto por Karl Popper, e tendo por base uma visão dinâmica e funcional do Homem que nos permite uma melhor compreensão da sua atividade desportiva, compreender os aspetos funcionais do Homem no desporto, em especial no futebol, visando contribuir para o desenvolvimento do diagnóstico criando conhecimento que permita intervir no treino de uma forma mais rentável sabendo que “tudo o que podemos fazer é analisar autocriticamente as nossas próprias teorias, as teorias que nos próprios criamos, e experimentarmos nós mesmos destruí-las, refutá-las.” (Popper, 1990).

Capítulo 2

Revisão Bibliográfica

As grandes quantidades de recursos investidos no desporto, e no futebol em particular, tornam-no uma atividade de grande pertinência na nossa sociedade, como se constata pela leitura do excerto que se segue.

“The 20 Money League clubs’ collective broadcasting revenue is now almost €1.9 billion, and at 44% is comfortably the greatest contributor to total revenue” (The Untouchables Football Money League, 2011).

O desporto é um instrumento de formação do Homem, que procura transformá-lo, e, por consequência, altera, também, a sociedade onde se enquadra, sendo o homem, ainda, influenciada por esta. Isto mesmo se depreende da leitura do seguinte excerto.

“O Desporto é uma atividade cultural que, praticada justa e equitativamente, enriquece a sociedade, assim como as relações entre as nações. O desporto é uma atividade que permite a cada um conhecer-se melhor, exprimir-se e realizar-se, conseguir êxitos pessoais, desenvolver e mostrar capacidades; é também um momento de vida social, fornecendo prazer, saúde e bem-estar. O desporto encoraja o processo de responsabilização e integração na sociedade e contribuir para o desenvolvimento da comunidade” (Preâmbulo da Declaração de Brighton sobre as Mulheres e o Desporto 1994).

A correta operacionalização do desporto irá proporcionar uma correta formação do Homem, no entanto, o inverso é igualmente válido. Como tal existe no processo de treino, que assenta no objetivo de se perceber quais as necessidades do desportista, para posteriormente intervirmos da forma mais rentável, e evitarmos a (de)formação como resultado da prática desportiva.

Na operacionalização do treino desportivo existem diversas metodologias de treino. Centrar-nos-emos, de uma forma muito simplificada, em duas correntes: Por um lado, podemos considerar «o paradigma da simplicidade» definido segundo Edgar Morin como o “...império dos princípios de disjunção, de redução e de abstração...” que defende a separação do Homem na sua parte física e intelectual. Continuando com Morin, “Descartes formulou este paradigma mestre do Ocidente, ao separar o sujeito pensante (*ego cogitans*) e a coisa extensa (*res extensa*)”. Por outro lado, temos o «paradigma da complexidade» definido segundo Morin como “um tecido (*complexus*: o que é tecido em conjunto) de constituintes heterogêneos inseparavelmente associados”. Neste sentido, notamos que o todo é mais que a soma das partes e onde esse Homem interage com o contexto modificando-se e modificando-o na sua busca incessante rumo à transcendência. Estes diferentes “olhares” sobre o corpo humano proporcionam diferentes modos de orientações na atividade desportiva.

As metodologias de treino assente num paradigma simplista são atualmente as mais utilizadas no treino de muitas modalidades desportivas, inclusive no futebol. Esta preferência advém essencialmente da noção de desporto como hoje a conhecemos, que remonta à sua origem. O futebol moderno, tal como o conhecemos atualmente, teve origem no século XIX, em Inglaterra, em plena revolução industrial, como já referido anteriormente. *“O futebol floresceu próximo dos centros urbanos e industriais, foco da expansão de uma economia capitalista caracterizada por uma complexa divisão do trabalho”* (Domingos, N. 2004).

Esta divisão do trabalho teve um enorme peso na organização do jogo, com equipas muito organizadas, com tarefas bem definidas para cada elemento, à semelhança do que se passava nas linhas de montagem das fábricas na época.

Como nos diz Vicente: *“Cada jogador tinha a sua posição bem definida na equipa, estando cada equipa organizada de forma a poder responder de uma forma “estruturada” á equipa que defrontava, como se de um jogo de fábricas se tratasse (e na essência era mesmo, pois não era por acaso que os “donos” dos clubes de futebol eram, e muitos ainda hoje são, também os proprietários das fábricas) ”* (Vicente, 2005:7).

O treino, nessa altura, era um processo equiparado a uma linha de montagem, o treinador procurava formar todos os desportistas segundo um padrão ideal, normalmente o de um desportista que tenha obtido um bom desempenho. Através do treino procurava-se criar uma “cópia” desse indivíduo. Face à execução de um determinado gesto técnico executado pelo desportista “modelo” os objetivos de treino, para os restantes, seriam reproduzir esse gesto técnico até obterem sucesso.

Adjacente a esta visão do homem e processos dominantes na época, surgem métodos de operacionalização do treino desportivo privilegiando a condição física como forma de obtenção de um maior rendimento desportivo.

Com a evolução dos métodos de treino, e em resposta a uma necessidade de organização do treino dos desportistas ao longo do tempo visando prepará-los para competições futuras, surge a Periodização Convencional. Segundo Alves. B (2006), cit. por Barbosa (2008), relativamente à Periodização Convencional existe um estudo realizado por Martins (2003), que identifica duas tendências: uma tendência procedente do Leste da Europa e outra do Norte da Europa. O mesmo autor, citando Oliveira, G. *“...a tendência de leste da Europa fomenta a dimensão física, vista de forma abstrata, como dimensão prioritária para o rendimento desportivo, quer da equipa quer do jogador...”* (2004). Alves (2006), cit. por Barbosa (2008) *“afirma tendência oriunda do norte da Europa elege a dimensão física como a de maior importância no desempenho do jogador e da equipa. No entanto, já reconhece-se que a dimensão deve ser tratada consoante a especificidade da modalidade e que em alguns momentos do treino esta deve ser treinada através dos exercícios específicos da modalidade.”*

Numa primeira abordagem, Lev Pavlovich Matveev abordou o treino expondo como principal componente a treinar os aspetos físicos, fazendo alguma referência às restantes componentes, mas destacando como principal fator de rendimento desportivo os aspetos físicos. Para Matveev *“ainda que a periodização possui como objetivo proporcionar ao atleta nas competições a forma desportiva, que é o estado no qual o atleta está preparado para a obtenção de resultados desportivos. Este fenómeno é polifacetado, composto pelo aspeto físico, psicológico, técnico e tático para obtenção dos resultados, sendo somente com a existência de todos estes componentes possível à afirmação que o atleta se encontra em forma.”* (1997:69).

Outra variante desta forma de pensar sobre as metodologias de treino, foi desenvolvida por Tudor Bompa, e assenta na preparação física como principal fator de treino, inicialmente aplicadas a modalidades cíclicas, complementada posteriormente com a necessidade de treinar outros aspetos da modalidade, resultando numa preparação física integrada, onde a preparação tradicional é “disfarçada” com recurso a utilização de bola de futebol, procurando através de ações, ou gesto observado em jogo, reproduzi-los em treino.

Em ambos os casos procura-se formar o indivíduo segundo padrões, o treino é feito com base no gesto “técnico” (saída motora), desprezando outros elementos antecedentes e constituintes desses mesmos gestos, como as entradas sensoriais (recolha de informações) e a tomada de decisão (escolha da resposta), de forma a dotar os indivíduos com um conjunto de características iguais, seguindo uma lógica de massificação tal como apresentado anteriormente.

Mais recentemente, e porque se compreendeu que o futebol não é apenas fisiológico, mas que os desportistas têm um conjunto de problemas a que tem de dar resposta, surge uma nova forma de encarar o jogo que coloca o ênfase nos aspetos táticos do mesmo, denominada “Periodização Tática”, entendendo estes aspetos como os principais a serem treinados para que os jogadores possam resolver os problemas que o jogo lhes coloca.

A periodização tática não é mais que uma metodologia de treino que procura planificar/periodizar um conjunto de comportamentos táticos. Tem como valência máxima o “jogar” que uma equipa pretende reproduzir na competição. Isto é, um modelo de jogo que se assume como guia de todo o processo, produzindo um “moldar” através dos princípios⁵, subprincípios⁶ e sub-subprincípios⁷ de jogo que o formam, conseguindo alcançar uma adaptação específica e de qualidade ao respeitar os princípios metodológicos que o sustentam.

Segundo Mourinho (2001), cit. por Barbosa (2008), a periodização é *“Aspeto particular da programação, que se relaciona com uma distribuição no tempo, de forma regular, dos*

⁵ **Princípios.** São comportamentos Gerais do «jogo» que o treinador cria. (Tamarit, X., 2009)

⁶ **Subprincípios.** São comportamentos específicos do «jogo». (Tamarit, X., 2009)

⁷ **Sub-Subprincípios.** São comportamentos mais específicos do «jogo». (Tamarit, X., 2009)

comportamentos táticos de jogo, individuais e coletivos, assim como, a subjacente e progressiva adaptação do jogador e da equipa a nível técnico, físico, cognitivo e psicológico".

Segundo esta visão do treino, o foco atencional da metodologia passou da componente física, para uma abordagem tática, onde o principal fator de treino seria a assimilação de um conjunto de princípios, subprincípios e sub-subprincípios de jogo.

Os pressupostos de treino em que as diversas metodologias se alicerçam definem as variáveis a ter em conta na operacionalização do treino bem como os processos que os sustentam. Em ambas as propostas apresentadas há um foco primordial sobre um fator (físico ou tático) que vai determinar o foco do trabalho a desenvolver independentemente dos indivíduos que se possa ter para treinar. As metodologias minorizam a individualização e o trabalho específico, apresentando um conjunto de aspetos a ter em conta para operacionalizar as mesmas que serão idênticos para indivíduos com características, capacidades ou potencialidades diferentes, indo assim ao encontro de uma massificação de comportamentos que se desejam iguais para todos. (Por exemplo, existe uma orientação no sentido de promover uma boa capacidade aeróbica para todos os jogadores ou, na periodização tática, um mesmo domínio dos princípios para todos os jogadores).

O diagnóstico definido, segundo Vicente, como “ *Um instrumento que permite identificar, através dos sintomas dos dados evidenciados, uma doença, um problema ou uma “anormalidade”, (2005:28)* deixa aqui de ter sentido. A caracterização da pessoa não tem valor, segundo esta perspetiva, pois o que se pretende é formar uma pessoa “modelo” com determinadas características já estereotipadas que saiba dar as respostas padronizadas pretendidas.

Numa perspetiva estática, o diagnóstico consiste numa recolha de dados com o objetivo de comparação entre desportistas que se pretende treinar e aqueles considerados de elite.

Na prática é medida uma determinada variável (variável x), caso o desportista de elite consiga obter 50 unidades da variável x, enquanto o desportista que pretendemos treinar apenas obteve 30 unidades, então este teria que treinar de modo a conseguir obter os mesmos valores que o primeiro, e assim obter o mesmo rendimento que este.

“O diagnóstico, numa quadro de referencia estático, é utilizado, principalmente para que se possam recolher dados, o máximo de dados possíveis, sendo que estes dados, na grande maioria das situações, são utilizados para comparar a pessoa com a normalidade, processos estes que se assemelha a visão da era industrial onde não se considerava, na generalidade das situações, como individualidade que era necessário potenciar, pretendendo-se que este fosse mais uma pessoa igual a todas as outras, que fosse mais uma “peça” que pudesse facilmente substituir ou ser substituível na grande “máquina social” (Vicente, 2005:48).

Longe vai a época da revolução industrial e desta forma de indústria. Atualmente são poucas as empresas que utilizam “mão de obra” nas linhas de montagem, estas passaram a ser fortemente robotizadas. Robots que permitem um maior rendimento, funcionam 24H por dia, com um baixo custo de manutenção, sem baixas por doenças, gravidezes, e outros “inconvenientes” que o ser humano acarreta, libertando este para outras funções.

Assim a “força humana” deixou de ter o mesmo valor que noutra época, passando a ser valorizada, a capacidade de operacionalizar máquinas, de as construir, de as corrigir, de as reparar e reestruturar. Com essa nova necessidade deixou de fazer sentido a formação impingida até então. Não estaremos mais a formar um Homem para uma linha de montagem, nem para a operacionalização de tarefas simples, mas sim um ser pensante, age na sociedade transforma-a e transformando-se. Como afirma Almada, F; Fernando, C; Lopes, H; Vicente, A; & Vitória, M. (2008), *“Construir o futuro não passa certamente pela continuidade dos processos do passado. Quando a dúvida surgir, uma certeza podemos ter, aqueles processos que se mostraram eficientes no passado (hoje, portanto) não serão seguramente os mais eficientes no futuro (amanhã, portanto)”*.

Para Vicente (2005), *“Não podemos continuar a formar pessoas para um passado que já aconteceu e que não se voltará a repetir, por muitas vantagens que tenha tido (e teve-as certamente). É necessário não nos esquecermos que estamos perante uma nova forma de compreender o Homem e, portanto, perante um “Novo-Homem”*”. Continuando com F. Almada (2001) *“passar de uma formação do homem centrada no formal, para outra centrada no funcional, isto é, em vez deste se limitar á imitação de formas, passar a compreender o funcional, o que lhe vai permitir uma maior capacidade de adaptação e consequentemente uma intervenção mais eficaz na realidade”* (p.39).

Nesta perspetiva, a compreensão do ser que pretendemos (trans)formar ganha um novo significado: já não interessa formar uma pessoa modelo para encaixar numa qualquer linha de montagem, sem saber o que ela é, ou quais os processos de treino pelo qual já passou, nem as suas características.

Neste quadro de referência o diagnóstico ganha outra funcionalidade, existe a necessidade de saber o que estamos a operacionalizar, que ser estamos a treinar, qual o ponto de partida para todo o processo de treino, assim como a monitorização da evolução do desportista durante todo o processo.

Numa perspetiva de gestão de atividades desportivas, o diagnóstico tem por objetivo, segundo Almada (1999), *“detetar possíveis problemas através da quantificação das variáveis em jogo, da análise dos fatores humanos. [o diagnóstico visa] levantar as várias hipóteses de intervenção em função das capacidades e potencialidades dos indivíduos”*.

O diagnóstico não se limita a analisar um conjunto de gestos e compara-los com um padrão, mas sim ver as potencialidades que a pessoa tem e que ainda podem ser desenvolvidas. A avaliação das

repercussões dos exercícios prescrito na procura de maximizar as potencialidades do indivíduo, constitui igualmente uma funcionalidade do diagnóstico, a manifestação e/ou ausência de desenvolvimento do indivíduos, indicará a rentabilidade ou não do processo de treino prescrito.

“O diagnóstico é também essencial para que se saiba quais os pontos fortes e fracos do desportista, mas também para saber se estes pontos são assim porque a pessoa foi treinada assim ou se é mesmo características da pessoa”... “...mas também as suas potencialidades, e como é que em função delas podemos obter o melhor equilíbrio funcional possível.” (Vicente, 2005:41).

Nesta linha, a compreensão da atividade desportiva é fundamental para a operacionalização do diagnóstico. Como nos diz Vicente (2005) *“Nesta situação o diagnóstico deve focar-se nas potencialidades que a pessoa tem face às características, principalmente psicológicas e fisiológicas, nas competências que deve ter para desempenhar determinadas funções (dependendo da atividade desportiva) e qual a melhor relação, o melhor equilíbrio entre as características da pessoa, as suas potencialidades, as suas competências e as que são exigidas pelas funções da atividade em que está inserida e as funções que pretende desempenhar.”.*

Assim se a pessoa possuir uma função específica, no seio da atividade desportiva, será necessário diagnosticar as características desta face à função que terá de desempenhar, para assim a potenciar de acordo com as exigências e solicitações específicas da sua função.

O diagnóstico tem como funcionalidade, como já foi dito anteriormente, determinar as capacidades que o desportista possui, mas também o potencial que este tem, isto é a capacidade que poderá ter após ser treinado.

Numa perspetiva complexa, segundo Vicente (2005) *“É um diagnóstico em que não vamos à procura de tudo, nem de medir tudo, mas à procura do necessário, equacionando a todo o momento as custos e os benefícios das situações, o rendimento que daí podemos obter e quais as variáveis ou indicadores necessários e que poderão permitir realizar o melhor diagnóstico do homem na atividade desportiva.”*

Nesta perspetiva, os capitais são considerados finitos, sejam eles monetários, tempo de treino, material ou mesmo as capacidades dos desportistas, e como tal uma menor quantidade de um determinado capital, tornam-no mais precioso, em detrimento de outro mais comum. Por isso deveremos promover o rendimento máximo, perante o capital investido, de forma a maximizar os lucros.

Como tal, numa perspetiva de rendimento, Vicente (2005) indica *“...Deve-se fazer o diagnóstico do que realmente é importante, do que é necessário e não do que não interessa, do que é acessório ou dispensável.”...“No diagnóstico não é possível ver tudo, identificar tudo. E mesmo que tal fosse*

possível, numa perspetiva de rendimento essa não seria a melhor opção. Assim, deve-se ver onde está o problema, identificá-lo e analisar as hipóteses de solução do mesmo, para que se possa chegar às variáveis para atuar sobre o problema e encontrar a melhor solução.”.

Face ao verificado anteriormente, surge a necessidade da compreensão da realidade de forma mais rentável, recorrendo a um referencial, um modelo que represente essa realidade, à semelhança do que ocorre noutras áreas da ciência, como por exemplo o modelo representativo do ADN, em que se utiliza um conjunto de esferas e tubos cilíndricos interligados de modo a termos uma representação deste. O resultado obtido não é mais que a representação do ADN, mas não o ADN em si. Um modelo deverá dar-nos uma referência da realidade, que possibilite a compreensão do fenómeno de um modo mais rentável.

Precisamos, assim, no desporto de um referencial que nos permita compreender as atividades desportivas, os comportamentos que estas solicitam aos desportistas, para que possamos ter uma intervenção mais rentável.

Segundo Fernando Almada, *“o Modelo das Atividades Desportivas Coletivas é caracterizado por solicitar comportamentos de diálogo entre os diferentes desportistas através da interação, não só da mesma equipa, como com a equipa adversária e, inclusivamente, com o próprio público que assiste a estas atividades desportivas.”* (Almada, 1999a cit. por Vicente, 2007:95).

Considerando esta forma de observar as atividades desportivas coletivas, o diagnóstico não se pode resumir à análise de um conjunto de gestos, mas sim a comportamentos que se exprimem através de gestos. Os gestos são somente uma parte do que realmente acontece em cada momento em que o futebolista joga, desde a recolha de indicadores (Entradas sensoriais), a tomada de decisão (tratamento central) até a materialização desses dois acontecimentos, o gesto (Saída Motora).

Como nos diz Vicente (2005) *“Os gestos são o resultado, a parte visível de um todo global e globalizante que é o homem, por isso não faz sentido analisar os gestos só por si uma vez que estes não são um conjunto de forças mas sim de decisões humanas, são o resultado de uma globalidade.”* Caso considerássemos apenas os gestos, estaríamos a ignorar os princípios base que fazem do jogo de futebol o que realmente é (os comportamentos), desprezando a pessoa. Assim o diagnóstico é um processo, em constante construção, que permite identificar o ponto de partida e acompanhar a evolução da pessoa na atividade desportiva.

No remate no futebol, por exemplo, existe uma relação entre o rematador e o guarda-redes que tem como objeto de diálogo a bola. Assim, numa situação de grande penalidade, onde o tempo de reação do guarda-redes se encontra na ordem de 0,5 segundos, e o tempo de trajetória da bola que demora a ir do local de remate até à baliza é de 0,4 segundos (Vicente, 2005), para que a defesa de uma grande penalidade seja possível o guarda-redes terá forçosamente de iniciar o seu movimento

antes da bola partir tendo assim de procurar antecipar os movimentos do seu oponente para não ficar dependente da sorte.

Quando se antecipa o curso de futuras ações corretas e rapidamente, mais tempo é disponibilizado para processar informação relevante e para a tomada de decisão. Consiste em prever os movimentos e trajetórias dos adversários, baseando-se na capacidade de "ler" os movimentos do adversário e daí prever as ações seguintes (Hecker & Thiel, 1993; Zeier, 1987).

Segundo (Williams, A. M; Davids, K & William; J.G. 1999). *“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.”*.

Segundo Mariot (1992) O guarda-redes não deve detetar apenas as informações ligadas à trajetória da bola (direção, velocidade, distância), mas também, os fatores premonitórios desta trajetória, contidos no comportamento do rematador.

Segundo Olson (2004), os guarda-redes podem esperar algum tipo de ajuda dos defensores e “ler” a situação tentando tirar vantagem da ajuda que estes lhe possam fornecer. Por fim, Ribeiro (2002) conclui que quanto mais amplo for o leque da perceção, tanto maior será a sua eficácia.

Para Vicente (2005) *“Se não houver leitura que permitam dar respostas antecipadas (se o estímulo for a bola), o guarda-redes não tem tempo para interceptar a bola e evitar o golo”*. Continuando com Vicente (2005), o guarda-redes *“Se treinar a leitura de indicadores, é possível somar o tempo anterior ao tempo da trajetória da bola, ou seja, o tempo em que o rematador antes de tocar na bola define qual será a trajetória desta, o que pode aumentar em muito (para o dobro ou mesmo mais) as possibilidades de evitar golo.”*.

Segundo o modelo dos desportos coletivos representado de uma forma simplificada por $t \geq t'$, (Almada *et al.*, 2008) para que o remate tenha sucesso, o tempo que a bola demora a percorrer o espaço entre o local onde o remate é realizado, e o local onde a bola entra na baliza, terá que ser inferior ao tempo que o guarda-redes demora a se deslocar da sua posição inicial, para o local onde a bola entra na baliza ($t < t'$).

Este parece ser assim um modelo que possibilita a compreensão da atividade e a realização do diagnóstico dos desportistas considerando a relação entre as variáveis em jogo, não nos focando apenas na medição incansável de dados, e considerando os comportamentos solicitados.

Capítulo 3

Definição do Problema

Na orientação do treino desportivo de uma determinada atividade, o orientador depara-se irremediavelmente com a dúvida sobre o início do processo de treino. Sendo parte do seu quotidiano perguntas relativas à orientação do treino, como: Por onde deve começar o treino? Quais os objetivos? Quais os exercícios?

A prescrição de uma variedade de exercícios, em alguns casos escolhidos aleatoriamente em outros numa lógica do simples para o complexo, do fácil para o difícil, passando por várias fases de processo ensino-aprendizagem (unidades didáticas) para o ensino de uma atividade desportiva, ou ainda aqueles que seguem uma lógica infundada, na esperança que o desportista melhore as suas performances mas sem um conhecimento do mesmo é (infelizmente) uma realidade.

À semelhança de um médico que não prescreve uma infinidade de fármacos na perspetiva que o seu paciente melhore sem o conhecer ou ter uma ideia sobre a possível patologia, o treinador deverá assumir o mesmo comportamento de modo a evitar danos colaterais de exercícios inadequados, prejudicando mais do que beneficiando o desportista, bem como rentabilizando os recursos de que dispõe.

Nesta lógica de prescrição a própria figura de médicos e treinadores seria posta em causa, pois para que serviria um profissional se a prescrição fosse sempre a mesma, independentemente do indivíduo “a tratar”?

É neste contexto que o diagnóstico surge como ferramenta fundamental no processo de treino, localizando e identificando as “patologias” mas também as potencialidades, bem como determinando o efeito do treino no indivíduo, para um melhor adequar e rentabilizar dos “fármacos” a prescrever em treino.

A definição do caminho a seguir face aos objetivos que se pretende atingir, constitui uma sequência que dará lógica ao processo de treino. Para tal a definição do ponto de partida e dos objetivos pretendidos tornam-se fundamental para um processo rentável.

“Neste sentido, e num quadro de referência dinâmico, o diagnóstico deve procurar a melhor relação entre o custo que é preciso pagar para obter o melhor resultado possível, alcançando assim o melhor rendimento (...) Desta forma, a definição de um modelo deve permitir equacionar as causas, consequências e implicações para se poder fazer o diagnóstico, possibilitando uma prescrição e controlo do treino mais rentáveis por forma a definir uma estratégia de orientação do treino que terá que ser expressa em termos de planeamento e programação do mesmo com rigor e

a precisão possíveis, face à objetividade necessária, numa perspetiva de rendimento, tendo que, para isso, compreender os fenómenos para encontrar os melhores equilíbrios entre as variáveis a tratar.” (Vicente, 2007:85).

Assim sendo, o diagnóstico surge como ferramenta que proporcionara um aferir das capacidades e potencialidades dos desportistas perante os objetivos ambicionados, bem como o controlo dos efeitos do treino. Em suma, permite-nos a definição do ser perante a atividade, caracterizando-o e definindo as suas potencialidades na procura do alcance de objetivos que pretendemos.

Devido às limitações de capitais e recursos disponíveis, a rentabilização dos processos passou a ser uma prioridade em praticamente toda a atividade do homem, veja-se a evolução do automóvel, em que cada vez mais se procura percorrer a mesma distância com recurso a menos combustível ou com a passagem de combustíveis fosseis para energias renováveis. O diagnóstico promotor da definição do caminho a seguir na procura dos objetivos ambicionados, não é exceção permite-nos a rentabilização dos capitais investidos no processo de treino desportivo, procura ao fim de contas “percorrer a mesma distância, recorrendo a menos recursos”. Atualmente já é possível (e desejável) envergar por esse caminho uma vez que se possui o conhecimento e ferramentas conceptuais e materiais para tal.

No entanto, a rentabilidade dos processos de treino é posta em causa na relação entre os quadros de referência em que atualmente o desporto se situa e aquele em que nos pretendemos situar.

À luz do paradigma simplista, a formação do desportista parte da assimilação de técnicas ou gestos da modalidade. O ensino é feito pela assimilação de competências de forma desagregada, em que cada “parte” do indivíduo é treinada de forma separada. Frequentemente podemos encontrar manuais que assim o refletem, com a divisão da formação do futebolista em etapas partindo de gestos considerados base, para os mais complexos. Esta forma de pensar o desporto advém principalmente de factos históricos pois, tal como já apresentamos, os desportos coletivos na qual se insere o futebol é contemporâneo a revolução industrial, herdando dela, como nos diz Vicente (2007) ... *uma necessidade em massificar comportamentos, em preparar pessoas para uma nova vida, para outra realidade com espaços, tempo dinâmicas ...*”.

Quando elaborado, segundo este paradigma, é executado desfragmentando o objeto de estudo, neste caso o ser Humano, em partes procurando posteriormente estudar até ao ínfimo pormenor esses fragmentos, que pelos princípios base do novo paradigma emergente (paradigma da complexidade) não representam o todo que realmente o indivíduo é.

Entretanto a sociedade evoluiu com ela os problemas impingidos a esta e as resoluções que outrora deram respostas satisfatórias deixaram de ser eficazes. Como tal, existe a necessidade de alteração

desta visão sobre o corpo humano, uma vez que esta forma de estar no desporto já não fornece as respostas mais rentáveis em tempo útil. Como problema geral procuraremos com este trabalho:

A estruturação de um processo de diagnóstico no futebol que nos permita uma avaliação das capacidades e potencialidades do indivíduo considerando o rendimento possível.

Em resposta a problemática levantada e a alteração desta visão sobre o corpo humano, o que por consequência leva à reestruturação do modo como a orientação da atividade desportiva é gerida, assim como dos fatores que lhe são adjacentes, os objetivos do diagnóstico já não passam pela análise e comparação entre um desportista modelo e o desportista que pretendemos treinar, mas sim pela compreensão da natureza do ser, das suas capacidades, dos seus limites e potencialidades, que só é proporcionada por uma visão holística do Homem onde mais que a compressão das partes, exige-nos a compreensão do todo e das relações dialéticas estabelecidas entre as partes.

No diagnóstico no futebol importa entender as características dos intervenientes, quais as suas competências, e perspetivar o que irá ser o indivíduo. É ainda necessário na sua operacionalização, tal como já referimos, utilizar um referencial que nos permita compreender e dominar a atividade em causa como, por exemplo, o Modelo dos Desportos Coletivos, proposto por Fernando Almada, ferramenta que possibilita uma abordagem dinâmica e complexa da situação a diagnosticar.

Este modelo permite-nos ainda perceber que no futebol se estabelecem comportamentos de diálogo entre os intervenientes, permitindo-nos compreender as variáveis pertinentes inerentes a cada situação possibilitando assim uma intervenção que visa otimizar e rentabilizar a prestação do indivíduo na atividade desportiva.

Mas para operacionalizar o problema geral apresentado, iremos centrar-nos numa situação típica do futebol: o remate.

Esta é uma situação que proporciona a concretização do objetivo primordial do jogo: o golo. É uma situação que ocorre junto da baliza adversária e é frequentemente realizado em condições de tensão/pressão, condições em que a presença de estímulos externos (como os adversários, o público, a consequência do remate, etc.) são passíveis de ser interpretados pelos indivíduos que realizam o remate como ameaçadores podendo ter repercussões no desempenho destes. Mas qual será a influência/consequência dessa pressão no resultado do remate? E será que todos os indivíduos reagem da mesma forma nesta situação ou são influenciados do mesmo modo, resultando nas mesmas consequências? Não reagindo, deverá o treino ser o mesmo para todos? E reagindo de forma idêntica significará isso que o treino pode ou deve ser igual?

Assim, como problema mais específico definimos a influência da oposição no remate no futebol.

Segundo Allan Pease (1981) a aproximação de um ser perante outro influencia o seu comportamento, expondo a existência de uma zona de conforto em que o indivíduo se sente mais ou menos a vontade com o comportamento assumido por terceiros. O entendimento das repercussões da agressão desta zona de conforto, também denominada de Espaço Vital, torna-se assim num fator pertinente influenciando o comportamento do indivíduo: as suas respostas típicas, as suas estratégia na resposta aos problemas com que se depara e os limites de tempo em que as executa.

O espaço vital é definido como um espaço imaginário envolvendo o indivíduo, no nosso caso o atacante em que reconhece como seu. *“Like the other animals, man has his own personal portable ‘air bubble’ that he carries around with him and its size is dependent on the density of the population in the place where he grew up. This personal zone distance is therefore culturally determined.”* (Pease. A, 1981)

Assumindo o espaço vital como o espaço envolvente ao indivíduo, a aproximação ou igualdade entre os valores de t e t' , dependendo da perceção do indivíduo a variação do espaço como ameaça, irá constituir o fenómeno de pressão, podendo o indivíduo reagir de diferentes formas a este aproximar de valores. A equipa que melhores respostas der na ocupação do seu espaço vital, terá maior probabilidade de sair vencedora.

Uma melhor resposta a esta situação irá proporcionar uma vantagem no diferencial de tempos face ao adversário, uma vez que este terá que investir mais recursos para obter um t' que lhe permita influenciar o t do atacante e assim obter vantagem no diferencial total de tempos, passando a ter uma maior probabilidade de sucesso. A compreensão da influência dessa pressão sobre a rentabilidade do remate são essenciais, uma vez que, esta é a última ação entre a equipa atacante e o seu objetivo, em contra partida significa a última possibilidade que a equipa adversária terá de evitar sofrer golos. Uma melhor resposta à pressão permitirá assim um melhor desempenho do desportista na concretização dos seus objetivos.

Torna-se no essencial de perceber os limites face ao t' gerado pelo adversário, através da variação da relação espaço/velocidade de forma a avaliar o rendimento do desportista perante situações de agressão do espaço vital. Iremos assim estudar a: **Influência da oposição do adversário no remate no futebol considerando a alteração da precisão e tomada de decisão na estratégia de remate pelo atacante.**

Capítulo 4

Metodologia

Após o que temos vindo a apresentar, e para o estudo a que nos propomos, iremos, numa primeira fase, aprofundar a noção de uma perspetiva estática do processo de diagnóstico tendo como referência metodológica a Periodização Tática (PT). A compreensão de uma metodologia de treino irá permitir-nos a identificação dos princípios com que se rege, identificando as variáveis diagnosticadas na operacionalização do diagnóstico, contribuindo para o entendimento da operacionalização da metodologia e do diagnóstico efetuado sobre essa perspetiva.

A crescente popularidade a que temos vindo a assistir desta metodologia de treino contribuiu para a escolha da Periodização Tática como referência a uma perspetiva simplista. Esta “nova moda” de treinar, (como qualquer moda mais cedo ou mais tarde irá cair em desuso, quando uma alternativa mais rentável surja), foca fundamentalmente a periodização de conceitos táticos, “princípios”, aproximando o treino às supostas exigências da realidade do jogo essencialmente a um nível tático. Eventualmente o assumir desta forma de treinar poderá fornecer melhores respostas que as alternativas anteriores, uma vez que esta tenta treinar um conjunto de princípios que serão solicitados em jogo. Neste estudo procuraremos identificar as vantagens e desvantagens na utilização desta metodologia. Para o devido efeito será efetuada:

- Uma pesquisa bibliográfica sobre o tema (Sistematização do treino segundo a Periodização Tática), de forma a percebermos os princípios em que esta metodologia se alicerça, identificado o que o treinador pretende diagnosticar;
- Aplicação de um questionário tendo em vista perceber a forma como o processo de diagnóstico é operacionalizado, compreender a coerência com a bibliografia analisada e o questionário elaborado
- Uma análise das fichas de diagnóstico, onde se pretende expor a forma de diagnosticar, o que se operacionaliza na prática.

As conclusões intercalares com base nas informações recolhidas e no tratamento destas, ir-nos-ão permitir ter a noção da coerência dos micro gestores das atividades desportivas face ao referencial que assumem, que pressupostos são considerados, bem como os operacionalizam.

Mas, como já referimos, a rutura do quadro de referência vigente (estático) para um quadro de referência dinâmico é uma realidade. A conceção de novas ferramentas ajustadas a uma nova visão do corpo e Homem irá permitir identificar as necessidades e potencialidades assim como o controlo do treino dos desportistas perante os objetivos que pretendemos, obtendo um melhor rendimento dos processos de diagnóstico.

Na atual concepção de desporto, e porque está já disponível um conhecimento que permite uma nova abordagem sobre o fenómeno, o processo de diagnóstico assume cada vez mais pertinência na gestão de atividades desportivas, desde grandes investimentos na identificação de talentos até ao correto planeamento e controlo do treino, justifica-se a rigorosidade na aplicação deste processo de forma a rentabilizar os capitais investidos.

Iremos assim, em seguida, estudar uma alternativa a este processo. Procederemos à definição de aspetos a ter em conta na operacionalização do diagnóstico, segundo uma perspectiva dinâmica e complexa, onde mais que uma análise exaustiva de cada parte constituinte dos indivíduos, iremos analisar as relações dialéticas e suas tendências evolutivas.

Para tal, iremos construindo conjeturas e verificando a sua viabilidade no âmbito global e específico de forma a podermos retirar as devidas conclusões; estas não serão mais do que uma permanente reformulação com base nas refutações que fomos sucessivamente empregando.

Assumimos um racionalismo crítico numa nova concepção de ciência baseada na formulação de conjeturas e refutações destas, tendo em conta a complexidade dos fenómenos e da realidade. Como nos indica Karl Popper, a verdade é inalcançável todavia devemos nos aproximar dela por tentativas, conotando a ciência de um carácter provisório.

Abordaremos assim o processo de diagnóstico, numa situação de remate sobre pressão segundo um quadro de referência dinâmico.

O remate é a ação que permite a concretização dos objetivos de jogo sendo a pressão neste tipo de situações um fator a ter em conta, tornando-se assim pertinente entender este fenómeno de modo a obtermos vantagens nesta situação determinante do jogo.

Mais especificamente estudaremos a influência das variáveis espaço e velocidade da aproximação do defesa na perceção de ameaça por parte do atacante e consequências na rentabilidade do remate, uma vez que é na relação entre os dois que o fenómeno de pressão se manifesta.

A influência da perceção da alteração de variáveis no espaço vital, no remate no futebol, leva a que o estudo seja centrado no entendimento das interações estabelecidas entre o defesa e o atacante, para que possamos retirar ilações que traduzam esse efeito de pressão em qualquer situação de remate e assim diagnosticar, de forma efetiva, este fenómeno em qualquer circunstância, tentando criar uma situação que permita conhecer e compreender o desportista nesta situação.

Ajustaremos um conjunto de hipóteses, que nos irão permitir estruturar os métodos, para testá-las e analisar os resultados de modo a verificar se são ou não válidas. Para o efeito, utilizaremos como referencial o Modelo dos Desportos Coletivos, proposto por Fernando de Almada, onde é

considerado o diálogo entre os diferentes desportistas, quer entre elementos da mesma equipa, quer perante a equipa adversária.

Equacionaremos uma possível influência da alteração das variáveis espaço/velocidade do defensor perante a perceção de ameaça por parte do atacante numa situação de remate sob pressão. Recorrendo a situações laboratoriais, iremos testar a solidez das conjeturas apresentadas, através de situações que solicitam os comportamentos que pretendemos analisar, nesta situação de remate no futebol.

Assim, utilizando diversas ferramentas de diagnóstico (conceptuais e materiais), definiremos e quantificaremos um conjunto de dados, assente não só na medição de uma variável, mas sim na relação entre elas, nas suas dialéticas.

De seguida, iremos apresentar os dados recolhidos procedendo posteriormente à discussão destes de forma a retirarmos um conjunto de ilações/conclusões sobre a solidez das hipóteses propostas, verificando assim a conjetura apresentada.

Por fim, apresentaremos um conjunto de conclusões finais certos de que, num trabalho de conjeturas e refutações, não haja certamente um fim, mas sim uma permanente reformulação, até haver a necessidade de uma nova rutura. É nesta lógica que apresentamos as futuras linhas de investigação. Pois, como nos diz Popper a teoria científica será sempre conjetural e provisória, constituindo não o fim mas sim o início.

Capítulo 5

Pressupostos do Diagnóstico segundo a Periodização Tática - Análise de uma Perspetiva Estática

5.1. Enquadramento

Na operacionalização de qualquer processo, teremos que ter em conta em que se baseia este, isto é, os seus pressupostos. São estes que irão definir toda a dinâmica e a forma de operacionalizar.

Neste estudo, os processos de diagnóstico serão alvo de uma profunda reflexão, em que se irá procurar essencialmente a estruturação de uma alternativa aos processos de diagnóstico numa perspetiva estática.

Mas uma proposta não implica forçosamente uma aceitação da própria, nem muito menos a sua validade, como tal decidimos analisar formas de se diagnosticar a dinâmica implícita no futebol, para uma melhor perceção das vantagens e desvantagens de cada perspetiva.

Os pressupostos para a estruturação do diagnóstico serão os mesmos que os implícitos nas metodologias de treinos aplicadas, isto é, o que se pretende periodizar em cada metodologia de treino terá que ser forçosamente diagnosticado de forma a que se possa prescrever o exercício de treino mais adequado às necessidades dos futebolistas.

Neste estudo iremos, numa primeira fase, dar uma perspetiva de diagnóstico de uma forma estática, através da utilização dos pressupostos da Periodização Tática.

A escolha sobre esta metodologia de treino recai essencialmente devido à sua crescente popularidade entre os orientadores de atividades desportivas (neste caso, o futebol), criando uma “nova moda” não podendo ser ignorada, bem como ao facto de ter tido oportunidade de estar envolvido num clube onde é assumida a sua operacionalização tendo assim uma maior facilidade na compreensão dos fenómenos envolvidos na sua concretização.

A compreensão de um processo de diagnóstico passa pela análise dos procedimentos envolvidos nas suas dinâmicas. Surge assim a necessidade de uma revisão de literatura sobre os conceitos da Periodização Tática, tendo por base alguns dos principais autores de referência. Mas a teorização

nem sempre se traduz na prática, existindo a necessidade da compreensão da operacionalização das ferramentas e métodos envolvidos no processo de diagnóstico.

Complementando e confrontando a revisão sobre a Periodização Tática, procedemos a entrevistas efetuadas a técnicos que assumem utilizar esta metodologia de treino, focando a importância do diagnóstico, os seus pressupostos e a forma como o operacionalizam.

A entrevista (Anexo 1 e 2) foi feita a dois treinadores de formação da Associação Académica de Coimbra - Organismo Autónomo de Futebol - Professores Bruno Domingos e Marco Pereira, treinadores do plantel Juniores B que disputou o Campeonato Nacional do escalão, na época 2010/2011.

A entrevista foi realizada separadamente de forma a expor a importância da utilização da mesma nomenclatura entre profissionais, da compreensão do jogo sobre os mesmos princípios, para uma melhor operacionalização do processo de treino (incluindo o diagnóstico). A entrevista permitiu também verificar a existência ou não de desfazamento entre o que é entendido pelo treinador e o que é colocado em prática.

Ainda nesta linha de raciocínio, procedeu-se à análise de uma ficha perfil-competências do futebolista, cedida pela AAC-OAF, de modo a compreender a materialização de todo o processo de diagnóstico. A compilação de todos os dados recolhidos ir-nos-á permitir compreender efetivamente o diagnóstico nesta perspetiva.

5.2. Sistematização do Treino Segundo a Periodização Tática

Os princípios bases que gerem esta forma de treinar assentam num pensamento sistémico⁸ e complexo. Segundo esta metodologia, uma equipa de futebol é um sistema onde um conjunto de jogadores se inter-relaciona entre si com o objetivo de alcançar o golo. Sem dissociarmos, no entanto, que este sistema se encontra inserido num determinado contexto que, segundo Moriell, S. (2003), afetará tanto o seu funcionamento como o seu rendimento.

Na Periodização Tática considera-se uma equipa de futebol como um sistema aberto e adaptativo ao contexto. Definindo-se, ainda, como um sistema de “sistemas”. Sistema complexo segundo Gomes, M. (2006), pois expressa a relação e cooperação entre os companheiros e a oposição com os adversários, o que cria luta entre dois sistemas por um objetivo final. Segundo esta, todo o pensamento que gere esses sistemas de “equipa” assenta fundamentalmente no conceito que “*o todo não é igual à soma das partes*” Morin, E. (1990); isto é “*O todo apresenta propriedades fruto das interações e das relações entre as suas partes e a relação do todo com o contexto*” (Gaitreiro,

⁸ **Pensamento Sistémico.** Sistema é um conjunto de elementos ou partes que se inter-relacionam entre si a fim de alcançar um objetivo concreto. Cf. Moriello. (2003)

2006) “entender as coisas de sistemicamente significa literalmente colocá-las dentro de um contexto, estabelecer a natureza das suas relações”.

Mas não só sobre estas características se define o sistema, teremos ainda que considerar que “os objetos estão, antes de mais nada imersos em “redes de relações”, das quais, por sua vez se relacionam com outras redes”, chegamos à conclusão que não existe efetivamente partes mas sim uma teia “rede”.

Concluindo, como última grande característica, teremos que no sistema existem outros sistemas, com igual ou diferentes graus de complexidade.

O processo de treino, segundo a Periodização Tática é modelado tendo como referência principal o modo de jogar que se pretende, isto é o “todo” que pretendemos alcançar. Esta expressão do todo é entendida como o Modelo de Jogo que o treinador deverá definir.

Segundo Xavier Tamarit (2009), a conceção do modelo de jogo, não apenas se restringe ao próprio modelo uma vez que este não é entendido como algo estático e isolado, mas sim considerado como um fenómeno construído e determinístico, que estará sempre em construção, modificando e modelando certos aspetos da sua ideia inicial, sem haver varias matrizes.

Esta idealização do Modelo de Jogo é considerada como o reflexo da cultura tática⁹ que o treinador possui. O Modelo de Jogo é considerado como algo que identifique a equipa, refutando a ideia deste ser a disposição inicial no terreno de jogo, mas sim a forma como os jogadores se relacionam entre si e como expressam a forma como veem o futebol.

Como tal, a Periodização Tática implicará uma visão futura do que pretendemos para a equipa, isto é, o “todo” a que pretendemos chegar. Implicará saber exatamente o que se pretende de cada momento de jogo, para isso necessitamos de definir uma série de comportamentos (princípios, subprincípios de jogo e sub-subprincípios de jogo) assim como a articulação entre eles.

“O modelo de jogo é, no fundo, um complexo de referências coletivas e individuais, referências essas que são os princípios de jogo concebidos pelo treinador.” (Oliveira, B; Amieiro, N; Resende, N; Barreto, R. 2006).

Estes princípios e subprincípios de jogo devem estar claramente definidos e expostos aos jogadores constituintes da equipa de forma a que todos entendam o que o treinador pretende. Assim, quanto mais elaborado seja um Modelo de Jogo e melhor exposto aos jogadores, mais esclarecidos estes serão sobre o que fazer em cada momento de jogo, sem converter-se em mecanismos, poderão ser interpretados como “mecanismos não mecânicos”.

⁹ **Cultura Tática.** Ideia de jogo que o treinador possui é considerada como a sua cultura. (Tamarit, X., 2009)

Segundo a Periodização Tática, não deveremos interpretar o modelo de jogo como algo rígido, mas sim variável, dependendo do contexto em que se insere, e moldável, capaz de ser moldável, segundo as exigências de cada momento.

Segundo Frade, V., cit. por Tamarit, X. (2009) *“O Modelo de jogo nunca esta terminado porque o processo, ao ser posto em prática vai criando indicadores de modo que seja interpretado por quem o dirige, no sentido de estimular uma melhor qualidade, daí que não só existe um modelo de jogo a evoluir, mas sim múltiplos.”*.

Para Castelo, J. (1994), cit. Por Tamarit, X. (2009) *“A medida que se vai construindo um modelo de jogo é necessário submetê-lo a uma sistémica interrogação, isto é, vai-se construindo progressivamente e desconstruindo e reconstruindo”*.

Estes comportamentos são reproduzidos através dos princípios, subprincípios de jogo e sub-subprincípios. Estes princípios, quando articulados entre eles, irão proporcionar uma determinada forma de jogar, o que poderá ser considerado como o “ADN” da equipa, ou seja, representa a conceção de jogo¹⁰.

Resumindo, todo o processo de treino será guiado segundo o modelo de jogo pretendido, isto é, o “todo” que se pretende. Assim, o conhecimento da equipa que pretendemos construir, ou seja, do “todo” que pretendemos obter, terá grande preponderância na operacionalização desta metodologia. Oliveira, G. (2004) citado por Tamarit, X. (2009) aponta o Modelo de Jogo como aspetos nucleares do processo de treino, assumindo-se mesmo como um aspeto fundamental do referido processo, ao ponto de deixar de ter sentido sem a sua existência, já que é a partir dele que tudo se irá gerir, organizar, desenvolver e criar. Confirmando *“o modelo de Jogo condiciona um modelo de treino, um modelo de exercícios e, necessariamente, um modelo de jogador”* (Faria, R., 1999:49).

O treino deverá procurar, segundo Vitor Frade. (2003) citado por Tamarit, X. (2009) , *“criar uma “paisagem mental” do modelo de jogo na cabeça dos jogadores”*, assim, segundo a Periodização Tática, será favorável o treino em situações similares às que iremos competir. Para Freitas, S; Queirós, J. (2004) *“o treinador deverá assim utilizar espaços coerentes com o seu modelo de jogo de modo a que os jogadores tenham a perceção mais correta das referências espaciais inerentes à sua forma de jogar”*.

De forma a darmos a perceção do modelo de jogo que se pretende alcançar, deverá ser apresentada uma forma visual deste, criando uma imagem do mesmo na sua cabeça. Confirmando Oliveira, G. (2003) cit. por Freitas, S. (2004) afirma, *“com uma apresentação visual do modelo de jogo, o treinador e jogador dispõem de uma referência precisa, para que exista sintonia na ação”*.

¹⁰ **Concepção de Jogo.** Concepção de jogo - A ideia de «jogo» que o treinador possui. (Tamarit, X., 2009)

Com a observação visual do modelo de jogo conseguiremos uma melhor percepção da globalidade do “jogo” que queremos emergir da equipa para, posteriormente, em exercícios simplificados ou reduzidos, entender as partes de forma contextualizadas.

Na estruturação de um exercício de treino o todo e a forma complexa do jogo é reduzida, sem nunca perder a sua identidade, deveremos associar os conceitos abordados, forma e estruturas do exercício ao jogo, para assim conseguirmos referências do exercício ao modelo de jogo a implementar.

Segundo Frade, V. (2003) cit. por Freira, S. (2004) *“O tático não é físico, não é técnico, nem psicológico, mas no entanto necessita de todas elas para se manifestar”*. Como tal, a Periodização Tática considera a tática como uma supra dimensão, que deverá ser guia de todo o processo. O treino deverá ter uma importância extrema a nível tático, tratando todos os aspetos, que o treinador pretende ver refletido em cada momento de jogo (momento ofensivo, momento defensivo, transição ataque defesa e transições defesa-ataque). A configuração dos exercícios deverá ser a simplificação do jogo, de estruturas complexas, através dos princípios e subprincípios, que passariam a conformar o modelo de jogo pretendido.

Na periodização tática procura-se, desde o primeiro dia, fazer com que a equipa jogue como se pretende, isto é, o “todo” que foi idealizado (modelo de jogo), sendo este o fator tático que arrasta todas as restantes componentes, conseguindo uma especificidade em todos os aspetos, na forma que se pretende jogar.

Segundo Carvalhal, C. (2001) *“a equipa esta sendo organizado para jogar desde o primeiro dia e ao mesmo tempo, esta sendo modelado a todos os níveis: físicos, técnicos e psicológicos. Damos atenção a todos os fatores”* e adiciona que *“o aspeto físico nesta altura é muito importante para quem coordena todo o trabalho físico, técnico e psicológico resumindo é a organização do trabalho tático”*.

Na Periodização Tática, mais do que uma adaptação específica ao jogo, é considerada uma adaptação à subespecificidade, isto é, uma adaptação às características que o modelo de jogo solicita. Assim estaremos perante uma especificidade das componentes constituintes do Homem, segundo a forma de jogar, distinta da especificidade de jogar que predomina na forma integrada, apesar de possuir igualmente exercícios específicos.

Cada exercício irá possuir uma especificidade de jogo, mais do que uma adaptação fisiológica na Periodização Tática, o processo acontece ao nível do saber fazer, criação de hábitos, deixando assim o jogo de ser aleatório, tomando características geridas pelos princípios e subprincípios de jogo visados.

No entanto, o treino não só se deve basear na aquisição de novos princípios, mas também na manutenção dos princípios já aprendidos, já que os jogadores esquecem estes na ausência da sua prática. Segundo Oliveira, B. *et al.*, (2006) *“Mourinho não só procura criar imagens mentais “gravar” em um corpo experiencias relativas a jogar, senão também associá-las a emoções e sentimentos que facilitam a tomada de decisão, utilizando essa ferramenta do cérebro que são os marcadores somáticos”*. A memória relaciona-se com elevado níveis de excitações emocionais, daí o aproveitamento desse facto para vincar e promover a aprendizagem dos princípios e subprincípios de jogo.

Com todos estes fatores à primeira vista poderemos cair no erro de conotar a Periodização Tática como uma forma de mecanizar a equipa. No entanto, o objetivo está longe de ser esse, mas sim transmitir à equipa a um conjunto de normas claras e hierarquizadas, com princípios unificados, que permitam o mesmo pensamento na maioria dos jogadores distintos constituintes da equipa. Criando uma lógica de funcionamento de forma a termos antecipação da ação que poderá seguir. Campos, C. (2008) referindo Guilherme Oliveira (2004), aponta o Modelo de jogo como aspeto nuclear do processo de treino assumindo-se mesmo como um aspeto fundamental do referido processo, ao ponto de deixar de ter sentido sem a sua existência, já que será a partir dele que tudo se irá gerir, organizar desenvolver e criar. Mais especificamente o que se passa é a consideração do “Todo” dinâmico, isto é, de um “todo” que se transforma, se modifica e evolui ao longo do tempo, como se de um ser vivo se tratasse.

Para Gomes, M. (2006) *“Se procurarmos habituar o jogador a resolver os problemas de acordo com uma lógica mas a forma como se comporta na própria situação não pode ser mecânica”*. No entanto, existe uma criatividade que destrói este mecanismo transformando-o num mecanismo não mecânico, apesar de ter determinadas regras que gere a tomada de decisão.

Para Carvalhal, C. (2001) *“a equipa deverá ser um mecanismo não mecânico, em que o pensamento criativo deve estar sempre presente nos momentos em que se decide, nesse momento único para o qual não existe execução, uma previsibilidade incalculável”*.

O que se pretende com a Periodização Tática é criar e adotar através do treino, uns princípios e subprincípios que se manifestam com certa regularidade conseguindo com isso um modelo de jogo, uma identidade, que caracteriza o jogo como algo científico.

Assim, na sua operacionalização, sugere-se a criação de um treino que operacionaliza esta criatividade/liberdade, de modo a que o jogador vivencie dentro do modelo de jogo que se pretende impingir, e dos princípios e subprincípios que o constituem.

Na Periodização Tática, mais do que a fadiga física, muita das vezes tida como a mais pertinente (nomeadamente na periodização convencional), é considerada a fadiga central. *“A fadiga mais*

importante no futebol é a fadiga central e não a fadiga física. Qualquer equipa Profissional minimamente treinada sobre o ponto de vista energético acaba por resistir, com maior ou menor grau de dificuldade, sobre as exigências do jogo. Agora a fadiga central é aquela que resulta de estar permanentemente concentrado e por exemplo reagir imediatamente e de forma coordenada ao momento de perda de posse de bola” (Mourinho, J. 2003 cit. por Oliveira, B. et al., 2006).

A Periodização Tática solicita uma concentração em todos os instantes do treino, dada a especificidade em que se baseia o processo, este deverá ser equiparado à concentração exigida na competição. Proporcionará um tipo de fadiga “mental-emocional” a ter em conta na hora de recuperação.

“O traumatismo psicológico de um exercício implica a percepção desagradável da fadiga proveniente da aparição de uma limitação fisiológica no interior dos músculos. Esta fadiga é produzida no sistema nervoso central, na medida em que a ativação dos músculos depende, em parte, do controlo de consciência” (Costill, 1994, cit. por Carvalhal, C., 2001).

Segundo Frade, V. (1998) cit. por Romano, J. (2007), *“a fadiga central é um dos problemas dos desportos coletivos”* completa referindo que *“se caracteriza pela incapacidade de se concentrar e dosificar o esforço resultado da perda de concentração do jogo”*.

“Nós quando falamos de intensidade, falamos de intensidade de concentração, quando falamos de volumes, falamos de volumes de intensidades de concentração” (Faria, R. 2002 cit. por Oliveira, B., et al., 2006).

A Periodização Tática tem a virtude de aumentar a capacidade de concentração através do seu treino, para além de criar hábitos que permita a este processo que um saber adquirido passe a saber pertencer ao subconsciente.

Por fim, de forma a termos a percepção metodologia, apresentaremos um padrão de treino semanal denominado segundo Xavier Tamarit de Morfociclo.

5.2.1. Morfociclo padrão com um jogo por semana (de domingo a domingo)

O morfociclo padrão é regido segundo três princípios: o princípio da progressão complexa, o princípio das propensões e por fim o princípio da alternância horizontal, cumprindo assim o princípio dos princípios: o da especificidade.

- **O Princípio de Progressão Complexa** é segundo Amieiro, N. et al., (2006) *“a necessidade de hierarquizar os princípios (...) evitando a interferência e a concorrência entre os mesmos. Uma vivência hierarquizada desde o ponto de vista aquisitivo”*.

- O **Princípio da Propensão** consiste em fazer aparecer um grande número de vezes o que se pretende que os jogadores adquiram, isto é, solicitar um grande número de vezes os comportamentos que se pretende que os jogadores assimilem, provocando assim a repetição sistemática e promovendo a aprendizagem dos comportamentos.
- O **Princípio da Alternância Horizontal Específica** consiste numa alternância horizontal ao nível do tipo de contrações dominantes, segundo diferentes tensões, durações e velocidades sem deixar a especificidade de lado. Segundo Amieiro, N. *et al.*, (2006), “esta alternância acontece horizontalmente ao longo do morfociclo” é horizontal pois “resulta de alternar o que é a dominante de treino em treino e não entre exercício da mesma secção” o que irá permitir o aparecimento de sobre-treino.

Segundo um morfociclo padrão, a primeira semana de treino será de adaptação, as sessões de 90 minutos de cada treino, existindo uma única secção por dia, devido a aspetos relacionados com a recuperação.

A constituição dessas sessões inclui os princípios e subprincípios que irão variando de sessão para sessão, cumprindo desta forma o princípio da alternância horizontal e o princípio da progressão completa, respeitando deste modo a recuperação de determinadas estruturas já trabalhadas.

De seguida, iremos apresentar o conteúdo de cada dia de trabalho, de forma a termos uma noção mais operacionalizada da Periodização Tática:

- Segunda-feira (*Recuperação passiva*) - O dia posterior à competição, a equipa folga; pois apesar de estar reconhecido que não é o mais correto do ponto de vista fisiológico, do ponto de vista mental será de extremo benefício. Segundo José Mourinho (2006) cit. por Oliveira, B. *et al.*, (2006) treinar o dia seguinte ao jogo “*é melhor para o “corpo”, mas é pior para a cabeça*” assim segundo a Periodização Tática existe uma folga logo após a competição.
- Terça-feira (*SubDinâmica Recuperação-Ativa*) - Neste dia prossegue-se os processos de recuperação, mas desta feita já ativa. O treino deverá ter vários momentos de pausa, deverá ser bastante descontínuo, permitindo a recuperação dos jogadores. O princípio da especificidade deve estar presente em todo o morfociclo padrão, neste dia promove-se os princípios e os subprincípios em regime de recuperação. Segundo Oliveira, G. (2006) cit. por Gomes, M., (2006) “*este dia aborda alguns subprincípios que entendemos que devemos “treinar” tendo em conta o que ocorreu em jogos anteriores (bem ou mal), frente a aqueles que prevemos para o próximo jogo, assim promovemos um esforço característico do nosso jogo mas, no entanto, com uma redução muito grande tanto a nível velocidade, tensão e duração de contração*” Segundo Xavier Tamarit (2009) “*Estamos Hablando, por tanto, de una recuperación Específica al Modelo de Juego, basada en los Principios o*

Subprincípios, y en la cual se respeta la recuperación de concentración que la misma Especificidad exige, a través de ejercicios sin muchas complejidad". No entanto, jogadores que não competiram deverão ser mais exigentes, em todos os aspetos.

- Quarta-Feira (*SubDinâmica tensão*) - Neste dia segundo a Periodização Tática, serão trabalhados os subprincípios do jogo a nível de relações sectoriais e intersectoriais, no entanto as exigências serão diferentes da competição, pois os jogadores não estão ainda recuperados. Assim os exercícios irão ser caracterizados com maiores tempos de recuperação, espaços mais reduzidos, maior velocidade de contrações e grupos de jogadores reduzidos. Este dia é, portanto, o treino mais descontínuo de todos, já que possui uma alta carga de contrações excêntricas de forma a elevar a tensão e velocidade de contração.
- Quinta-Feira (*SubDinâmica Duração*) - Neste dia procura-se trabalhar essencialmente os Princípios (dinâmica coletiva da equipa), assim como a sua articulação, sendo a exigência similares a competição. Procura-se nesses dias trabalhar em grandes espaços, com maior duração de tempos e com maior número de jogadores. Para Frade, V. (2007) cit. por Xavier Tamarti, quinta-feira representa o dia mais intenso pois *"porque alargo los espacios y contemplo principios mayores, el tiempo de realización puede ser mayor y el espacio es mayor. Por lo tanto, las exigencias de concentración son mayores, la inversión emocional (desgaste emocional)"*.
- Sexta-Feira (*SubDinâmica Velocidade*) - Neste dia deverá trabalhar-se os subprincípios de jogo a nível de cada setor, mas poder-se-á trabalhar a nível intersectorial o coletivo, reduzindo a complexidade do jogo, exigindo níveis de exigência de concentração menores do que o dia anterior. Trabalha-se sem oposição ou com pouca oposição, com durações de tempos muito reduzidas e descontínuas. Oliveira, G. (2006) cit. por Gomes, M. (2006) *"a grande preocupação é que os exercícios tenham uma grande velocidade de decisão por parte dos jogadores, que sejam rápidos em decisão e execução"*.
- Sábado (*Recuperação Ativa e Pré-Ativação*) - Neste dia procura-se a pré-ativação para o jogo do dia seguinte. Oliveira, G. (2006) cit. por Gomes, M (2006) *"Recuperar dos dias anteriores e ativar os jogadores para o jogo do dia seguinte através da abordagem de Subprincípios muito simples"*. Procura-se igualmente recordar alguns aspetos treinados durante a semana, mas sempre sem grande esforço. A concentração neste dia deverá ser a máxima relativa, mas com exercícios de pouca complexidade (o que irá gerar pouca densidade de concentração). Trabalham-se automatismos dinâmicos da equipa, ou seja, alguns comportamentos que não exigem muita concentração e que "recordem" os padrões coletivos. Ao ser um trabalho de ativação deve existir um pouco de velocidade e tensão mas, com duração muito reduzida. Neste dia pode-se treinar exercícios de finalização bem como recordar determinadas situações.

5.3. Entrevista e documentos na compreensão dos pressupostos para a estruturação do diagnóstico segundo a Periodização Tática

A entrevista encontra-se em anexo (Anexo 1 e 2), foi realizada no dia 25/03/2011, na Academia *Dolce Vita*, em Coimbra, com os Professores Marco Pereira e Bruno Domingos, treinadores da AAC-OAF, com mais de 11 anos de experiência no treino do futebol, com passagem por todos os escalões de formação da AAC-OAF e que treinaram o plantel Juvenil (Juniões B) da Académica de Coimbra na época 2010/2011 que disputou o campeonato Nacional desse mesmo escalão nessa época.

A nível prático a recolha de dados foi feita através da observação direta extensiva, sob forma de inquérito oral, por meio de entrevista com base em questões previamente elaboradas e registada em papel, sendo realizadas separadamente a cada treinador. As questões foram definidas tendo em conta os seguintes objetivos: identificação da importância do diagnóstico, como é operacionalizada a Periodização Tática, como é operacionalizado o diagnóstico segundo esta metodologia. Mantivemos as questões em aberto para que os intervenientes pudessem expor os seus pontos de vista com um certo grau de profundidade.

Uma das entrevistas foi gravada recorrendo a um gravador digital e posteriormente transcrita e revista pelo entrevistado, já a segunda foi respondida à mão pelo próprio devido a pouca disponibilidade do entrevistado, resultando em respostas mais objetivas, não surgindo a necessidade de fazer qualquer revisão.

5.4. Apresentação de Resultados da Entrevista

Na Periodização Tática o diagnóstico toma contornos no instante em que definiremos a forma com que pretendemos jogar, isto é as dinâmicas de coordenações, denominados de princípios de jogo, assim como as competências de quem as põe em prática (competências e características do jogador). *“A metodologia utilizada nesse diagnóstico é orientada pelos conteúdos táticos. Estes balizam o modo de entendimento e o conhecimento específico do jogo de Futebol.”* Pereira, M. Aprofundando Prof. Bruno Domingos explica *“Numa primeira fase é fundamental o diagnóstico das competências dos atletas para aferir se existe ou não enquadramento com os princípios da periodização tática e selecionar aqueles que mais se aproximam dos requisitos tático-técnicos pretendidos, assim como as necessidades individuais de cada um.”*

Esta forma de jogar assumida pelos treinadores encontra-se devidamente estruturada em formato de documento confidencial, não sendo fornecido pela instituição. Este contempla a organização do jogo, o modelo, perfil de jogador requerido para cada etapa de formação e para cada estatuto posicional. Em função da ideia de jogador (perfil) que os treinadores pretendem, é feita uma análise ao jogador com base em indicadores devidamente definido.

Para o Prof. Marco Pereira o diagnóstico de um jogador alicerça-se em 4 dimensões (técnica, tática, física e psicoemocional), opinião igualmente partilhada pelo Prof. Bruno Domingos que afirma *“Pretende-se verificar requisitos e evidências demonstradas por parte dos atletas no plano técnico, tático, físico e psicológico.”*.

No entanto, estas dimensões tomam diferente preponderância segundo o escalão em que o diagnóstico se processa. Pereira, M. *“...o diagnóstico não pode ser redutor comportando somente uma dimensão, a tática”*. Estas dimensões variam segundo o escalão etário, dando prioridade nos escalões mais baixos à técnica e às capacidades motoras da criança.

“De acordo com o escalão em observação, nos escalões mais baixos damos prioridade aos aspetos técnicos e “riqueza” do reportório motor (...) À medida que entramos nos escalões de “especialização”, nomeadamente, iniciados e fundamentalmente nos Juvenis e Juniores passamos a dar maior prioridade à aplicação, ou não, de requisitos inerentes aos princípios da periodização tática, relativos ao modelo de jogo, que se pretendem para a nossa forma de jogar.” Pereira, M..

Desdobrando estas dimensões o Prof. Marco Pereira destaca quatro indicadores nos escalões mais baixos (interação com a bola - relacionamento com a bola de índole mais técnica, sensibilidade tática, atitude competitiva - mais de carácter psicoemocional, e velocidade de um ponto de vista mais atlético), confirmando o pensamento expresso anteriormente.

Nos escalões mais velhos, sobressaem outros indicadores dentro desses mesmos “macro-indicadores”, isto é, indicadores mais específicos “micro-indicadores” de forma a discriminar e a detalhar os jogadores. O Prof. Marco Pereira destaca alguns como *“a leitura de jogo, processamento da informação, rácio decisão - eficácia da intenção, velocidade de execução das ações, e ainda pela disciplina, força, etc.”*.

Relativamente a aspetos qualitativos, mais do que os princípios e indicadores, o Prof. Bruno Domingos refere que as competências e o detalhe do comportamento posto em prática no modelo constituem o fator primordial para uma avaliação da performance; assim todo este processo de avaliação obedece primordialmente à forma com que se pretende jogar. A nível coletivo o diagnóstico baseia-se essencialmente sobre a capacidade dos jogadores de porem em prática os princípios de jogo pré-definido pela forma de jogar que se pretende. Esses princípios de jogo são divididos segundo momentos de jogo (Ataque, Defesa, Transição Defesa-Ataque e Transição Ataque-Defesa).

“De um ponto de vista de análise coletiva, importa a caracterização da equipa adversária, bem como da nossa própria equipa, tendo em conta os quatro momentos de jogo e a relação com os princípios adotados pelo Modelo de Jogo.” Pereira, M.

Mais especificamente o Prof. Bruno Domingos desdobra o método de análise: “A “nossa” concepção do modelo de jogo segue uma ordem estrutural baseada em oito componentes que definem o problema e o respetivo meio de resolução: o momento do jogo, a zona de ação, o objetivo, o princípio, o subprincípio, as ações padrão, as competências, e o detalhe comportamental.” Atendendo aos momentos de jogo anteriormente definidos e a ordem estrutural seguida é estruturada uma situação “tipo” de jogo.

“No escalão de Juvenis A, a própria exigência requerida por este nível de competição clarifica a necessidade das situações propostas para a análise / observação dos jogadores para que sejam as mais específicas e situacionais possíveis com a realidade do jogo. Assim, qualquer situação criada para diagnóstico comporta a essência e a realidade efetiva provocada pelo jogo - situações o mais reais possíveis.” Pereira, M.

Para os entrevistados, com isto pretende-se criar problemas específicos da competição, para posteriormente os resolver com base nos princípios de jogo definidos pela forma de jogar, procurando posteriormente diagnosticar a sua implementação. Pelas características e exigências da modalidade a aplicação do diagnóstico é contínuo, no entanto, terá objetivos diferentes segundo o período da época em que é executado.

Num primeiro momento (pré-época) o objetivo é avaliar os indivíduos que melhor se adequam à forma com que se pretende jogar. *“O primeiro diagnóstico relativamente às competências dos atletas é realizado na pré-época. Serve para aferir se existe ou não enquadramento com os princípios da periodização tática e selecionar aqueles que mais se aproximam dos requisitos tático-técnicos pretendidos, assim como as necessidades do coletivo (equipa) e individuais (de cada um).”*

Domingos, B. Os diagnósticos seguintes são executados semanalmente após cada momento competitivo, e possuem como objetivo adaptar a planificação semanal as necessidades vigentes: *“A exigência do Futebol, devido a jogos de semana a semana, demanda, não só diariamente, treino após treino, mas também semanalmente uma reflexão apurada sobre os comportamentos evidenciados pelos jogadores e pela equipa, porque a competição assim o exige.”* Domingos, B.

5.5. Apresentação da Ficha Perfil-Competências

Toda a informação gerada pelos procedimentos anteriores é estruturada sobre a forma de fichas de diagnóstico. Apresentamos, de seguida, o formato das fichas utilizadas pela AAC-OAF denominada de Ficha Perfil-Competências do Atleta, subdividida em duas categorias: Ficha Individual Atleta e Ficha Perfil-Competências (Anexo 3 a 11). Estas fichas foram cedidas pelos treinadores entrevistados.

- A primeira é constituída por sete componentes: Identificação - Informações de carácter civil (Anexo 2);
- Situação Desportiva - Informações relativas ao passado desportivo (Anexo 3);

- Dados estatísticos referentes ao treino e à competição desde a época 20__/20__ - Informações relativamente ao passado do jogador (Anexo 4);
- Dados antropométricos do atleta (Anexo 5);
- Situação Clínica (Anexo 6);
- Apreciação anual do jogador por parte do treinador desde a época 20__/20__ (Anexo 7);
- Registo de aspetos pertinentes relativos ao jogador desde a época 20__/20__ (Anexo 8).

A segunda por três componentes:

- Dados Individuais (Anexo 9);
- Dados Desportivos (Anexo 10);
- Dados Maturacionais (Anexo 11).

Este documento tem como objetivo recolher o máximo de informações consideradas essenciais para o clube e treinadores, possuindo tanto informações de carácter macro, como informações de carácter micro.

Em algumas situações determinadas informações poderão ter certa dualidade, podendo pertencer maioritariamente a macrogestão, mas passando por vezes a ser solicitadas pela microgestão, como é o caso do número de telefone, em que esta informação por si só, não acarreta implicações diretas na avaliação de aspetos desportivos, nem na microgestão, no entanto, em caso de alteração de horário de treino, ou qualquer outro motivo relacionado com secções de treinos, este terá implicações diretas na microgestão podendo levar à reestruturação do treino.

Na primeira secção do documento (Ficha Individual Atleta - Anexo 2, 3, 4), encontramos informações relativas ao passado desportivo do indivíduo, onde se pretende indicar essencialmente os clubes por onde passou e épocas em que esteve ao serviço deste. Igualmente fazem parte do documento dados antropométricos e clínicos, onde se representa a evolução antropométrica do jogador com variáveis como altura, peso, índice de massa corporal, entre outras, enquanto que nos dados clínicos encontramos informações relativas à patologias que o desportista possa ter/ter tido, assim como identificações de eventuais locais de intervenção cirúrgica. Encontramos igualmente uma apreciação por época do futebolista, onde se procura registar as principais potencialidades do jogador em termos físicos, técnico-tático e psicológicos, bem como aspetos prioritários a melhorar ao nível do treino.

Na segunda secção do documento (Ficha Perfil-Competências - Anexo 9,10,11), são referenciadas algumas informações de carácter civil (como residência, número de bilhete de identidade), bem como informações de carácter desportivo (como pé dominante, apetência posicional, índice de massa corporal). Na segunda parte desta secção são diagnosticados aspetos relacionados com a performance desportiva, com a enumeração de diversas competências (manipulação da bola (mestria)/qualidade de "toque", passe curto e longo (qualidade, direção e precisão), receção

orientada (curta ou longa) entre outras), onde são catalogadas em “muito bom”, “bom”, “médio” e “necessita de melhorar”. Por fim é diagnosticada a tipologia morfológica do indivíduo, onde se pretende determinar que tipo de desenvolvimento corporal irá sofrer. Estas fichas foram definidas atendendo a um conjunto de estudo realizados na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto como referido na entrevista pelo Prof. Marco Pereira: *“O que se procurou fazer, há uns anos na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, onde fiz a minha pós-graduação, foi tentar validar esses indicadores de análise, quer do ponto de vista da análise individual, quer do ponto de vista da análise coletiva.”*.

5.6. Análise e discussão de resultados

Existe a necessidade da interpolação de diferentes fatores pertinentes para um melhor entendimento do processo de diagnóstico. A aplicação de entrevistas com o intuito de pormenorizar o pensamento com que é executado, compreensão dos princípios da Periodização Tática e análise da organização da informação em documentos é fundamental para estarmos em condições de proceder a uma análise crítica mais profunda e construtiva sobre o tema.

Destacamos desde já a importância dada ao diagnóstico em todo o processo de treino, justificada na preocupação de estruturação de documentos efetivos, bem como numa grande frequência da sua aplicação.

Num quadro de referência estático, apesar de a nível teórico, o diagnóstico assumir grande importância, a sua aplicabilidade a nível prático poderá ser posta em causa, não que o diagnóstico deixe de existir, mas poderá não ter o mesmo rigor que as fichas pretendem ter, muito devido à sua operacionalização complexa e pouco funcional dos processos de diagnóstico, inviabilizando a sua utilização em ambiente de treino.

Na Periodização Tática verificamos uma valorização das potencialidades do diagnóstico, quer ao nível da macrogestão, quer ao nível micro.

“O diagnóstico não é só importante, é fundamental para o desporto. Quando digo para o desporto, refiro-me ao diagnóstico nas várias áreas que o desporto engloba, a organização/ gestão, as condições espaciais e materiais e aos recursos humanos, quer ao nível do organigrama de uma estrutura desportiva, quer ao nível do recrutamento e formação de atletas” Domingos, B..

Na Periodização Tática verifica-se uma avaliação das competências dos desportistas de modo a apurar se estes se “encaixam” com o Modelo de Jogo que se pretende atingir, isto é, identificar indivíduos com um determinado perfil pré-definido.

“Numa primeira fase é fundamental o diagnóstico das competências dos atletas para aferir se existe ou não enquadramento com os princípios da periodização tática e selecionar aqueles que

mais se aproximam dos requisitos tático-técnicos pretendidos, assim como as necessidades individuais de cada um.” Domingos, B.

Esta ideia de “chave-fechadura” é subjacente a um pensamento industrial, em que a formação de indivíduos é formatada de forma a surgirem indivíduos o mais homogêneo possível e assim assumirem as funções específicas para que foram formatados, ou ainda serem facilmente substituídos por indivíduos com as mesmas características. O jogo era nessa altura centrado essencialmente no Homem, o que outrora constituía uma forma válida de resolver os problemas, uma vez que estes se resumiam à execução de tarefas, procurava-se essencialmente formar indivíduos para essas funções, rentabilizando os recursos disponíveis. No entanto, o entendimento do jogo alterou-se passou igualmente a ser considerado as interações entre os indivíduos, passando os problemas a terem uma natureza diferente, solicitando aos indivíduos capacidade de tomar decisões, iniciativa e compreensão do contexto onde está inserido. Como afirma Almada *et al.* (2008) *“Hoje precisamos de pessoas com capacidade de decisão, com iniciativa e empreendedoras capazes de assumir responsabilidades e com o domínio de metodologia que lhes permitam atuar”*.

Na operacionalização do diagnóstico o registo de informações é efetuado em grelhas devidamente formatadas, sendo que em nosso entender a utilização de grelhas proporciona uma simplificação da organização das informações o que indica uma preocupação com aspetos mais práticos da ficha.

“O objetivo é discriminar ao máximo a análise individual do jogador” Pereira, M.. Em nosso entender, a procura de inúmeras informações não reflete a qualidade e efetividade de um diagnóstico, uma vez que certas informações irão ter mais pertinência do que outras. Estando limitados a nível de recursos, o diagnóstico deverá passar pelas variáveis mais pertinentes, em alternativa a uma análise desenfreada do indivíduo.

A observação do jogador passa pela visualização de jogos formais ou reduzidos, pois, verifica-se uma sensibilidade dos treinadores para a proporcionalidade inversa entre a redução de espaço de jogo e o aumento do número de ações efetuadas pelos jogadores o que facilita o diagnóstico uma vez que teremos mais ações para analisar.

No entanto, a nosso ver, a utilização exclusiva de jogos formais ou reduzidos poderá não representar a opção mais rentável uma vez que os jogadores poderão, em certos casos, não solicitar o tipo de comportamento que pretendemos observar, estando o diagnóstico condicionado às capacidades e ações dos jogadores, inviabilizando o diagnóstico de determinados comportamentos por se ficar dependente da aleatoriedade do que possa ocorrer no jogo.

Na Periodização Tática é afirmado que o diagnóstico se rege segundo o escalão que estamos a observar. *“De acordo com o escalão em observação, nos escalões mais baixos damos prioridade aos*

aspectos técnicos e “riqueza” do repertório motor. À medida que entramos nos escalões de “especialização”, nomeadamente, iniciados e fundamentalmente nos Juvenis e Juniores passamos a dar maior prioridade à aplicação, ou não, de requisitos inerentes aos princípios da periodização tática, relativos ao modelo de jogo, que se pretendem para a nossa forma de jogar” Domingos, B..

Verificando as fichas de diagnóstico, estas efetivamente consideram a divisão do jogador em fatores, no entanto, não destacam a importância de alguns em detrimento de outros, sendo que as fichas são paralelas a todos os escalões, não demonstrando essa alternância que os treinadores afirmam existir.

Nestas fichas de diagnóstico a avaliação dos fatores/competências desportivas é feita através da qualificação em quatro estados (“muito bom”, “bom”, “médio” e “necessita de melhorar”). Essa qualificação das competências remete-nos para uma certa subjetividade, uma vez que as qualificações irão depender da experiência e conhecimento de quem executa o diagnóstico, podendo resultar situações em que um fator é qualificado como “muito bom” por um técnico, no entanto, para outro apenas ser conotado como “bom”.

Julgamos que esta forma de avaliar carece de possibilidades de intervenção, uma vez que não nos proporciona informações que caracterizem as capacidades do indivíduo, apenas se limita à categorização de um fator. Fica aqui clara a necessidade de ter em consideração um conjunto de variáveis que permita compreender os fenómenos em causa eliminando dúvidas quanto às suas possíveis interpretações que ficariam assim afetas a um referencial claro e objetivo possibilitando inclusive a quantificação de alguns aspetos passando de uma análise qualitativa a uma quantitativa e mesmo à sua complementaridade.

Os fatores implícitos nas fichas são referentes a gestos, a manifestação de um conjunto de acontecimentos que resultaram em ações, como um passe, um remate ou um desarme (saídas motoras). Um futebolista que pretende efetuar um passe, recolhe informações relativamente à bola, posição do jogador a quem pretende passar, adversário e posição do seu próprio corpo, para de seguida tomar uma decisão e por fim executá-la ativando os seus músculos e aplicando uma força na bola.

Assumindo que o resultado de uma avaliação para diversos futebolistas seja um mau passe, a origem do erro poderá ser diferente, poderá surgir de uma má recolha de informações ou porventura de uma má aplicação de forças na bola.

O diagnóstico, mais que determinar as consequências dos erros, deverá determinar as causas do próprio erro. Afirmamos que o gesto é o resultado de um conjunto de fenómenos anteriores que se processaram ineficientemente, resultando numa ação pouco eficaz. Assim, em nosso entender, as fichas de diagnóstico deverão possuir o desdobramento de variáveis relativamente a cada ação, de

forma a identificar a natureza do erro e assim podermos intervir de forma mais incisiva, colmatando o erro intervindo ao nível da sua causa e não da sua consequência.

Segundo o Prof. Bruno Domingos, os principais fatores em análise são: isoladamente, tática, técnica, físico e psicológico. Em nosso entender, esta visão obedece a uma perspectiva estática e fragmentada da compreensão do objeto em estudo acarretando todos os prós e contras já citados. Destacamos ainda dois fatores referenciados pelo Prof. Bruno Domingos: intensidade e ritmo impingido no jogo considerado teoricamente, mas não referenciados diretamente nas fichas de diagnóstico.

Para o Prof. Marco Pereira a “parte” tática acaba por ser gestora de todo o processo de diagnóstico procurando-se criar um contexto para posteriormente avaliar o desportista. No entanto, para se perceber toda a potencialidade do jogador, o considerar de apenas um contexto poderá não ser suficiente; podendo não nos proporcionar os estímulos necessários para um diagnóstico rentável das capacidades do desportista.

Segundo os entrevistados, o diagnóstico é efetuado num primeiro momento na pré-época e posteriormente após cada momento competitivo. Apesar da frequência do diagnóstico ser referenciada nas entrevistas, a ficha diagnóstico não apresenta qualquer estrutura de sequência cronológica de evolução de variáveis durante uma época desportiva, nem considera a variabilidade entre variáveis de natureza diferente.

As atuais fichas de diagnóstico estão formatadas para um determinado instante de diagnóstico. No caso de serem utilizadas as mesmas para os diversos momentos, estas ganhariam pouca funcionalidade, em parte devido ao excesso de folhas a preencher (cerca de cinco para cada jogador a repetir para cada momento de diagnóstico), bem como a sobreposição de informações sem qualquer valor prático para o treino.

Segundo os Profs. Bruno Domingos e Marco Pereira, o “todo” é traduzido pelos princípios, assim são recriadas situações que solicitam e colocam em prática esses princípios de forma a diagnosticá-los. No entanto, deveremos ter em conta que a situação deverá ser suficientemente fechada para poder solicitar o princípio que se pretende, mas igualmente aberta para dar possibilidades de tomada de decisão sem limitar o indivíduo a apenas uma resposta permitindo-lhe evidenciar as suas reais capacidades.

Segundo o Prof. Bruno Domingos, o diagnóstico de princípios segue uma lógica do fácil para o difícil, seguindo uma lógica comum e disseminada na educação física (do simples para o complexo); passando o indivíduo a ser avaliado/catalogado segundo unidades didáticas, acarretando aspetos negativos anteriormente desenvolvidos.

Ambos os treinadores aceitam que o potencial do jogador é refletido pelo diagnóstico atual, no entanto, as fichas de diagnóstico não traduzem essa avaliação de potencial, considerando apenas as capacidades atuais.

A subdivisão da natureza da informação (macro e micro gestão) parece-nos fundamental de forma a evitarmos a aglomeração de informações sem qualquer valor prático para a prática da profissão, o que aparentemente não é exprimido nas fichas apresentadas, onde inúmeras vezes encontramos cruzamento de informações destas duas naturezas.

Atendendo ao que foi referido anteriormente, em que a natureza da informação pode ser ambígua, afirmamos a necessidade de um método mais eficaz, na sistematização da informação uma vez que julgamos que as competências de um treinador, apenas se devem focar no treino da equipa e do aumento do rendimento desta.

A pouca relevância da informação para a sistematização do treino incutido nas fichas de diagnóstico, constitui um ficheiro pouco prático. Cada ficha de diagnóstico é constituída por cinco páginas para cada jogador, sendo o plantel normalmente constituído por cerca de vinte a vinte e quatro elementos, teremos assim um documento de diagnóstico que totalizará cento e vinte páginas para todo o plantel, sem esquecer que as fichas de diagnóstico refletem o diagnóstico num determinado instante, não se verificando quaisquer referências à evolução dos fatores diagnosticados no jogador.

A ficha apresentada procura diagnosticar as competências de cada indivíduo, mas não os problemas de que este padece. Este tipo de diagnóstico tem uma funcionalidade limitada, uma vez que o treinador fica a conhecer o que cada desportista consegue pôr ou não em prática, mas não procura explicar as causas dos problemas identificados. Tal irá, na operacionalização do treino, constituir uma informação abrangente e pouco funcional para resolver os problemas identificados. O treinador poderá possuir informações sobre as dificuldades de um determinado futebolista na realização de um remate, no entanto, na elaboração do treino com essa informação apenas poderá elaborar exercícios para a repetição contínua da ação até obter sucesso (por acaso), uma vez que este não possui informações específicas sobre os fatores que proporcionaram um remate pouco rentável, não podendo estruturar exercícios que possam ir ao encontro das necessidades dos jogadores. Assim, afirmamos que a definição de fatores poderá não ser suficiente para um diagnóstico efetivo das competências do indivíduo. Este parece-nos um ponto importante a ter em conta e ao qual um diagnóstico deverá dar resposta identificando mais do que o problema a sua provável causa.

Atendendo à lógica da Periodização Tática em que o “todo” é considerado como um organismo vivo, a ficha analisada não procura diagnosticar as competências do “todo”, nomeadamente a dinâmica de coordenação entre elementos constituintes do todo. Continuando, o diagnóstico das interações estabelecidas entre fatores tão pouco é referenciado. Estaremos assim perante uma situação em

que a operacionalização do treino se faz atendendo ao todo, no entanto, o diagnóstico dos indivíduos faz-se ainda considerando somente as partes constituintes do todo sem considerar este mesmo todo que será maior do que a soma das partes.

5.7. Conclusões Intercalares

Chegados a este ponto, apresentamos um conjunto de ilações, relativos aos pressupostos do diagnóstico segundo a Periodização Tática em jeito de conclusões intercalares.

- Na Periodização Tática o diagnóstico assume um papel pertinente na gestão da atividade desportiva;
- A conceção do jogar segundo a Periodização Tática permite o desenvolvimento do jogar assente na máxima “tática como guia de todo o processo de treino”;
- O diagnóstico na Periodização Tática assenta essencialmente nos princípios que o treinador pretende refletir em jogo;
- Existência de um desfasamento entre os fatores considerados em treino “jogador percecionado como um todo” e os fatores considerados em diagnóstico “jogador percecionado como partes possíveis de serem desmanteladas e analisadas separadamente”;
- O diagnóstico assenta na categorização de ações através de adjetivos qualitativos dependente das vivências do treinador que procede ao diagnóstico, tornando-o pouco funcional, subjetivo e pouco preciso na transmissão de dados entre treinadores;
- Os fatores implícitos, na elaboração do diagnóstico, são referente a saídas motoras, estas são a manifestação de um conjunto de processos que resultaram em ações, sendo que o que deve ser treinado não é identificado - não são identificadas as causas dos problemas nem sequer verificamos preocupação na sua procura;
- Os documentos apresentados não tomam em conta a sequência cronológica de evolução de variáveis durante uma época desportiva, nem consideram a variabilidade entre variáveis de natureza diferente.

Após esta reflexão, verificamos que os pressupostos do diagnóstico tendo em conta uma perspetiva estática assente na Periodização Tática não constitui a opção mais rentável no sentido de conhecer os jogadores e as suas capacidades e potencialidades, não se verificando qualquer preocupação com a identificação do que possa estar além das consequências das saídas motoras. Este é assim, em nosso entender, uma das principais lacunas desta perspetiva. Despromovendo-a de sentido do

desenvolvimento do diagnóstico segundo esta perspectiva, uma vez que já se verificou não ser o melhor caminho para um rendimento superior.

Apresentamos em seguida um conjunto de pressupostos que julgamos poderem operacionalizar o diagnóstico numa perspectiva dinâmica, desenvolvido com base em ferramentas conceituais, que num futuro se poderão materializar em utensílios determinantes para a transformação do processo de treino, respondendo de forma mais rentável aos problemas identificados e às necessidades sentidas, constituindo uma alternativa a proposta anterior.

Capítulo 6

Pressupostos para a estruturação do diagnóstico segundo uma perspectiva dinâmica

6.1. Diagnóstico no remate sobre pressão no futebol

O futebol solicita determinados comportamentos, definidos pelas características e regras da modalidade. Quando duas equipas disputam um jogo de futebol, as regras da atividade desportiva são previamente estabelecidas, por órgãos gestores dessa mesma atividade (FIFA), assim as condições de jogo são iguais para ambas as equipas.

“O Futebol é um jogo regulado por um conjunto de normas simples, cujo objetivo final é a vitória, alcançada pela equipa que coloca mais vezes a bola no interior da baliza do adversário.” (Neves, J. 2004).

A equipa que terá melhor domínio de um conjunto de variáveis pertinentes na actividade em questão, apresentará maior probabilidade de vitória.

“Al Hablar sobre el fútbol, cuando intentamos analizar la multitud de factores que influyen en la consecución de la victoria, podemos perdernos en la multitud de variables que, si no sabemos observar, analizar e interpretar, pueden conducirnos a ideas equivocadas, cuando no a un entramado complejo del que difícilmente podemos extraer conclusiones” (López, M. 1999).

Tomando como referência a Taxonomia das Atividades Desportivas, proposta por Fernando Almada, tal como já vimos, o *“Modelo das Atividades Desportivas Coletivas é caracterizado por solicitar comportamentos de diálogo entre os diferentes desportistas através da interação, não só da mesma equipa, como com a equipa adversária e, inclusivamente, com o próprio público que assiste a estas atividades desportivas.”* (Almada, 1999a cit. por. Vicente, 2007:95).

Como qualquer atividade, o futebol possui regras e regulamentos específicos, como o tempo e espaço de jogo, faltas, fora de jogo entre outras. Que obrigam à definição de estratégias.

Como refere o Modelo Taxonómico dos Desportos Coletivos, *“privilegiar a divisão de trabalho entre os desportistas de uma mesma equipa, implicando portanto a divisão de funções específicas e o domínio das suas coordenações (dinâmica de grupo) por forma a que o resultado final seja favorável à sua equipa em detrimento de outra (s).”* (Almada, 1999a, cit. por. Vicente, 2007:96).

No diagnóstico de uma equipa de futebol teremos que ter em conta todos estes aspetos, mas primordialmente as relações estabelecidas entre os intervenientes. Isto é, na relação de tempos entre estes, no total de somatórios de tempos entre as equipas.

Este modelo pode ser expresso de forma muito simplificada, por:

$$\Sigma t \geq \Sigma t'$$

Onde:

t- tempo que o praticante (x) leva para interceptar a trajetória de um objeto

t'- tempo que o objeto jogado pelo praticante (y) leva para percorrer o espaço até ao seu objetivo". (Almada, 1999a, cit. por. Vicente, 2005:64)

É esta relação espaço temporal, conjuntamente com determinados indicadores, que nos irá permitir diagnosticar as competências para a modalidade, como por exemplo:

- Dinâmica de grupo;
- Diferentes tempos da equipa e da equipa adversária;
- Relação centro de massa e base de apoio;
- Velocidade;
- Força útil (ponto de aplicação, sentido, direção, intensidade e tempo de atuação).

(Travassos, 2005:32)

Existem outros fatores que serão igualmente pertinentes para a observação e quantificação destas variáveis, que irão permitir a escolha da estratégia mais rentável para a equipa: como a compreensão das leituras feitas ao adversário, as estratégias que tomam para “enganar” a equipa adversária, as saídas motoras serão indicadores de tal processo.

No desdobramento dos fatores em jogo num remate de futebol teremos como principais variáveis o tempo (t) gerado pelo atacante. Para que o atacante tenha sucesso esse mesmo tempo (tempo que a bola demora a percorrer o espaço desde onde ela é rematada até a baliza), terá que ser inferior ao tempo que o guarda-redes demora a ir desde da sua posição até ao local onde a bola passa ($t < t'$). O tempo gerado pelo atacante irá depender do espaço entre a baliza e o local onde a bola irá ser rematada, face à velocidade com que a bola percorre esse espaço ($e = v \cdot t$). A velocidade que a bola ganha depende essencialmente do tempo de aceleração dos segmentos que aplicam força nela, bem como da aceleração ($v = a \cdot t$). A aceleração adquirida pela bola irá depender essencialmente da massa desta, face a força que lhe é aplicada ($F = m \cdot a$). Assim a velocidade da bola e ângulo de saída, são as variáveis que determinam em última instância a trajetória da bola.

Para a alteração da velocidade da bola podemos intervir em duas variáveis:

- A aceleração da bola através da fórmula v (velocidade) = a (aceleração) vezes t (tempo) - $v=a.t$;
- Características da força (Ponto de aplicação, sentido, intensidade, direção e tempo de atuação) aplicada sobre a bola através da fórmula F (força aplicada) = m (massa) vezes a (aceleração) - $F=m.a$.

Cada uma destas variáveis atua em função de um conjunto de fatores em jogo na atividade, como regras de jogo e características da situação em que o remate é efetuado.

Relativamente à força (considerando igualmente as suas componentes: ponto de aplicação, intensidade direção, sentido e tempo de atuação) podemos ainda desdobrar em função de múltiplas variáveis de quais destacamos:

A componente útil resultante do somatório das forças em jogo numa cadeia cinética:

- A coordenação dos sucessivos inícios de força da cadeia cinética;
- A capacidade muscular;
- A relação centro de massa base de apoio;
- O trabalho (w) realizado ($w=m.a.e$);
- A potência ($P=w/t$).

Relativamente à velocidade da bola ($v=a.t$), esta é expressa em função de algumas variáveis:

- O tempo disponível para o atacante acelerar os seus segmentos;
- A rentabilização dos percursos de aceleração;
- O conjunto de velocidades angulares permitidas pela capacidade angulares das articulações humanas;
- Força e suas componentes (ponto de aplicação, sentido, direção, intensidade e tempo de atuação);
- Massa da bola;
- A velocidade de deslocamento (sendo esta função de energia cinética ($E_c=1/2 m.v^2$) e do momento de inércia do jogador);
- O tempo de reação complexa (que engloba o tempo que o jogador demora a recolher o(s) estímulo(s) (a que designamos por tempo das Entradas Sensoriais), mais o tempo de escolha da melhor opção (tempo do tratamento central) até ao início da operacionalização da resposta (início da Saída Motora).

Para a operacionalização desta perspetiva dinâmica, iremos proceder ao diagnóstico de uma situação de remate sobre pressão. O remate constitui, como já vimos, a última ação entre o atacante e o seu objetivo de jogo (marcar golo), esse objetivo é contrário aos objetivos definidos

pela equipa adversária (evitar o golo). O objetivo de marcar golo na baliza adversária irá solicitar uma disputa pelo objeto de jogo (a bola), criando tensões entre os intervenientes. Assim, o remate sobre pressão revela-se uma das ações de extrema importância para a obtenção do objetivo de jogo.

No diagnóstico de uma situação de remate tomaremos em conta a interação que se estabelece entre o Defesa e Atacante. Apesar de poder ser considerada ainda a relação com o guarda-redes, esta relação não será considerada neste estudo, uma vez que o objetivo deste se centra na relação estabelecida entre o atacante e defesa, assim iremos por de lado esta interação uma vez que, face às duas oposições sofridas pelo atacante (defesa e guarda-redes) a compreensão das repercussões da pressão será impossível de determinar, pois o resultado do comportamento do rematador resulta da interação deste entre os dois opositores, usurpando e camuflando o comportamento assumido pelo atacante face somente à pressão do defesa.

Para que o atacante tenha sucesso, segundo o modelo taxionómico dos desportos coletivos proposto por Fernando Almada, este terá que gerar um somatório de tempos (t) inferior ao do defesa (t'), de modo a que este não lhe retire a bola e assim cumpra o seu objetivo. Esse somatório de tempos é traduzido pela soma do tempo de reação, tempo de tomada de decisão (tempo do tratamento central) e por fim tempo de colocar em prática a tomada de decisão, ou seja, o tempo das saídas motoras.

Assim, de uma forma simplificada, o sucesso da ação será determinado pela:

- Precisão de remate (capacidade do jogador gerar ângulos de saída da bola que lhe permita colocá-la onde pretende na relação com a velocidade inicial da bola);
- A capacidade de gerar tempos que proporciona vantagem (capacidade de leitura da situação, capacidade de tomada de decisão e capacidade das saídas motoras traduzidas na aplicar forças e suas componentes, na procura da melhor relação entre espaço e velocidade);
- Capacidade de responder de forma rentável à pressão do defesa traduzida na agressão do espaço vital, bem como na aplicação externas de forças.

A proposta de diagnóstico apresentada, alicerça-se numa perspetiva dinâmica como tal a leitura dos desdobramentos de variáveis terá que seguir o mesmo caminho.

Na relação estabelecida entre os dois indivíduos a alteração de uma variável poderá constituir a alteração do equilíbrio estabelecido entre um conjunto de variáveis, assim julgamos ser pertinente a perceção das relações estabelecidas entre variáveis de forma a termos uma mais fácil perceção e operacionalização das mesmas.

6.1.1. Definição de pressão

Mas antes de avançarmos precisamos de compreender melhor o conceito de pressão e segundo diferentes perspetivas que nos permitirão ter uma visão mais abrangente.

Segundo o dicionário da Língua Portuguesa da Porto Editora, Pressão é:

- Ato ou efeito de premer ou premir;
- Força exercida sobre um determinado ponto ou elemento de uma superfície;
- Valor da força exercida;
- Grandeza física definida pelo quociente entre a força exercida sobre um elemento de superfície de um corpo e a área da superfície sobre a qual se exerce;
- Ação de tentar persuadir ou obrigar alguém a ação;
- Influência.

Em termos físicos, Serway, R. (2004) define pressão como *“Pressão é a força por unidade de área. Considere-se uma superfície de área A, sobre a qual se aplica uma força de valor F, perpendicular à superfície e uniformemente distribuída.”*.

Traduzindo sob a formula de:

$$p = \frac{|\vec{F}|}{A}$$

Na psicologia, o termo pressão aparece associado ao *stress*. Assim *“É difícil encontrar uma definição simples e completa de stress. Na psicologia, podemos encontrar conceitos como ansiedade, pressão, ativação, medo, que são partes do stress ou estão ligados a ele.”* (Silvério, J. & Srebro, R., 2002).

Segundo Sidónio Serpa (2005) *“o stress pode ser entendido como a carga constituída por um conjunto de exigências que incidem sobre o indivíduo, mediadas pela perceção que realiza sobre a sua capacidade de lhes fazer face.”*.

Consideramos a divisão da pressão para a elaboração do diagnóstico do remate, em elementos de influência externa ao indivíduo, subdividida em “física” e “psicológica”. Exemplificando na aplicação de uma força na bola, esta terá como componentes (intensidade, sentido, direção, ponto de aplicação, tempo de atuação), caso exista uma força externa que influencie qualquer uma destas componentes, estaremos perante uma pressão externa “física”. Essa força terá como objetivo alterar as características das componentes da força do remate efetuado pelo atacante.

No entanto, não podemos resumir a qualificação desta pressão somente como “física”, uma vez que a perceção da aproximação do adversário (agressão ao espaço vital), o público, comunicação social, problemas pessoais entre outros constituem igualmente uma fonte de pressão externa.

Numa situação de remate para a concretização do objetivo, o defesa pode procurar reduzir o espaço para com o rematador, bem como, por exemplo, aplicar força sobre este, de forma a alterar as características da sua ação (pressão física externa). Face a isso teremos que definir os limites em que essa aplicação de força externa altera as componentes referidas anteriormente. De forma simplificada segue o seguinte esquema:

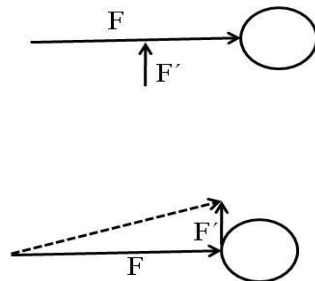


Figura 1-Simplificação do fenômeno de pressão externa física

Assim poderemos afirmar que a determinação do limite de F será feita relativamente à intensidade de F' e a capacidade de esta alterar as componentes de F . Isto é a capacidade do rematador aguentar uma força externa sem alterar as características do remate, ou bem alterando-as, mas mantendo o diferencial de tempos favorável ($t \geq t'$). De referenciar que esse limite de força será dependente do árbitro, uma vez que uma maior aplicação de forças externas poderá constituir uma infração as regras do jogo, assim esse limite será determinado pelo árbitro sendo variável, dependendo dos critérios de arbitragem considerados. Não podemos ignorar que a aplicação de uma força externa nem sempre é feita da mesma forma, podendo expressar-se numa carga de ombro, numa entrada com os membros inferiores ou superiores, dentro ou fora dos limites definidos pelas leis do jogo.

Mas não só na aplicação de forças se resume a pressão, como referido anteriormente, esta poderá ser traduzida sobre a forma de *stress*, variável maioritariamente relacionada com a psicologia.

Essa pressão traduz-se na capacidade dos indivíduos em gerir as componentes da força no remate (intensidade, sentido, direção, ponto de aplicação, tempo de atuação), face a pressões “psicológicas” externas, na capacidade do futebolista em interpretar o contexto onde compete e responder de forma rentável.

Para Samulski, Chagas e Nitsch (1996), o *stress* psicológico é um processo que ocorre a partir da interação do indivíduo com o meio-ambiente, através de fatores pessoais (processos psíquicos e somáticos) e de fatores ambientais (processos ambientais e sociais).

Com isto chegamos à conclusão que para o diagnóstico do remate sobre pressão deveremos perceber como o contexto influencia o conjunto de variáveis já definido, para assim evitarmos a análise exaustiva do desportista em diferentes contextos.

Mais do que observar a saída motora, deveremos perceber quais os fenómenos que resultam nessa saída motora, pois saídas motoras semelhantes poderão resultar de fenómenos completamente diferentes, o que poderá levar a diagnósticos errados.

Em medicina, por exemplo, a manifestação de febre pelo paciente não implica que este tenha uma determinada doença, já que a febre é um indicador de inúmeras patologias, para um diagnóstico eficiente terá que se proceder a recolha de mais que um indicador para uma eficiente identificação da patologia.

No futebol, um remate que não cumpra o seu objetivo, poderá resultar da incapacidade do executante o realizar, isto é, na gestão das variáveis espaço/velocidade face à baliza, ou da capacidade de gerir essa gestão face às diversas pressões existentes, tanto “físicas” como “psicológicas” (de referir que as duas se encontram interligadas, uma vez que, uma tentativa mais agressiva do defesa de recuperar a bola (aplicação de forças no portador da bola) poderá ter repercussões a nível psicológico neste, nomeadamente medo condicionando as seguintes ações).

As próprias regras irão ter um efeito de pressão/stress sobre o executante, nomeadamente limitações espaço-temporais, assim poderemos considerar que todos eles são feitos sobre pressão, no entanto, apenas em alguns casos a pressão tem real efeito sobre o remate.

“Tem-se vulgarmente a ideia de que o stress é sempre uma situação vivida como desagradável e de consequências negativas.” (Silvério, J. & Srebro, R., 2002)

No entanto, este possui duas formas de ser vivido, uma como sendo de excitabilidade agradável e positiva, se for mantido entre determinados limites (zonas ótimas de funcionamento), pode constituir um alerta essencial que facilita as respostas adequadas. Poderemos considerar a pressão como algo que perturba, quer positivamente quer negativamente o desportista, dependendo da forma como o futebolista reaja a essa pressão ou diferentes tipos de pressão.

Na estruturação do diagnóstico, em situações de remate sobre pressão, importa perceber quais os tipos de pressão que o futebolista está sob o seu efeito e de que forma o condiciona na execução desta ação. O diagnóstico do remate sobre pressão não deverá limitar-se à definição de indicadores de performance, mas sim à forma como estas variam na presença de pressão.

Inúmeras vezes observamos situações em que o treinador cria situações em que dois ou mais elementos jogam sem oposição (eventualmente apenas contando com a oposição do guarda-redes),

onde o equilíbrio de variáveis obtido pelos atacantes pode ser o mais rentável nessa situação. No entanto, na presença de adversários, com pressão, esse equilíbrio de variáveis deixa de ser o mais rentável, tendo que se obter um novo equilíbrio mais rentável na resposta a nova situação. Assim torna-se essencial perceber as implicações da pressão em cada indivíduo e definir estratégias para treinar, com o objetivo de obter o melhor equilíbrio entre variáveis em cada momento.

6.2. Definição de uma conjectura para a operacionalização do diagnóstico numa perspetiva dinâmica

De acordo com a taxionomia apresentada na elaboração do diagnóstico pretendido, a estruturação de novo conhecimento assenta na perceção das interações estabelecidas entre variáveis e no funcionamento destas, de forma a um melhor entendimento do fenómeno em estudo.

O equacionar de conjecturas deve estar assente, para uma efetiva resolução do problema, na relação estabelecida entre o rematador, o defesa e o objetivo a que se propõe. A análise de uma situação de remate sobre pressão deverá igualmente centrar-se nas relações dialéticas que o rematador estabelece com o objetivo, o defesa e o guarda-redes.

Nesta situação específica, iremos considerar a ação de um defesa de modo a solicitar o comportamento que pretendemos analisar (efeito da pressão no rematador), no entanto, a relação que se estabelece com o Guarda-Redes não será considerada, uma vez que o estabelecer desta relação poderá camuflar o comportamento que pretendemos diagnosticar, levado a conclusões erradas. Optámos assim por eliminar a presença de um outro adversário que poderá influenciar a ação do rematador escolhendo duas situações relativamente simplificadas, mas que nos permitirão compreender o efeito da pressão sobre o rematador no futebol.

Na formulação e desenvolvimento de hipóteses, na primeira situação, é solicitado ao rematador que acerte num alvo, à máxima velocidade possível, sem qualquer oposição; na segunda em que terá o mesmo objetivo, mas desta vez com a presença de um defesa que terá por missão impedir o remate.

Assim propomos como primeira hipótese:

No remate sobre pressão na presença do adversário existirá uma tendência para a diminuição da precisão de remate.

De modo a determinar a influência do adversário na precisão do atacante, teremos que considerar uma situação sem pressão de forma a determinar a precisão de remate do indivíduo, isto é, a capacidade de gerar um ângulo de saída da bola que lhe permita atingir o seu objetivo. A determinação da precisão de remate representará uma referência para a comparação de remates

com presença do adversário, conseguindo a determinação dos limites da influência do efeito de pressão recorrendo à sua comparação. Estaremos a controlar a pressão através da criação de duas situações de remate sem e com pressão para, posteriormente, identificarmos as diferenças entre elas.

A situação de remate sem pressão consiste em executar um remate antes de uma distância pré definida, sendo a precisão determinada recorrendo ao ângulo de saída da bola face à distância a que esta passou do alvo. Assim, perante a pressão exercida pelos defesas, iremos determinar a influência desta no ângulo de saída da bola, no momento do remate, determinando a existência ou não de alteração da precisão.

Propomos como segunda hipótese:

No remate sobre pressão mantendo a velocidade de deslocamento do rematador perante diferentes velocidades de deslocamento do defesa existirá uma alteração da distância entre a baliza e o local onde o remate é efetuado.

Atendendo ao modelo dos desportos coletivos, que considera a relação de tempos que se estabelece entre o atacante e o defesa ($t \geq t'$), teremos, numa primeira abordagem, de definir o tipo de situações com que nos poderemos deparar no desenvolvimento da primeira hipótese.

De modo a determinar a influência da variação da velocidade entre o atacante e o defesa, teremos que considerar a variação do espaço entre eles, durante a situação, pois ambas as variáveis se encontram correlacionadas numa relação inversamente proporcional, isto é, para o mesmo espaço inicial uma maior velocidade implica uma mais rápida redução do espaço ($e=v.t$). Parte do efeito de pressão e suas repercussões no rematador, nomeadamente nas estratégias tomadas (tratamento central) e saídas motoras só serão manifestadas em situações limites das suas capacidades.

Será solicitada a velocidade máxima, quer ao defesa, quer ao atacante, através da estruturação de uma situação de remate sobre pressão, que pela sua natureza (objetivos contrários entre o defesa e o atacante) exige aos intervenientes a sua velocidade máxima de deslocamento, o que por consequência levarão à alteração do espaço entre os intervenientes devido às suas esperadas diferentes velocidades de deslocamento.

No estudo desta situação, o controlo da velocidade perante o espaço é fundamental de forma a perceber como a relação entre eles influencia o comportamento do rematador, no entanto, não podemos ignorar que esta influência é também definida pela posição inicial dos intervenientes na situação.

Assim, teremos que considerar para o mesmo espaço entre atacante e defesa as seguintes situações:

- O defesa parte de posição frontal (frente) relativamente ao atacante onde a relação entre espaço e velocidade estabelecida, resume-se independentemente do diferencial de tempo estabelecido ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$) à diminuição do espaço numa maior ou menor proporcionalidade dependendo da velocidade dos intervenientes.

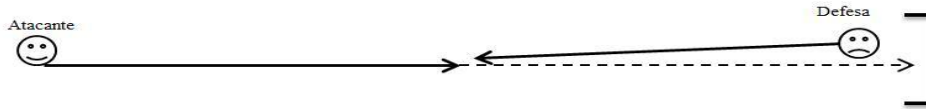


Figura 2 - Representação da situação de pressão partindo o defesa de posição frontal (frente)

- O defesa parte de posição frontal (trás) relativamente ao atacante onde a relação entre espaço e velocidade estabelecida entre eles, proporciona uma diminuição do espaço para situações de $t > t'$ devido a uma maior velocidade do defensor face à do atacante; uma manutenção do espaço para situações de $t = t'$ devido às mesmas velocidades entre atacantes e defensor; e por fim, um aumento do espaço devido a uma maior velocidade do atacante face à do defensor.



Figura 3 - Representação da situação de pressão partindo o defensor de posição frontal (trás)

- O defensor parte de posição lateral relativamente ao atacante onde a relação entre espaço e velocidade estabelecida entre eles para qualquer das situações ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$) com a diminuição do espaço entre eles, sendo que para situações de $t > t'$ não irá promover o confronto, tendo o atacante vantagem, e para situações de $t = t'$, $t < t'$ teremos confronto entre atacantes e defensas, onde para $t < t'$ o defensor terá vantagem.

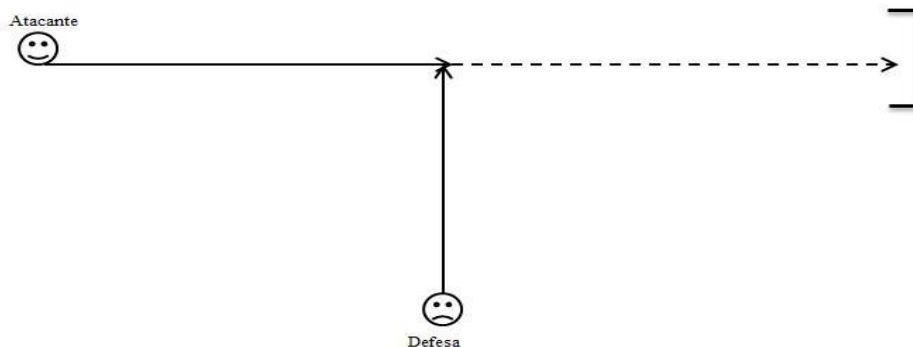


Figura 4 - Representação da situação de pressão partindo o defensor de posição lateral

Na primeira situação (remate sobre pressão partindo o defesa de uma posição frontal/frente) estaremos a promover o confronto, uma vez que o defesa parte de uma posição inicial entre o rematador e o seu objetivo. Na segunda situação (remate sobre pressão partindo o defesa de uma posição frontal/trás), não estaremos a promover o confronto entre indivíduos, pois o defesa parte de uma posição anterior à do atacante podendo este não ser influenciado por aquele em certas condições (nomeadamente dependendo da distância entre eles e da velocidade de corrida de cada um). Entretanto, em certas situações em que um dos intervenientes gere uma relação espaço/velocidade fora dos limites do seu oponente, ambas as situações não se irão proporcionar. Exemplo disso são situações em que o defesa parte de posição frontal/frente, no entanto, o atacante gere um tempo que não proporciona condições suficiente ao defesa para criar a oposição - tempo inferior.

Para a análise de uma situação de remate sobre pressão e face aos objetivos visados por nós, tal como descrito anteriormente, utilizaremos como situação padrão, o remate sobre pressão efetuada por um defesa partindo de uma posição lateral. Esta situação proporciona as condições adequadas para uma diversidade de janelas de oportunidade de respostas (relações possíveis entre o atacante e o defesa em função dos tempos de cada um), bem como um controlo do espaço entre os intervenientes durante a situação, conseguindo assim controlar os diversos diferenciais de tempo que ocorrerão, determinante para o diagnosticar dos desportistas na situação pretendida.

No estudo do efeito de pressão e suas repercussões no comportamento do rematador, teremos que nos assegurar do controlo da distância entre o atacante e o defesa face à velocidade destes no desenrolar da situação.

Considerando situações em que as velocidades máximas do atacante e do defesa são diferentes, poderemos não controlar eficazmente esta no desenrolar da ação, uma vez que diferentes velocidades implicam alterações do espaço no desenrolar das ações, alterando a relação entre os diferenciais de tempos (t, t').

Diferentes velocidades proporcionarão para o mesmo espaço inicial (e_1) diferentes diferenças de tempo ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$). Podendo existir situações em que amplitudes de limites de velocidades muito grande levarão à inexistência de interações entre os intervenientes, ou então à situação inversa, onde a relação espaço/velocidade entre os jogadores proporciona um tempo tão reduzido que inviabiliza qualquer ação do atacante.

Em suma, uma grande amplitude de velocidade entre intervenientes poderá gerar tempo que poderá estar fora dos limites do opositor o que inviabiliza a solicitação de comportamentos que pretendemos analisar nesta situação concreta dificultando a análise do indivíduo.

Para o diagnóstico dos desportistas no remate sobre pressão teremos que identificar perante qual situação estamos, qual a velocidade de deslocamento de ambos os intervenientes, como varia o espaço entre eles e que diferencial de tempo irá gerar de forma a não cairmos em situações fora dos limites do jogador.

Em todas as situações descritas anteriormente ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$) verifica-se a diminuição do espaço entre o atacante e defesa, sendo que para maiores velocidades de deslocamento do atacante ($t < t'$) não teremos confrontação, pois o atacante chega em primeiro ao ponto onde as duas trajetórias se intersectam, já para velocidades de deslocamento iguais ($t = t'$) teremos confrontação e, por fim, para velocidades superiores do defesas ($t > t'$) teremos confrontação podendo verificar-se uma alteração da trajetória do defesas, uma vez que percorrendo mais espaço em menos tempo poderá pressionar o atacante mais distante da sua baliza.

Cada situação de remate ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$) promove determinadas respostas, segundo as características de cada jogador, se estes estabelecem ou não relação com o adversário tirando proveito do diálogo estabelecido entre eles. A relação estabelecida entre tempos é proporcionada pelas diferentes velocidades, uma vez que tanto o atacante como o defesas terão que percorrer o mesmo espaço.

Perante o objetivo proposto ao atacante (marcar golo perante a oposição de um defesas) este poderá responder (de forma simplificada) à sua oposição de duas formas: rematando diretamente à baliza ou procurando fintar o defesas para rematar posteriormente.

No entanto, estas ações poderão ser executadas estabelecendo ou não relação com o adversário. Em caso de remate direto à baliza teremos que considerar duas situações: 1- a primeira em que o atacante lê o defesas, isto é, interpreta e considera a relação estabelecida entre eles ajustando a sua resposta perante este, de forma a ganhar vantagem no diferencial de tempos; ou, 2- na segunda situação, em que o atacante não considera a relação estabelecida entre eles, procurando realizar o remate independentemente das ações do defesas.

6.2.1. Definição de uma situação experimental para a operacionalização do diagnóstico segundo a perspetiva dinâmica

Estruturando uma situação que solicite o mesmo comportamento que uma situação de remate sobre pressão, poderemos confrontar atacantes e defesas, através da execução de um remate por parte do atacante perante um alvo pré-definido. Como referido anteriormente, a situação de pressão que nos proporcionará as melhores condições para a determinação da influência da pressão no remate será aquela em que o defesas partirá de uma posição lateral relativamente ao atacante.

O que se pretende é perante a alteração da relação entre espaço/velocidade, proporcionar as seguintes situações $t > t'$, $t = t'$, $t < t'$ e identificar as repercussões na tomada de decisão do atacante; uma vez que a distância entre o alvo e o local onde o remate é efetuado está intimamente correlacionado com a tomada de decisão deste.

Mas, como já referimos, para que possamos ter um referencial da precisão de cada um dos atacantes teremos de, num primeiro momento, equacionar uma situação de remate sem pressão que terá por objetivo:

- Determinação da precisão de remate para cada rematador;
- Determinação de limites do rematador;
- Comparação de dados entre remates com e sem pressão.

Como primeira situação prática, o atacante terá que se deslocar, sem oposição, efetuando um remate rasteiro (rematando a bola junto ao solo de forma a padronizar os remates para mais facilmente os poder comparar, bem como na simplificação dos cálculos na determinação do ângulo de saída da bola) com o objetivo de acertar num alvo colocado à sua frente (um cone), tendo como limite para o efetuar a linha de grande área (16,5 metros da baliza e do alvo - que se encontra no centro desta - sendo que esse limite foi definido atendendo a uma análise prévia que realizamos onde se identificou que esse é o local de onde os futebolistas tendencialmente privilegiam o remate em situação de jogo).

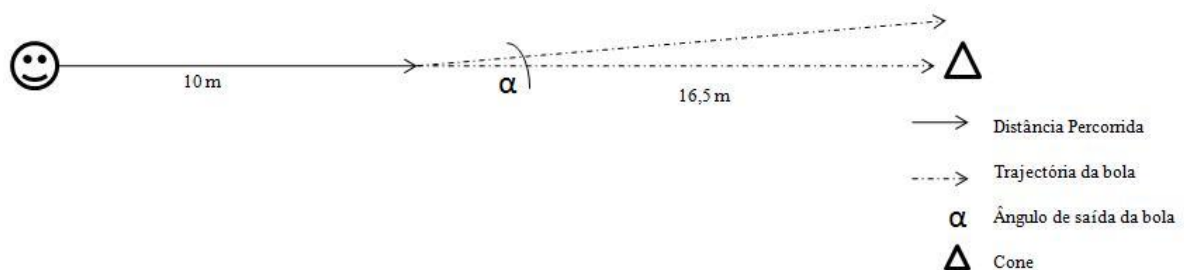


Figura 5-Situação de medição da precisão do atacante sem pressão

Após obtermos a referência da precisão para cada atacante, passaremos a uma segunda situação onde será adicionada oposição. O defesa que realizará a oposição tentando impedir o remate partirá de uma posição lateral relativamente ao atacante, tal como já mencionado.

Não podemos ainda ignorar que a aproximação do defesa pelo lado esquerdo ou direito ao atacante poderá ter repercussões na tomada de decisão do indivíduo, pois segundo o lado da aproximação do defesa e a preferência para este utilizar um membro inferior em detrimento do outro (destro ou esquerdino), o atacante atendendo ao seu à-vontade na situação poderá escolher rematar em detrimento de fintar, não indicando forçosamente uma menor ou maior competência no jogar com o adversário.

Na estruturação da situação prática não poderemos ainda menosprezar a alteração da velocidade máxima com o incrementar da fadiga, assim compete-nos assegurar tempos de recuperação suficientemente grandes para esta não se instalar, o que para além de alterar a relação de tempos (pois cada indivíduo tem diferentes graus de tolerância à fadiga), influenciará a percepção do contexto envolvente de um jogador sobre fadiga contaminando assim os valores.

Teremos assim na situação prática:

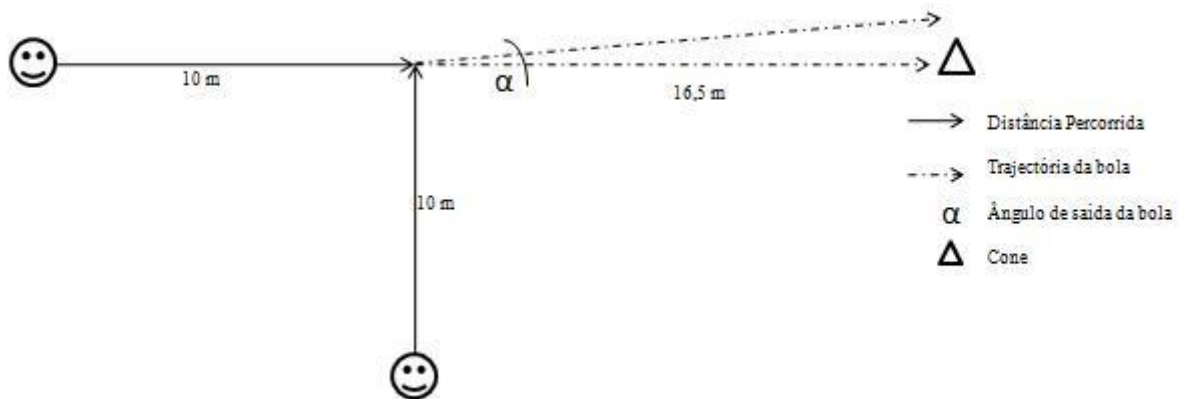


Figura 6- Representação da situação prática de remate sobre pressão

De forma a entender o fenómeno de pressão e a forma como altera a distância entre a baliza e o local onde o remate é efetuado, importa entender com que princípios essa tomada de decisão é efetuada, mais precisamente se tem ou não em conta o adversário, se estabelece ou não um diálogo entre o atacante e o defesa.

Com base em tudo o que foi equacionado definimos duas características fundamentais na definição do diagnóstico de um jogador: 1- aqueles que não estabelecem relação com o adversário, tomando as suas decisões essencialmente com base nas suas capacidades e; 2- aqueles que estabelecem relação com o adversário, que tomam decisões assentes em indicadores proporcionados pelos defesas.

Confrontarmos os jogadores perante as três situações possíveis de se proporcionar ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$), de forma a identificar essa característica. O desdobramento de variáveis será assim feito atendendo às características e ao tipo de situação com que o atacante se depara.

1- O atacante não considera a relação com o adversário na tomada de decisão

Desenvolvendo a primeira situação ($t > t'$) esta terá como característica a oposição do defesa ao atacante uma vez que, face ao mesmo espaço que ambos têm que percorrer, o atacante apresenta

uma menor velocidade de deslocamento chegando mais tarde do que o defesa ao ponto de interseção entre as duas trajetórias de deslocamento.

Perante a oposição, prevemos que indivíduos que não considerem preferencialmente a relação com o defesa procurarão:

- O remate antes de chegar ao local onde se encontra o defesa evitando o confronto;
- O remate perante a oposição (mesmo que este não tenha sucesso);
- A finta pré-estabelecida (automatizada);
- Aumento do espaço entre ele e o defesa através da alteração da sua trajetória.

Face à primeira resposta ao problema dada pelo atacante (remate antes de chegar ao local onde se encontra o defesa), esta poderá ser enquadrada como sendo efetuada por indivíduos que não consideram a relação estabelecida entre intervenientes; considerando fundamentalmente as mesmas características do remate independentemente da situação ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$) com que o atacante se depara.

Assim, para diferentes velocidades de aproximação do defesa o atacante terá a tendência de rematar do mesmo local mantendo o mesmo ângulo de saída de remate, esperando que tenha a mesma precisão. Confirmando-se esta tendência, consideramos como indicadores: distância que a bola passou do alvo, ângulo de saída, velocidade de aproximação do defesa e a frequência com que a resposta se manifesta. A frequência da mesma resposta perante diferentes problemas, mantendo as mesmas características indicará, possivelmente, uma tendência do atacante para evitar o confronto com o adversário. Com base nestes dados estaremos em condições de ajustar as componentes do remate de forma a obtermos um melhor rendimento.

Perante a segunda possibilidade de resposta ao problema (remate perante oposição), esta poderá ser enquadrada atendendo à repetição do mesmo face a mesma situação ($t > t'$), isto é, perante a mesma situação o indivíduo toma como opção rematar. No entanto, poderemos verificar situações em que para a mesma oposição o atacante altera a sua estratégia; este facto poderá ser explicado segundo uma lógica de tentativa-erro onde após o insucesso das primeiras tentativas de remate contra o defesa, o atacante retifica a seu insucesso alterando a sua estratégia continuando, no entanto, a tomar as suas decisões assentes em pressupostos menos rentáveis. Poderemos identificar se o atacante toma sistematicamente a mesma tomada de decisão independentemente da situação envolvida, no entanto, é necessário considerar o número de repetições e a frequência das mesmas, pois um número de repetições relativamente baixo pode não ser suficiente para determinar esta situação.

Assim, perante esta identificação do problema, poderemos ajustar a resposta do atacante para uma alternativa mais rentável. Definimos como indicadores a quantificar a velocidade de deslocamento do atacante e o número de vezes que dá a mesma resposta (remate contra o defesa).

A terceira resposta ao problema (finta pré-estabelecida/automatizada), poderá ser identificada atendendo a que face a diferentes situações ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$), o atacante utilizará sistematicamente a mesma finta independentemente da sua oposição, à semelhança do referido anteriormente face à tentativa-erro onde o atacante poderá alterar a sua estratégia. Constituem-se como indicadores a frequência e o tipo de resposta ao problema face à velocidade de deslocamento do defesa.

Por fim, a quarta resposta ao problema (aumento do espaço entre atacante e o defesa através da alteração da sua trajetória), na identificação da origem da resposta ao problema (atendendo ou não ao adversário) deparamo-nos com certas dificuldades, uma vez que saídas motoras iguais poderão resultar de comportamentos diferentes. Importa assim entender se eventualmente esta foi tomada perante o adversário, isto é, dependendo das características do adversário o atacante toma a decisão de executar essa estratégia pois aceita ser a mais rentável, ou simplesmente a executa independentemente do adversário de forma a evitar o confronto. Assim, perante diferentes situações ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$) o atacante responde alterando a sua trajetória de forma a não ter que confrontar o defesa. Definimos como indicadores a velocidade de deslocamento de ambos os intervenientes face ao espaço em que o atacante altera a sua trajetória. Assim perante diferentes velocidades de aproximação do defesa, o atacante altera a sua trajetória de forma a evitar a confrontação, enquanto que jogadores que tenham em conta o adversário na sua tomada de decisão para situações em que se encontram em desvantagem ($t > t'$) alteram a sua trajetória de forma a obter vantagem, já nas restantes situações ($t = t'$, $t < t'$) esses fenómenos não se verificam.

Para situações ($t = t'$) teremos as seguintes possibilidades:

- O tempo que o atacante demora a percorrer o espaço é igual ao do defesa;
- A velocidade de deslocamento do defesa é igual à do atacante;
- O atacante terá oposição.

À semelhança da situação anterior, esta situação terá como características a oposição do defesa ao atacante, pois apesar de o defesa não possuir uma maior velocidade de deslocamento do que o atacante, este porventura também não possui maior velocidade de deslocamento do que o defesa, resultando numa igualdade de tempo, levando irremediavelmente a uma situação de oposição.

Perante o mesmo resultado do que a situação anterior ($t > t'$), prevemos que indivíduos que não considerem a relação com o defesa procurarão responder à pressão da mesma forma, isto é:

- O remate antes de chegar ao local onde se encontra o defesa evitando o confronto;
- O remate perante a oposição (mesmo que este não tenha sucesso);
- A finta pré-estabelecida (automatizada);
- Aumento do espaço entre ele e o defesa através da alteração da sua trajetória.

Face a respostas definidas, atacantes que não consideram a relação estabelecida entre intervenientes, como referido anteriormente, executarão remates com as mesmas características independentemente da situação ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$) com que se deparam, assim como a frequência das respostas dadas, sejam remate ou finta preestabelecida (tendência do atacante para evitar o confronto com o adversário), ou ainda alteração do espaço entre atacante e o defesa através da alteração da sua trajetória.

A terceira e ultima situação ($t < t'$) terá como características:

- O tempo que o atacante demora a percorrer o espaço é inferior ao do defesa;
- A velocidade de deslocamento do atacante é superior a do atacante;
- O atacante não terá oposição.

A não oposição do defesa ao atacante, por consequência de uma velocidade inferior comparativamente à do atacante resultando num maior tempo de deslocamento, provocará uma situação de não oposição, sendo que prevemos que indivíduos que não considerem a relação com o defesa procurarão responder à pressão das seguintes formas:

- O remate à distância que lhe permita a melhor relação força/precisão;
- Caso o diferencial de tempos for apenas ligeiramente favorável, coloca-se a hipóteses de finta pré-estabelecida (automatizada).

Ao contrário das restantes situações, o atacante, devido à vantagem que possui resultante de uma maior velocidade de deslocamento, é descartado como possíveis respostas: a finta pré-estabelecida (automatizada) e o aumento do espaço entre ele e o defesa, através da alteração da sua trajetória. Uma vez que o atacante já possui vantagem, não sendo necessário utilizar esses tipos de respostas, que procuram maioritariamente ganhar vantagem no diferencial de tempos em situações em que não a possui. Resumindo, a sua resposta será o remate com uma maior frequência.

A confirmação da tendência do indivíduo em não estabelecer relações com adversários (jogar com eles nos pressupostos mais rentáveis) não poderá ser confirmada apenas considerando dados de uma única situação específica, mas sim tendo em conta o comportamento do indivíduo perante a mesma situação repetidamente, de forma a evitarmos considerar comportamentos aleatórios que se proporcionaram isoladamente - significa isto que o diagnóstico nunca é um processo acabado. Teremos igualmente de considerar diferentes situações de jogo de forma a certificarmo-nos que o comportamento do atacante em análise se mantém constante, independentemente da oposição, bem como descartar situações onde a tomada de decisão é condicionada pela própria situação solicitando ao indivíduo tendencialmente a responder de determinada forma perante o mesmo adversário.

Em traços gerais, assumimos que um atacante não considera preferencialmente a relação estabelecida com o seu opositor se:

- Independentemente do diferencial de tempos gerado e do opositor a resposta dada tender a privilegiar o “não dialogo”;
- Independentemente do diferencial de tempos gerado e do opositor as velocidades das ações tenderem a ser semelhantes não havendo ajuste conforme a oposição;
- Independentemente do diferencial de tempos gerado e do opositor o atacante responder tendencialmente da mesma forma e nos mesmos limites (em caso do atacante alterar a sua resposta não significa forçosamente que este considere o adversário uma vez que poderemos estar perante uma situação de tentativa-erro como referimos).

2- O atacante considera a relação com o adversário na tomada de decisão

Para situações ($t > t'$) prevemos que indivíduos que considerem a relação com o defesa procurarão:

- O remate antes de chegar ao local onde se encontra o defesa;
- A finta segundo as características do seu opositor/ação do opositor;
- Aumento do espaço entre ele e o defesa através da alteração da sua trajetória (espaço a percorrer).

Contrariamente à mesma saída motora dada por indivíduos que não consideram a relação estabelecida entre intervenientes, indivíduos que consideram a relação com o adversário tenderão a ajustar a resposta perante este.

Assim, dependendo da situação com que se deparam ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$) tenderão a utilizar essa opção preferencialmente para situações de ($t > t'$), bem como em situações em que tenham a percepção de que não são dotados de capacidades que lhes permitam enfrentar o seu oponente, assumindo como opção mais rentável o remate antes de chegar ao ponto de encontro.

Para diferentes velocidades de aproximação do defesa, atacantes mais sensíveis a estas variáveis, tenderão a ajustar o local e o ângulo de saída do remate; aqueles que não possuem essas características tenderão a manter a mesma saída motora que indivíduos que não considerem a relação entre intervenientes, no entanto, distinguem-se pelo facto de utilizarem essa resposta com menos frequência, uma vez que a utilizam preferencialmente para situações de $t > t'$ onde possuem menos vantagem.

Como indicadores definimos: tendencialmente o atacante remata em situações de $t > t'$, pois indivíduos com mais competências são associados a este tipo de situações (maior velocidade de deslocamento), isto é, face à velocidade de deslocamento do defesa ele responde preferencialmente dessa forma para valores mais elevados. Teremos igualmente o conjunto de jogadores que não obedecem às características de jogadores que não consideram a relação entre

intervenientes no jogo, o que possivelmente indicará que poderão pertencer a este grupo de jogadores.

Neste caso específico, a opção de remate contra o adversário não se verifica uma vez que o rematador percebe as capacidades do adversário e não toma sistematicamente a mesma decisão, no entanto, poderá verificar-se em algumas situações pontuais de má avaliação das capacidades do seu adversário sendo posteriormente corrigidas.

Na segunda opção de resposta ao problema, finta (segundo as características do seu opositor), poderá ser identificada atendendo a que face a diferentes situações ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$), bem como a diferentes opositores, o atacante ajusta sistematicamente o tipo de finta, ou então ajusta as componentes da mesma finta segundo o adversário. Assim, face à velocidade de aproximação do defesa o atacante ajusta os seus apoios e o ângulo (centro de massa/base de apoio), de forma a ajustar a sua velocidade de saída. Como indicadores teremos a variabilidade de finta face a diferentes oponentes, tempo de realização da finta face ao tempo de interceção do defesa, variação do ângulo (centro de massa/base de apoio).

Por fim, a terceira resposta ao problema (aumento do espaço entre ele e o defesa através da alteração da sua trajetória) impostos pela situação em que se encontra envolvido, para a identificação das características do jogador (se considera ou não o adversário), teremos que considerar que esta opção, à semelhança da primeira, é tendencialmente escolhida em situações de $t > t'$ em que o atacante percebe o defesa com capacidades superiores às dele, reconhecendo como resposta mais rentável o evitar o confronto.

Caracterizaremos os indivíduos como estabelecendo ou não interações com adversário. Perante diferentes situações ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$) o atacante responde alterando a sua trajetória apenas nas situações mais próximas dos seus limites e que percebe o adversário como superior a ele.

Definimos como indicadores a velocidade de deslocamento de ambos os intervenientes face ao espaço em que o atacante altera a sua trajetória, jogadores que tenham em conta o adversário na sua tomada de decisão procurarão face a maiores velocidades do adversário e conseqüentemente menor tempo disponível para executar a tarefa, alterar em maior proporção a sua trajetória de deslocamento de forma a aumentar o tempo de deslocamento do adversário.

6.3. Situação experimental

Para verificação da validade das conjeturas levantadas, surge a necessidade de testá-las. Justifica-se assim a aplicação de uma situação experimental com este objetivo dando assim corpo a uma noção de ciência situada num quadro de referência, por nós apresentado anteriormente e no qual nos situamos.

Devido à natureza do estudo em si, o objetivo não passa por uma quantificação em massa de uma infinidade de situações, mas sim por determinar as correlações das tendências das variáveis. O número de repetições definidas para a situação prática terá que ser suficientemente extensa para serem fiáveis, mas simultaneamente passíveis de serem postas em prática obtendo uma melhor relação custo/benefício.

Iremos assim aplicar duas situações onde serão solicitados os comportamentos pretendidos com vista a testar a conjetura apresentada anteriormente. Numa primeira situação, iremos analisar a prestação de um conjunto de atacantes face ao objetivo de acertar com a bola à máxima velocidade possível num alvo. Na segunda situação, o objetivo será o mesmo mas os atacantes terão a oposição de um conjunto de defesas que pretenderão impedi-los de alcançar o objetivo (acertar no alvo).

6.3.1. Participantes

A investigação contou com a participação de 15 jovens futebolistas, com idades compreendidas entre os 16 e 17 anos ($M=16,4$ e o $SD=0,63$); inseridos na categoria Sub-17 (Juniiores B ou Juvenis) de acordo com a composição adotada pela Federação Portuguesa de Futebol (FPF) e que participaram no campeonato nacional do escalão em representação da Associação Académica de Coimbra.

O estudo desenrolou-se durante o tempo habitual de treino, com o consentimento e colaboração dos seus treinadores e jogadores.

6.3.2. Materiais

A investigação decorreu na Academia *Dolce Vita*, em Coimbra, num relvado sintético e com material desportivo apropriado para a prática de futebol, no dia 13 de abril de 2011. Na situação prática foram utilizadas 20 bolas da marca Adidas® Europass (réplicas), de tamanho 5, convenientemente preparadas para o efeito, bem como coletes vermelhos e azuis no intuito de diferenciar os grupos. Foi utilizado um cone como referência para o remate (objetivo-alvo), dois marcadores como referência para a posição inicial de saída dos defesas e atacantes. Utilizou-se uma fita métrica para a medição dos diferentes espaços, bem como assinalar uma escala de forma a possuímos referências para a quantificação das imagens capturadas. Procedeu-se à marcação do ponto de encontro entre os intervenientes bem como à marcação da escala para a captura das imagens.

Foram utilizadas duas câmaras de vídeo *digital Sony® DCRS-PDX10P* conjuntamente com dois tripés de forma a capturarmos as imagens de dois planos diferentes (plano do atacante e plano do defesa).

Para a quantificação dos dados obtidos das filmagens foi realizada uma digitalização de imagens utilizando o software Windows Movie Maker version 6.0.6001.18494 tendo os dados recolhidos sido registados numa folha de cálculo Microsoft® Office Excel 2007.

6.3.3. Desenho experimental e procedimentos

Para as duas situações experimentais os futebolistas foram agrupados em 3 grupos de 5 elementos: Grupo A (grupo dos atacantes - diagnosticado), Grupo B e C (grupo dos defesas).

Na primeira situação a tarefa definida para o Grupo A foi a de realizar 10 remates (por cada elemento) de posição frontal, tentando derrubar um cone, tendo disponível um espaço de 10 metros para realizar a ação (espaço que permite acumular energia cinética para um remate com velocidades de bola relativamente elevadas bem como minimizar o incremento da fadiga para o atacante) e rematando a 16,5 metros do alvo como representado na figura 5. Teve-se em conta, um conjunto de 10 repetições para os 5 atacantes formando um total de 50 repetições.

Na segunda situação, teremos a mesma tarefa idealizada para o atacante, no entanto, com a oposição de um defesa. Para o defesa definiu-se o mesmo espaço a percorrer (10 metros) do que o atacante, como representado na figura 6. Segundo a velocidade de deslocamento de cada jogador iremos obter diferentes diferenciais de tempos ($t > t'$, $t = t'$, $t < t'$), como referido anteriormente. Após o remate os intervenientes terão que se retirar imediatamente, sendo que o defesa volta diretamente à fila dos defesas e o atacante contornará um cone colocado estrategicamente de forma a que não passe em frente da câmara impedindo a visualização do atacante seguinte (até regressar à fila dos atacantes realiza uma recuperação ativa - corrida ligeira), recebendo a bola recuperada pelos guarda-redes que se encontram atrás da baliza. Teve-se em conta, um conjunto de 10 situações de pressão para cada 5 defesa e 5 atacantes formando um total de 250 repetições.

Sintetizando a recolha de dados, teremos 50 repetições para situações sem pressão, mais 250 para situações com pressão, o que totaliza 300 situações, com um tempo de execução de 10 segundos cada repetição, teremos um tempo total de 3000 segundos ou seja 50 minutos.

De forma a evitar a influência da fadiga e consequentes repercussões no remate, como a alteração das suas características, e alteração das variáveis que pretendemos medir, iremos definir tempos de repouso para ambas as situações uma vez que segundo Helgerud, J; Eengen, L.C; Wisloff, U; Hoff, J. (2001), *“existe uma forte associação entre a fadiga e a diminuição da performance em habilidades técnicas”*.

Os períodos de trabalho foram divididos por 5 sessões de 50 repetições de remate para um minuto e meio de repouso (onde foram executados alongamentos). Entre cada repetição o rematador

repousou 40 segundos realizando uma recuperação ativa (corrida ligeira até regressar ao início da tarefa para a repetir).

Assim para cada sessão de 50 repetições, teremos um tempo de atividade de 8 minutos e meio, sendo que para cada atacante o tempo de repouso entre cada situação será de 40 segundos (tempo que os restantes 4 atacantes demoram a executar as suas repetições), tendo sido definido 1.5 minutos de repouso (alongamentos) entre cada sessão de 50 repetições, de forma a haver uma menor acumulação de fadiga.

Antes do início do procedimento experimental, foi realizado o mesmo tipo de aquecimento que numa situação de treino normal - tal como numa sessão habitual de treino à qual os jogadores estão familiarizados.

Com vista a uma melhor organização e a assegurar que cada atacante é submetido à pressão do mesmo defesa pelo menos 5 vezes, dividimos o grupo dos defesas em dois (5+5) sendo que cada grupo terá que executar 125 repetições. Cada grupo terá de realizar pelo menos duas situações completas de 8 minutos e meio de trabalho para 1,5 minutos de repouso, mais metade da mesma, havendo troca a meio da situação.

6.3.4. Variáveis de Controlo

De forma a manter as condições experimentais o mais estáveis possíveis ao longo da sessão prática foram delimitadas algumas medidas de controlo:

Tempo: No sentido de controlar este fator, foi determinado um tempo de atividade de 8 minutos e meio (10 segundo para cada repetição) para a execução das sessões de 50 repetições e um tempo de repouso de um minuto e meio. Os tempos foram cronometrados, de forma a termos noção do tempo gasto em cada sequência.

Instrução/feedback e público: De forma a evitar influências exteriores (familiares, outros jogadores, colaboradores, curiosos, etc.) nas tomadas de decisão e ações dos futebolistas, não foi permitida a transmissão de quaisquer instruções ou feedback relacionados com a tomada de decisão por parte de quem se encontrava a assistir ou a participar nas situações.

Estado do terreno de jogo: A sessão experimental foi realizada em terreno de jogo perfeitamente seco.

Espaço: Para o controlo desta variável definiu-se a mesma distância de saída entre o Atacante e o Defesa (10 metros), bem como a mesma distância para o limite do remate pelo atacante (16,5 metros).

6.3.5. Medições das Variáveis

Para a medição das variáveis foi utilizado como principal método a digitalização de imagens das ações em estudo recorrendo a câmaras de filmar (*Sony® DCRS-PDX10P*) para registar as situações, sendo posteriormente transferidas para computador pelo cabo Cabo i LINK utilizando o software Adobe Premiere CS4.

Quantificação do espaço: Foi definida uma escala de conversão de forma a determinar as distâncias reais através da digitalização de imagens. Considerou-se a altura da baliza (2,44 m) correspondente a (1,5 cm) distância desta na digitalização de imagens.

Quantificação do tempo: O tempo foi determinado atendendo à taxa de capturação das câmaras de filmar (25 frames por segundo) sendo contabilizado o número de frames das ações pretendidas e posteriormente multiplicado por 0,04 segundos por forma a se obter um valor em segundos para cada ação.

Quantificação da velocidade média de deslocamento: Recorrendo aos valores anteriores foi utilizada a fórmula $e=v.t$ e resolvida em função da velocidade. Sabendo o espaço percorrido pelos jogadores bem como o tempo em que o mesmo foi percorrido, foi assim possível quantificar a velocidade média de deslocamento.

Quantificação da precisão: A quantificação da precisão foi realizada através da determinação do ângulo de saída da bola no momento do remate recorrendo a métodos indiretos. Para tal foi medida a distância a que o remate foi realizado, conjuntamente com a distância a que a bola passou do alvo. Posteriormente foi aplicada a fórmula da tangente ($\tan A = \text{cateto oposto} / \text{cateto adjacente}$) por forma a obter o ângulo de saída da bola.

Identificação da tomada de decisão: Recorrendo à capturação de imagem foi identificada a tomada de decisão através da qualificação da sua saída motora atendendo à coordenação e relação centro de massa/base de apoio, para posteriormente quantificar o número de vezes da sua repetição.

- Quando a ação correspondeu a utilização dos membros inferiores para a aplicação de uma força na bola com o objetivo de derrubar o cone, qualificou-se a saída motora como Remate.
- Quando a ação correspondeu a coordenação da cadeia cinética com o intuito de “enganar” o defesa, qualificou-se a saída motora como finta. As fintas serão qualificadas da seguinte forma: Finta I- O jogador procura simular um remate perto do adversário mudando de direção; Finta II- O jogador procura desviar a bola do adversário; Finta III- O jogador simula um remate mais afastado do adversário; Finta IV- O jogador procura passar as duas pernas sequencialmente por cima da bola; Fintas V- Sequências de passagem de perna por cima da bola; Finta VI e VIII- Simulação de mudança de direção com apenas um membro. Finta VII -

Passagem de apenas uma perna por cima da bola; Finta IX -Paragem da corrida e mudança de direção; Finta X- O indivíduo simula movimentos com o corpo.

6.3.6. Tratamento estatístico

Para a recolha e tratamento estatístico dos dados foi utilizado o software Microsoft Excel 2007. Foram utilizados procedimentos de estatística descritiva como a média aritmética para a determinação de valores de tempos de deslocamento, espaço percorrido e de remate bem como precisão e velocidade de deslocamento. Foram igualmente utilizados procedimentos estatísticos descritivos como tabelas de frequência. A utilização destes procedimentos justificou-se face aos objetivos do estudo em análise, conforme justificados anteriormente, bem como à natureza qualitativa das variáveis em estudo como a tomada de decisão.

6.4-Resultados

Em seguida são apresentados os resultados das variáveis definidas anteriormente nas situações apresentadas (remate sem pressão/remate com pressão). Importa referenciar que a análise dos resultados deverá ser realizada atendendo às tendências definidas pelas variáveis, bem como a comparação entre as duas situações em estudo. Será verificado se o equilíbrio estabelecido entre variáveis na primeira situação é alterado substancialmente afetando o desempenho ou se porventura se estabelece um novo equilíbrio entre variáveis obtendo um novo desempenho. Verificaremos assim a solidez da conjectura apresentada.

6.4.1. Apresentação dos resultados

6.4.1.1. Variáveis de caracterização da precisão de remate sem pressão

Durante a primeira situação foram realizados na totalidade 73 remates, ultrapassando os 50 previstos inicialmente, uma vez que foi dada “margem de manobra” para a familiarização da tarefa solicitada, tendo sido permitido aos jogadores realizar mais remates com este objectivo. Foram determinadas as médias das variáveis previamente definidas para a caracterização da precisão (distância de remate, distância percorrida, ângulo de saída da bola, velocidade média de deslocamento e o tempo da ação) para cada jogador e para o conjunto dos jogadores participantes, bem como os máximos e os mínimos para cada variável.

Para valores médios de distância de remate verificou-se uma distância de 17,32 m, isto é: o remate foi, em média, realizado a 17,32 m do alvo, sendo que os jogadores percorreram em média, 8,98 m antes de o executar. Essas distâncias foram percorridas a uma velocidade média de 3,30 m/s, resultando num tempo de ação médio de 2,79 s e num remate com o ângulo de saída de 2,25°. Tal como se pode verificar na tabela 1, para o jogador 1 a distância média de remate foi de 17 m, percorrendo uma distância de 9,3 m a uma velocidade média de 3,76 m/s, resultando num tempo de ação de 2,52 m/s e num ângulo de saída da bola de 2,24°. O jogador 2 executou o remate a uma distância de 17,69 m, percorrendo uma distância de 8,14 metros a uma velocidade média de 2,99

m/s resultando num tempo de ação de 2,95 s e num ângulo de saída de 0,02°. Para o jogador 3 verificou-se uma distância de remate de 16,96 m, percorrendo uma distância de 9,55 m a uma velocidade média de 3,31 m/s, resultando num tempo de ação de 2,9 s, tendo como ângulo de saída 1,87°. Para o jogador 4 a distância média de remate foi de 16,56 m, percorrendo uma distância de 8 m a uma velocidade média de 3,58, resultando num tempo de ação de 2,86 s e num ângulo de saída da bola de 2,86°. Por fim, verificou-se para o jogador 5 uma distância de remate de 18,43 m, percorrendo uma distância de 8 m a uma velocidade de 2,95 m/s, resultando num tempo de ação de 2,73 s e num ângulo de saída de 3,58°.

Jogador	D.R (m)	D.P (m)	AS (g)	V (m/s)	T (s)
Nº1	17	9,3	2,24	3,76	2,52
Nº2	17,69	8,14	0,02	2,99	2,95
Nº3	16,95	9,54	1,87	3,31	2,9
Nº4	16,57	9,9	3,56	3,49	2,86
Nº5	18,43	8	3,58	2,95	2,73
Média	17,32	8,98	2,25	3,30	2,79

Tabela 1-Valores médios das variáveis que caracterizam a precisão

6.4.1.2. Variáveis de caracterização da precisão de remate com pressão

Durante a segunda situação de recolha de dados, foram realizados um total de 165 remates. Determinamos as médias das variáveis anteriormente referidas, mais duas referentes ao defesa (velocidade média de deslocamento e o tempo da ação).

Nesta situação, verificou-se uma média de distância de remate sobre pressão de 18,41 m, tendo os jogadores percorrido uma distância de 8 m a uma velocidade média de 2,66 m/s, resultando num tempo de deslocamento de 3,13 s e num remate com ângulo de saída de 4,99°. Os defesas executaram uma pressão sobre os atacantes com uma velocidade de deslocamento média de 3,30 m/s, resultando num tempo de deslocamento de 3,03 s.

Como se pode verificar na tabela 2, durante a segunda situação o jogador 1 realizou 35 remates, sendo que 2 não foram contabilizados devido a não obedecerem às características da tarefa solicitada. Para o jogador 1 a distância média de remate sobre pressão foi de 18,04 metros, percorrendo uma distância de 8,46 metros a uma velocidade média de 2,95 m/s, resultando num tempo de deslocamento de 2,89 s e num ângulo de saída da bola a 5,34° tendo o defesa executado a pressão a uma velocidade de 3,37 m/s com um tempo de 2,94 m/s. Dos 33 remates 14 obedecem ao perfil de situações de $t > t'$, 3 a situações de $t = t'$ e 15 a situações de $t < t'$.

O jogador 2 executou o remate sobre pressão a uma distância de 19,59 m percorrendo uma distância de 6,92 m a uma velocidade média de 2,24 m/s resultando num ângulo de saída de 3,73°, sendo que o defesa se deslocou a uma velocidade de 3,14 m/s. Dos 26 remates 5 obedecem ao perfil de situações de $t > t'$, 1 a situações de $t = t'$ e 20 a situações de $t < t'$.

Para o jogador 3 verificou-se uma distância de remate de 18,36 m, percorrendo uma distância de 7,72 m a uma velocidade média de 2,96 m/s, tendo como ângulo de saída 7,35 °, o defesa executou pressão deslocando-se a uma velocidade de 2,99 m/s. Dos 30 remates, 8 obedecem ao perfil de situações de $t > t'$ e 22 a situações de $t < t'$, não se verificou nenhuma situação de $t = t'$.

Para o jogador 4 a distância média de remate sobre pressão foi de 18,62 m, percorrendo uma distância de 7,88 metros a uma velocidade média de 2,71 m/s, resultando num ângulo de saída da bola a 4,48°. Dos 32 remates 13 obedecem ao perfil de situações de $t > t'$ e 19 a situações de $t < t'$, não se verificando nenhuma situação de $t = t'$.

Para o jogador 5 a distância média de remate sobre pressão foi de 17,42 m, percorrendo uma distância de 9,04 m a uma velocidade média de 2,71 m/s, resultando num ângulo de saída da bola a 4,48°. Dos 27 remates 8 obedecem ao perfil de situações de $t > t'$, 1 a situações de $t = t'$ e 18 a situações de $t < t'$.

	Atacante					Defesa	
	D.R (m)	D.P (m)	AS (g)	V (m/s)	T (s)	T' (s)	V (m/s)
Jogador nº 1							
Com pressão	18,04	8,46	5,34	2,95	2,89	2,94	3,37
Jogador nº 2							
Com pressão	19,59	6,92	3,73	2,24	3,04	3,16	3,14
Jogador nº 3							
Com pressão	18,36	7,72	7,35	2,96	3,02	3,24	2,99
Jogador nº 4							
Com pressão	18,62	7,88	4,04	2,46	3,21	3,61	2,82
Jogador nº 5							
Com pressão	17,42	9,04	4,48	2,71	3,47	3,56	2,85
Média Geral	18,41	8	4,99	2,66	3,13	3,30	3,03

Tabela 2-Valores médios do remate sobre pressão

6.4.1.3. Variáveis de caracterização da precisão de remate com e sem pressão

Quando comparamos as situações com e sem pressão verificamos que para situações sem pressão o jogador 1 tem a tendência em percorrer mais espaço executando o remate mais próximo da baliza, resultando num ângulo de saída médio de 2,24° e uma velocidade média de 3,76 m/s. Para situações com pressão verificamos uma diminuição da velocidade média de deslocamento para valores na ordem de 2,76 m/s e 2,93 m/s para situações de $t > t'$ e $t < t'$ respetivamente. No entanto, verificamos um aumento da distância de remate de 17,08 m para 18,24 m.

O jogador 2 tem a mesma tendência em percorrer espaço antes do remate, resultando num ângulo de saída médio de 0,02° e uma velocidade média de 2,99 m/s. Para situações com pressão verificamos uma diminuição da velocidade média de deslocamento para valores na ordem de 2,30 m/s e 2,13 m/s para situações de $t > t'$ e $t < t'$ respetivamente, e 2,28 m/s para situações de $t = t'$. No

entanto, à semelhança do jogador 1 verificamos um aumento da distância de remate de 17,69 m para 19,59 m.

O jogador 3 tem a tendência em percorrer mais espaço antes do remate comparativamente aos seus antecessores, gerando um ângulo de saída médio de remate na ordem de 1,87° e uma velocidade média de 3,31 m/s. Para situações com pressão, verificamos uma diminuição da velocidade média de deslocamento para valores na ordem de 2,63 m/s e 2,95 m/s para situações de $t > t'$ e $t < t'$ respectivamente, verificamos igualmente a semelhança que dos jogadores 1 e 2, um aumento da distância de remate de 16,96 m para 18,36 m.

Para o jogador 4 verificou-se a mesma tendência do que o jogador 3, efetuando o remate a uma distância semelhante, no entanto, gere um ângulo de remate superior a este (3,57°). Para situações com pressão verificamos a mesma tendência do que nos restantes jogadores, uma diminuição da velocidade média de deslocamento para valores na ordem de 2,71 m/s e 2,44 m/s para situações de $t > t'$ e $t < t'$ respectivamente, verificamos igualmente a semelhança que dos jogadores nos restantes jogadores, um aumento da distância de remate de 16,57 m para 18,62 m.

Por fim, no jogador 5, contrariamente aos restantes, não se verifica uma grande oscilação na distância de remate em situações com e sem pressão, passando de 17,42 m para 17,85 m, relativamente aos ângulos de saída da bola verifica-se um considerável aumento passando dos 3,84° para os 4,48°. Verificamos a mesma tendência de diminuição do que nos restantes jogadores ao nível da velocidade média de deslocamento, registaram-se valores na ordem de 2,95 m/s para valores na ordem de 2,45 m/s e 2,87 m/s para situações de $t > t'$ e $t < t'$ respectivamente.

	Atacante					Defesa	
	D.R (m)	D.P (m)	AS (g)	V (m/s)	T (s)	T' (s)	V (m/s)
Jogador nº 1							
Sem pressão	17,08	9,39	2,24	3,76	2,52	-	-
Com pressão	18,04	8,46	5,34	2,95	2,89	2,94	3,37
Jogador nº 2							
Sem pressão	17,69	8,81	0,02	2,99	2,95	-	-
Com pressão	19,59	6,92	3,73	2,24	3,04	3,16	3,14
Jogador nº 3							
Sem pressão	16,96	9,54	1,87	3,31	2,9	-	-
Com pressão	18,36	7,72	7,35	2,96	3,02	3,24	2,99
Jogador nº 4							
Sem pressão	16,57	9,93	3,57	3,49	2,86	-	-
Com pressão	18,62	7,88	4,04	2,46	3,21	3,61	2,82
Jogador nº 5							
Sem pressão	17,85	8,07	3,84	2,95	2,73	-	-
Com pressão	17,42	9,04	4,48	2,71	3,47	3,56	2,85
Média Geral	18,07	8,34	4,16	2,83	3,03	3,28	3,05

Tabela 3-Valores médios do remate com e sem pressão

6.4.1.4. Tomada de decisão

Durante a segunda situação foi igualmente contabilizado o número e o tipo de respostas dadas (tabela 4).

A resposta mais vezes utilizada pelos jogadores foi o remate (85 vezes) correspondente a 54,1%. 26,1% das respostas corresponderam à finta I (41 vezes), finta em que o jogador procura simular um remate perto do adversário mudando de direção. 6,4% das vezes foi realizada a finta III em o jogador simula um remate mais afastado do adversário, 4,5% a finta X em que o individuo simula movimentos com o corpo, 2,5 % a finta IV que consiste em passar as duas perna sequencialmente por cima da bola e 1,9% a finta II em que se procura desviar a bola do adversário. Para as finta VI e VIII (simulação de mudança de direção com apenas um membro) verificou-se 1,3% das respostas dadas pelos jogadores; por fim, para as fintas V (sequências de passagem de perna por cima da bola), VII (passagem de apenas uma perna por cima da bola) e IX (paragem da corrida e mudança de direção) verificou-se uma percentagem de 0,6% de utilização da finta.

Mais especificamente, o jogador 1 utilizou 52,94% das vezes como resposta à pressão o remate, 41,18% a finta I, e 2,94 % para a finta II e III. O jogador 2 utilizou 30,77% das vezes o remate, como resposta ao problema, 23,03% a finta VI, 15,38 % a finta I e 11,54% a finta III. As fintas V, VI, VII, VIII e IX foram utilizadas 3,85% das vezes. O jogador 3 utilizou 56,67% das vezes o remate, como resposta ao problema, 30% a finta I, 6,67% a finta III e 3,33 % a finta IV e finta VIII. O jogador 4 utilizou 74,29% o remate, como resposta à pressão efetuada pelo defesa, 22,89% a finta I e 2,86 % a finta II. O jogador 5 utilizou 50% o remate como, resposta ao problema, 21,88% a finta X, 18,75 % a finta I e para as fintas II, III e VI 3,13%.

T.D	N° Total		J 1		J 2		J 3		J 4		J 5	
R	85	54,1%	18	52,94%	8	30,77%	17	56,67%	26	74,29%	16	50%
F I	41	26,1%	14	41,18%	4	15,38%	9	30%	8	22,86%	6	18,75%
F II	3	1,9%	1	2,94%	-	-	-	-	1	2,86%	1	3,13%
F III	10	6,4%	1	2,94%	6	23,08%	2	6,67%	0	-	1	3,13%
F IV	4	2,5%	-	-	3	11,54%	1	3,33%	0	-	-	-
F V	1	0,6%	-	-	1	3,85%	-	-	0	-	-	-
F VI	2	1,3%	-	-	1	3,85%	-	-	0	-	1	3,13%
F VII	1	0,6%	-	-	1	3,85%	-	-	0	-	-	-
F VIII	2	1,3%	-	-	1	3,85%	1	3,33%	0	-	-	-
F IX	1	0,6%	-	-	1	3,85%	-	-	0	-	-	-
F X	7	4,5%	-	-	-	-	-	-	0	-	7	21,88%
Total	157	100%	34	100%	26	100%	30	100%	35	100%	32	100%

Tabela 4-Tomada de decisão sobre pressão

6.5. Discussão dos resultados

Neste ponto abordaremos a interpretação dos dados recolhidos nos procedimentos experimentais. Será determinado e comparado a precisão de remate (com e sem pressão) entre jogadores recorrendo aos valores de ângulo de saída da bola, bem como a velocidade de deslocamento com que consegue gerá-lo e a oposição (nos casos de remate com pressão). Será interpretado a tomada de decisão de cada jogador, segundo o tipo e o número de vezes que se manifesta nas diversas situações em que o jogador se encontra envolvido. Em último, será caracterizado cada atacante atendendo aos fatores anteriormente mencionados. De referir ainda uma ausência no que respeita à comparação dos dados obtidos com outros estudos efectuados no mesmo âmbito por não termos conhecimento da existência de tais trabalhos.

Precisão de remate (sem pressão)

Durante a primeira situação de recolha de dados, verificou-se uma distância de remate média de 17,32, percorrida a uma velocidade média de 3,30 m/s gerando um ângulo de saída de 2,25°. Especificando, verificou-se um menor ângulo de saída médio da bola no Jogador 2 com 0,02°, sendo o jogador 5 aquele que possui o ângulo de saída médio de remate mais elevado 3,58°. O Jogador 1 possui a velocidade média de deslocamento mais elevada apresentando 3,76 m/s, sendo que o jogador 2 o mais lento com 2,99 m/s. O jogador 5 foi identificado como o jogador que remata a uma maior distância. Tendo como referência os ângulos e velocidades de deslocamento médios (2,25° e 3,30 m/s), os jogadores 1,2 e 3 apresentam valores de ângulos de saída médios inferiores traduzindo-se numa melhor precisão, já para as velocidades de deslocamento os jogadores 2 e 5 apresentam valores inferiores a média.

Retomando o que foi referido anteriormente, as relações estabelecidas entres os intervenientes num jogo de futebol são traduzidas na relação entre tempos. O tempo gerado resulta da velocidade com que o espaço é percorrido ($e=v.t$) pelos desportistas (na situação estruturada $e=10$ metros). A relação entre velocidade e precisão será pertinente para a definição das capacidades dos futebolistas, uma vez que estas duas variáveis estabelecem uma tendência evolutiva contraditória, isto é, uma maior velocidade implicará uma menor capacidade coordenativa da cadeia cinética no momento do remate levando a uma menor precisão.

Neste sentido, Godik et al., (1993) citado por Teixeira et al. (1999). *“A precisão de remate depende da velocidade de aproximação do atleta à bola. O autor verificou que os remates executados à máxima velocidade eram os que apresentavam acuidade inferior, verifica-se uma diminuição das velocidades linear, angulares e deslocamento da bola, comparativamente com o que ocorre no remate em potência. Este declínio está associado à diminuição do movimento pélvico, do quadril e na articulação do joelho”*. Assim a capacidade dos futebolistas em manter níveis de coordenação de cadeia cinética a grandes velocidades contribui para o aumento da velocidade do remate, e da diminuição da precisão.

Em termos gerais, o ângulo de saída médio, verificado para o conjunto de atacantes, é de 2,25° gerado a uma velocidade de 3,30 m/s. O jogador 3 apresenta a melhor relação precisão/velocidade de deslocamento, uma vez que apresenta uma velocidade de deslocamento de 3,31 m/s dentro da média geral 3,30 m/s, mas apresenta uma melhor precisão (1,87°) face aos 2, 25° de média geral. O jogador 2 apresenta a melhor precisão com 0,02° face aos 2, 25° de média, no entanto, possui a velocidade de deslocamento mais baixa (2,99 m/s), apesar de ter uma precisão acima da média, quando solicitada a uma velocidade superior poderá apresentar uma amplitude maior de precisão.

As mesmas repercussões poderão resultar de fenómenos diferentes, assim a identificação das causas do fenómeno implicará uma especificidade na intervenção com vista a colmatar as necessidades dos jogadores, aumentando o seu rendimento. Assim, numa relação entre ambas as variáveis os equilíbrios entre estas estabelecem-se na relação com o objetivo de jogo. A relação entre a velocidade de deslocamento do defesa e atacante poderá ser ajustada de forma a permitir gerar um ângulo de saída da bola que permita atingir o objetivo pretendido. A velocidade do atacante deverá permitir gerar um tempo, inferior ao tempo gerado pelo defesa, e simultaneamente gerar um ângulo de saída da bola que lhe permita acertar no cone.

Por outro lado, atendendo à alteração do espaço percorrido e a manutenção do mesmo ângulo de saída da bola, teremos para um aumento do espaço uma diminuição da precisão de remate e para uma diminuição do espaço percorrido um aumento de precisão. Assim chegamos à conclusão que mantendo o mesmo ângulo de saída a distância percorrida e a precisão de remate são inversamente proporcionais, o conhecimento desse comportamento entre variáveis por parte do técnico contribui para um aumento do rendimento numa futura intervenção.

Devemos ter o cuidado de não cair numa perspetiva estática em que o mais se sobrepõe ao melhor; a avaliação e rentabilização das capacidades do indivíduo terão de ser feitas atendendo também ao contexto. Assim, seguindo um pensamento estático, facilmente poderíamos concluir que os indivíduos com maior precisão deveriam ser os pontas-de-lança, uma vez que estes são aqueles que mais vezes se encontram em situação de remate e golo eminente, podendo definir o resultado final do jogo. É preciso não nos esquecermos que o ser-se ponta-de-lança não implica apenas o domínio da precisão mas que é necessário também dominar outras competências ou ter outras capacidades como o gosto pelo confronto, o sentido de oportunidade, a capacidade de sacrifício, etc. Atendendo ao já referido anteriormente o ajuste do espaço (diminuição) perante o mesmo ângulo de saída aumentará o rendimento do jogador, para jogadores com tarefas mais afastadas do alvo, médios por exemplo, a precisão ganha outra importância em alternativa aos pontas-de-lança, uma vez que poderão ser solicitados a rematar a maiores distâncias sendo que a capacidade de reproduzir um ângulo que lhe permita atingir o seu objetivo é determinante para o êxito. Uma maior precisão irá permitir ao indivíduo jogar com maiores limites de espaço podendo em situações arriscar o remate, tendo maiores probabilidades de sucesso relativamente a outros com menor precisão. Mas aqui também o importante é compreender em que limites o jogador em causa se situa e dar-lhe a

conhecer esses mesmos limites para que o mesmo, em cada momento, em cada situação, consiga tomar a melhor decisão fazendo-se valer das suas características e capacidades de forma a obter a melhor vantagem possível no diferencial de tempos face aos adversários. Os mesmos processos a nível de saída motora poderão ser aplicados num passe, uma vez que a funcionalidade da variação do ângulo de saída em função da distância a que se encontra o objetivo comportam-se da mesma forma. A capacidade de gerir/ajustar o ângulo de saída e do espaço, permitirá uma maior percentagem de sucesso do passe, bem como a escolha/identificação de janelas de oportunidade para a tomada de decisão relativas às componentes da força a aplicar na bola, isto é perante a sua capacidade de gerar ângulos, o espaço disponível para percorrer e o local onde se encontra o colega de equipa, este identifica e toma a divisão mais rentável.

Precisão de remate (Com pressão).

Durante a segunda situação de recolha de dados verificou-se um ângulo médio de $4,99^\circ$ resultante de um remate feito a uma distância média de 18,41 m percorrida a uma velocidade média de 2,66 m/s gerando um tempo de 2,89 s, o remate teve uma pressão caracterizada por uma velocidade de média de 3,03 m/s gerando um tempo de 2,94 s. Verificou-se um menor ângulo de saída médio da bola no jogador 2 com $3,73^\circ$, sendo o jogador 3 aquele que possui o ângulo de saída médio de remate mais elevado $7,35^\circ$. Os jogadores 1 e 3 possuem as velocidades médias de deslocamento mais elevadas com 2,95 e 2,96 respetivamente, sendo que o jogador 2 o mais lento com 2,24 m/s. O jogador 2 foi identificado como o jogador que remata a uma maior distância. Atendendo aos valores da primeira situação o jogador com maior repercussão na precisão foi o jogador 3 uma vez que a diferença entre os remates com e sem pressão foi de $5,48^\circ$, já o jogador 4 é o jogador com menor diferença no ângulo de saída da bola em ambas as situações com $0,47^\circ$. Em termos numéricos o jogador 3, ao contrário da situação sem pressão, passou a ser o jogador com pior relação precisão/velocidade de deslocamento, uma vez que apresenta uma velocidade de deslocamento de 2,96 m/s, acima da média geral 2,83 m/s, mas apresenta pior precisão com $7,35^\circ$ face aos 4, 16° de média geral. Conforme equacionado na conjetura para jogadores que tendem em considerar o adversário na sua tomada de decisão, para diferentes velocidades de aproximação do defesa, o atacante terá a tendência de ajustar o local e o mesmo ângulo de saída de remate esperando que tenha a mesma precisão, o que neste caso não se verifica.

O jogador 5 apresenta a melhor relação precisão/velocidade ($4,48^\circ/2,83$ m/s). A oposição traduzida sobre diferentes velocidades é maior para o jogador 1 com 3,37 m/s sendo menor para o jogador 4 com $2,82^\circ$. Identificou-se uma maior capacidade de adaptação a novos equilíbrios de variáveis pelos jogadores 4 e 5 mostrando uma menor diferença entre ângulos de saída entre situações com e sem pressão com $0,47^\circ$ e $0,64^\circ$, sendo os jogadores 2 e 3 aqueles que apresentam maior diferença de ângulos de saída com $5,48^\circ$ e $3,71^\circ$ respetivamente. Estes dados vão ao encontro da conjetura definida uma vez que face a diferentes velocidades de aproximação dos defesas, verifica-se ângulos de saída da bola semelhantes, bem como distâncias de remete.

À semelhança do que aconteceu anteriormente, o ajuste entre a distância de remate e a precisão conseguida tendo em consideração o mesmo ângulo de remate deve ser mais um dos fatores a ter em conta na definição de estratégias ou atribuição de posições em campo.

A pressão, considerada no estudo, traduz-se numa variação de velocidade do defesa, maiores velocidades de aproximação estarão associadas a uma imagem intimidatória, de ameaça, constituindo um fator de pressão. Uma maior velocidade traduz-se num menor tempo disponível para o atacante atingir o seu objetivo constituindo mais um fator de pressão. No entanto, mais do que a variação dessa velocidade, a percepção desta pelo atacante irá definir as repercussões na sua resposta; face a isto, a precisão deverá estar associada à capacidade do indivíduo em suportar pressões, para a obtenção de um melhor rendimento. Tendo em conta o raciocínio anterior, o indivíduo que melhor precisão apresenta sem pressão é o jogador 2 com $0,02^\circ$, continuando a ser ele o jogador mais preciso com $3,73^\circ$ na segunda situação, no entanto, apesar de continuar a ser o mais preciso, é um dos jogadores com maior variação de ângulo de saída face à pressão. A rentabilidade da precisão é definida na obtenção do objetivo, assim segundo Martins (2008) “A precisão não é tudo no passe, mas tudo o resto não tem qualquer significado se o passe for impreciso” Isto é, a realização de um passe não se limita apenas à precisão, uma vez que a compreensão do contexto envolvente e a identificação da opção mais rentável de passe é determinante para o sucesso da ação, no entanto, esse mesmo passe nada significa se for impreciso.

Face a estes dados e apesar de uma melhor precisão do jogador 2 a capacidade deste em suportar pressão é das menores do conjunto analisado, sendo os jogadores 4 e 5 as melhores (menor variação do ângulo de saída da bola nas situações com e sem pressão). Uma vez que a alteração do rendimento por parte do jogador 2 se deve essencialmente à presença da oposição, indicando problemas na resposta a agressão do espaço vital. Verificou-se o intervalo de variação $[0^\circ, 0.05^\circ]$ para valores de ângulos de saída da bola sem pressão, no entanto, para situações com pressão o intervalo é de $[0.46^\circ, 10.99^\circ]$, na interseção dos dois conjuntos não resulta qualquer conjunto de valores, já da diferença entre ambos resulta o conjunto $[0.05^\circ, 0.46^\circ]$. Significando que o jogador nas duas situações em estudo, não partilham qualquer remate com o mesmo ângulo de saída e para que esse fenómeno se verifique o máximo de um dos conjuntos teria que ser equivalente ao mínimo. Assim o jogador em questão ainda teria rentabilidade caso partilha-se alguns valores de remate.

Atentando a que a pressão foi a única variável alterada, então é identificada como a causa de tal alteração de ângulos de saída. Assim a intervenção (treino) deverá visar este problema. Para o jogador 4 o intervalo de valores para situações sem pressão é de $[0^\circ, 7.38^\circ]$, para situações com pressão é de $[1.12^\circ, 18.71^\circ]$, na interseção resulta o conjunto $[1.12^\circ, 7.38^\circ]$. Significando que o jogador 4 partilha ângulos de saída semelhante nas situações com e sem pressão, sofrendo menos pressão que o jogador 2, com isto queremos dizer que existem valores em que o atacante consegue obter a mesma rentabilidade. De referenciar que em algumas situações poderá não haver conjunto

resultante da interseção dos dois precedentes, a qualificação de uma melhor ou pior precisão será feita atendendo à diferença entre os intervalos.

Retomando para os jogadores 4 e 5 com menores variação no ângulo de saída da bola, identificou-se que apesar de estarem sobre pressão estes dão respostas com menos variações do que as dadas pelo jogador 2, sendo que o ângulo resultante dessa agressão não terá assim causa principal na agressão do espaço vital pela presença do defensor, mas sim na capacidade do indivíduo em gerar ângulos que lhe permitam uma melhor precisão, fenômeno igualmente verificado nas situações com e sem pressão.

O investimento de capital (consideremos horas de treino) para estas duas situações terá que ser equacionado de forma diferente, na procura do maior ganho possível. Assim, por exemplo, o investimento de 10 horas de treino no jogador 2 no melhoramento da precisão de remate, partindo para intervenções que visam o melhoramento do ângulo de saída poderá resultar em ganhos pouco significativos, relativamente a ganhos possíveis de obter caso as 10 horas de treino sejam investidas essencialmente na qualidade da resposta dada perante situações com oposição, focando o domínio da relação, uma vez que a variável ângulo de saída, pelos dados obtidos, já se encontrará próxima dos limites ($0,2^\circ$ para 0°). Por outro lado, para os jogadores 4 e 5 o mesmo investimento de 10 horas de treino terá de ter pressupostos diferentes uma vez que os ganhos possíveis no melhoramento do ângulo de saída da bola serão maximizados no treino orientado para a precisão, um treino muito mais ao nível da aplicação de forças na bola e no domínio de si para a aplicação dessas forças, uma vez que estes não sofrem grandes influências da pressão do adversário.

Tomada de decisão (Com pressão)

Rematar antes de chegar ao local onde se encontra o defensor (mesmo que este não tenha sucesso) é a resposta ao problema mais utilizada pelos indivíduos (54,1%), sendo a finta I a segunda resposta mais utilizada com 26,1% seguindo-lhe as fintas III e X com 6,4% e 4,5 % respetivamente. A finta IV e II representam 2,5 e 1,9% das respostas dadas. A alteração da trajetória do deslocamento como resposta ao problema não se verificou como resposta dada pelos defensores. O comportamento desta variável está associada à capacidade do indivíduo estabelecer ou não relação com o adversário, como referenciado na conjectura, assim a variabilidade, frequência e contexto onde cada resposta é dada será mais um indicador da capacidade do indivíduo em considerar o adversário na formulação das suas respostas. Para o jogador 1 a resposta mais vezes verificada com 52,94% foi o remate, sendo a finta I a segunda com 41,18%, como expresso anteriormente na conjectura a frequência da resposta para diferentes problemas indicará possivelmente, uma tendência do atacante para evitar o confronto com o adversário.

O jogador 2 tem como resposta mais vezes dada o remate com 30,77% das respostas dadas seguindo-lhe a finta III com 23,08%, verificando-se uma grande diversidade de respostas dada, o que como desenvolvido na conjetura poderá representar um considerar do defesa nas respostas dadas pelo atacante.

Para o jogador 3 verificou-se como resposta mais vezes dada com 56,67% o remate e com 30% a finta I. O jogador 4 com 74,29% de remates efetuados como resposta ao problema constitui a resposta mais vezes dada, seguindo-lhes a finta I com 22,86%.

Por fim, o jogador 5 tem como resposta mais vezes utilizada o remate com 50% das respostas dadas, sendo a finta X a segunda mais vezes utilizada com 21,88%, verificando-se ainda a utilização de outras fintas mas com baixo frequência, o que como referido na conjetura poderá ter como origem numa lógica de tentativa-erro onde após o insucesso das primeiras tentativas o atacante reajusta.

Diagnóstico (caracterização dos jogadores)

Após a discussão de variáveis de comportamento mais genéricas, procederemos à caracterização específica de cada jogador, ponto nuclear do nosso trabalho. Mais do que comparar os jogadores com médias como já feito anteriormente (ainda que neste trabalho se possua uma amostra reduzida, levando a que a média seja um valor de referência mais frágil, mas válido), pretendemos individualizar o treino, a intervenção, maximizando assim o rendimento obtido, sendo para tal determinante a caracterização de cada indivíduo identificando as suas “forças” e necessidades.

Jogador 1.

Em situações sem pressão, o jogador 1 possui uma velocidade média de deslocamento sem pressão de 3,76 m/s, com uma precisão de 2,24° estando dentro da média (2,25°). Para situações com pressão a sua velocidade de deslocamento é de 2,95 m/s com uma precisão de 3,1°. O jogador apresenta uma precisão abaixo da média (5,34°) com um valor de 4,16°. Face a estes dados o jogador consegue ter uma precisão dentro da média, no entanto, face à pressão adversária essa precisão varia com grande amplitude. Assim poderemos concluir que, apesar da amostra e do número de situações realizadas, o jogador tendeu a responder de forma pouco rentável sobre pressão adversária.

Este jogador tem o remate como principal resposta ao problema (52,94% das situações), no entanto, não possui a capacidade de reproduzir o mesmo ângulo de saída da bola nas diversas situações. Verificando-se um intervalo de variação [1.44°,6.04°] para valores de ângulos de saída da bola com pressão, face [0,5.16°] do conjunto de valores resultante das situações sem pressão (consideramos o conjunto de valores mais próximos entre eles, podendo existir ocasionalmente pontos fora de valores médios, que não representam a real capacidade de gerar ângulos do indivíduo).

Na intercessão dos dois conjuntos resulta um conjunto de valores $[1,41,5.16^\circ]$. Significando que a pressão afeta ligeiramente o ângulo de saída da bola, mas o atacante ainda consegue manter um nível de assertividade, comparativamente a valores sobre pressão. Assim poderemos afirmar que a pressão altera a precisão do conjunto de valores para $[1,41^\circ,5.16^\circ]$. Face à alteração da precisão levanta-se a hipótese se o atacante considera o adversário ajustando o ângulo de saída ou se porventura se trata da consequência da presença do adversário, assim para a variação do ângulo de saída verifica-se uma variação da velocidade de oposição em $[2.55, 4.78]$ m/s, e uma distância de remate que estabiliza nos 17 metros, indicando que independentemente da velocidade do defesa este remata a mesma distância. No entanto, o ângulo de saída altera-se, mas não cumpre o objetivo do remate, levando a querer que o ângulo é resultado da pressão do defesa e não de um ajuste do atacante para o cumprimento do objetivo proposto. Identificamos igualmente que a finta I constitui a segunda resposta ao problema com 41,18%, reforçando a ideia de o atacante não ter em conta a presença do adversário, uma vez que, independentemente das características da pressão, este responde sistematicamente com a finta I. O que pode ser explicado ou pelo facto deste não saber mais do que essa mesma finta, ou pelo facto de se sentir mais confortável na utilização dessa finta para com o adversário.

Pelos dados recolhidos parece-nos que existe um padrão que sustenta a possibilidade de resposta por “tentativa-erro”, como desenvolvido anteriormente, na conjectura poderemos verificar situações em que para a mesma oposição o atacante altera a sua estratégia devido ao insucesso das primeiras tentativas, o atacante retifica a sua estratégia continuando, no entanto, a tomar as suas decisões assentes em pressupostos menos rentáveis. Verifica-se como alternativa ao remate a finta sendo que quando não obtêm sucesso (não foi registado o ângulo de saída), volta à resposta de remate, sendo verificado inúmeras vezes esse padrão: após o insucesso da finta (resposta associada ao insucesso para este jogador) volta ao remate como resposta. Perante diferentes velocidades do defesa resultam diferentes tempos disponíveis, sendo que à medida que o tempo disponível diminui a resposta do defesa tende a ser o remate, evitando a finta, o que será mais um indicador da pouca pré-disposição para o diálogo por parte deste jogador.

Assim, os dados deste jogador vão ao encontro da conjectura definida para jogadores que não consideram o adversário na sua resposta em que, como referimos, “independentemente do diferencial de tempos gerado e do opositor, a resposta dada tende em privilegiar o “não diálogo”, sendo ainda que as velocidades envolvidas nas ações tendem em ser semelhantes, não havendo ajuste conforme a oposição, tendo o jogador respondido tendencialmente da mesma forma e dentro dos mesmos limites.

Jogador 2.

O jogador 2 possui, para situações sem pressão, uma velocidade média de deslocamento sem pressão de 2,99 m/s, com uma precisão de $0,02^\circ$, significativamente acima da média ($2,25^\circ$). Para situações com pressão a sua velocidade de deslocamento é de 2,24 m/s com uma precisão de $3,73^\circ$.

O jogador apresenta uma precisão acima da média ($4,16^\circ$) com um valor de $3,73^\circ$. Vemos assim que o jogador não consegue manter a mesma precisão face à pressão adversária variando esta com grande amplitude ($3,71^\circ$). Podemos assim concluir que, apesar da amostra e do número de situações realizadas, o jogador tendeu a responder de forma pouco rentável à pressão adversária apesar de possuir uma precisão acima da média. O jogador 2 tem o remate como principal resposta ao problema em 30,77% das situações, tendo ainda optado em 23,08% das situações pela finta III e 15,38% pela finta I. As características do remate (resposta preferencialmente dada por jogadores cuja a resposta não depende diretamente do adversário) varia segundo a situação em que o indivíduo se encontra envolvido. A variedade e quantidade de resposta fornecidas pelo jogador 2 é substancialmente superior aos restantes, sendo esse tipo de comportamento característico de indivíduos que têm em consideração o adversário na tomada de decisão, isto é, procuram o diálogo com o defesa de forma a obter vantagem no diferencial de tempos, tal como conjecturado. Assim dependendo da situação em que o jogador 2 se encontra envolvido este procurou ajustar respostas privilegiando o diálogo entre os intervenientes. Podemos ainda concluir que este jogador considera o adversário na sua tomada de decisão, uma vez que o remate não constitui a principal resposta ao problema sendo utilizado em situações de $t > t'$, tendo nas restantes situações o jogador optado pela finta estabelecendo diálogo com o adversário, a existência uma variedade de fintas constitui outro fator de adaptação da resposta aos problemas criados pela oposição. O remate contra o adversário não se verifica, uma vez que este interpreta a situação descartando essa hipótese de resposta.

Jogador 3.

Para situações sem pressão, o jogador 3 possui uma velocidade média de deslocamento sem pressão de 3,31 m/s, com uma precisão de $1,87^\circ$ estando acima da média ($2,25^\circ$). Para situações com pressão a sua velocidade de deslocamento foi de 2,96 m/s com uma precisão de $5,48^\circ$. Perante estes dados, o jogador 3 foi o que apresentou maior diferença entre ângulos de saída de remate com e sem pressão, estando acima da média, indicando este facto uma incapacidade de manter a precisão face à pressão adversária. Podemos assim concluir que o jogador respondeu de forma pouco rentável sobre pressão adversária apesar de possuir uma precisão acima da média em situações sem pressão, evidenciando uma baixa precisão comparativamente com o melhor jogador. À semelhança do jogador 1, o jogador 3 tem como resposta preferencial o remate em 56,67% das situações, seguindo-se a finta I que foi utilizada com frequência (30%) e independentemente da situação. Julgamos poder assim afirmar que a variedade e quantidade das respostas fornecidas mostram uma tendência para respostas orientadas para o não diálogo. Independentemente da situação em que o jogador 3 se encontrou envolvido este procurou constantemente respostas que não privilegiaram o diálogo entre os intervenientes. Existe um padrão de resposta por “tentativa-erro”, verificando-se para as situações 1 e 2 o remate como resposta preferencial, tentando de seguida a finta devido ao não sucesso da ação anterior sendo que a mesma sequência se verificou nas situações 9/10 e 11/12. Face a estes dados, e indo ao encontro da conjectura apresentada, podemos afirmar que este jogador não considera o adversário para a sua tomada de decisão.

Jogador 4.

O jogador 4 possui, para situações sem pressão, uma precisão de $3,57^\circ$ (abaixo da média que se situou nos $2,25^\circ$) conseguida a uma velocidade média de deslocamento de 3,49 m/s. Para situações com pressão a velocidade de deslocamento foi de 2,46 m/s com uma precisão de $4,04^\circ$. Perante estes dados a diferença de ângulos de saída de remate ($0,47^\circ$) com e sem pressão está abaixo da média ($2,68^\circ$), sendo o melhor jogador na capacidade de manter a precisão face à pressão adversária. À semelhança dos jogadores 1 e 3, o jogador 4 tem como resposta preferencial o remate em 74,29% das situações, optando depois pela finta I em 22,86% das respostas dadas. A variedade e quantidade das respostas fornecidas mostram, como em casos anteriores, uma tendência orientada para o não diálogo com o adversário. Independentemente da situação em que o jogador 4 se encontrou envolvido este procurou constantemente respostas que não privilegiaram o diálogo entre os intervenientes, indicando possivelmente que este jogador não considera o adversário para a sua tomada de decisão. Não foi identificado um padrão de resposta por “tentativa-erro”, verificando-se situações em que o indivíduo apesar de não ter sucesso numa determinada situação a resposta seguinte foi a mesma, indicando possivelmente a procura de um melhor ajuste da resposta dada anteriormente, ou porventura à falta de alternativas de resposta por parte do atacante, ou ainda a insegurança na tentativa de por em prática outra resposta que o atacante menos domina. Foram verificados alguns remates contra o defesa o que poderá indicar uma possível falta de interpretação do adversário. Verificou-se uma grande variedade nos ângulos e velocidades dos remates efetuados, indicando uma possível consideração do adversário para a resposta, no entanto desdobrando verificamos que para distância de remate entre 20 e os 21 m, o atacante consegue uma melhor precisão, relativamente a outras distâncias, o que nos leva a afirmar que alterando a distância de remate este não consegue ajustar o seu ângulo de saída. Dependendo da pressão do adversário, o atacante apesar de se encontrar na distância que lhe permita um melhor rendimento não o consegue ter, levando a conclusão que este é afetado pela presença do adversário, mas não interpreta. Face ao equacionado concluímos que o jogador 4 não considera o adversário na sua resposta possuindo. Perante a caracterização do jogador estaremos na posição de intervir nas suas necessidades de forma aumentar o seu rendimento, conforme será efetuado no ponto seguinte.

Jogador 5.

O jogador 5 possui uma precisão de $3,84^\circ$, conseguida a uma velocidade média de deslocamento de 2,95 m/s para situações sem pressão, sendo que para situações de pressão verificámos um ângulo de saída de $4,48^\circ$, sendo a diferença entre ambos os ângulos de $0,64^\circ$, fazendo deste um dos melhores jogadores na capacidade de manter a precisão face à pressão adversária.

Confirmando perante o conjunto de valores de precisão sem pressão [$1.13^\circ, 5.67^\circ$] e do conjunto de valores de remates com pressão [$0^\circ, 5.81^\circ$], poderemos afirmar que a pressão não tem grandes repercussões na alteração de precisão, uma vez que o conjunto de valores temem em comum a maior parte dos elementos do conjunto. O jogador 5 teve como resposta preferencial o remate em 50% das respostas dadas, sendo as seguintes respostas mais significativas a finta X com 21,88% e a

finta I com 18,75%. A variedade e quantidade das respostas fornecidas mostram uma tendência orientada para o diálogo com o adversário tal como conjecturado. Dependentemente da situação em que o jogador 5 se encontrou envolvido este procurou constantemente respostas que privilegiaram o diálogo entre os intervenientes, podendo afirmar que este jogador considera o adversário para a sua tomada de decisão. Não se verificou um padrão de resposta por “tentativa-erro”, uma vez que as respostas dadas perante o insucesso não alteraram o seu comportamento. Face a estes dados, podemos afirmar que o jogador 5 considera o adversário na estruturação da sua tomada de decisão.

6.6. Implicações e recomendações para o treino (microgestão)

Chegados a este ponto e depois de se ter procedido à caracterização de cada jogador, bem como à definição de limites, estaremos em condições de definir um conjunto de aspetos a ter em conta no treino, bem como as implicações a considerar numa intervenção personalizada a cada jogador tendo em conta os dados recolhidos.

Perante recursos limitados das capacidades de um plantel e na impossibilidade de todos os indivíduos terem as competências ideais, torna-se essencial a rentabilização das suas capacidades. A obtenção de dados dá-nos possibilidades de uma intervenção personalizável, identificando quais as variáveis que necessitam ser treinadas para o aumento de rendimento da prestação dos futebolistas.

Na estruturação da intervenção resumimos os problemas à falta de precisão ou à capacidade do indivíduo em suportar a pressão do adversário, que resultam da análise realizada. Apresentamos em seguida um conjunto de considerações gerais bem como posteriormente indicações particulares para cada um dos jogadores face aos dados recolhidos.

Intervenções para o aumento da precisão.

- Redução da velocidade de deslocamento de forma a que o atacante tenha maior controlo sobre o seu corpo (tendência evolutiva contraditória) para uma melhor aplicação de forças na bola, solicitando esse comportamento através de *feedbacks* verbais ou recorrendo a condicionamentos como a redução do espaço que o atacante terá que percorrer de forma a acumular menos energia cinética ou ainda diminuindo o percurso de aceleração do membro inferior.
- Alteração da distância em que o remate é feito de modo a que a bola percorra menos espaço. Se o ângulo de saída se mantiver é possível face a esse mesmo ângulo determinar a distância que lhe permita um melhor rendimento. De modo a que o futebolista tenha orientação no momento da execução do remate é possível colocar uma referência da distância ideal para o melhor rendimento possível.
- Correção/ajuste da coordenação da cadeia cinética do rematador, através de *feedback* de correção de postura por parte do treinador.

Intervenções para o aumento da rentabilidade da tomada de decisão.

- Correção da tomada de decisão limitando ou/e solicitando aos indivíduos tarefas como fintar ou rematar através de feedback verbais recorrendo a uma voz de comando.
- Feedback verbais procurando expor as vantagens e desvantagens de uma tomada de decisão relativamente a outra, isto é obrigar o indivíduo a consciencializar e reflectir sobre as decisões que tomou analisando a eficácia de cada uma e possíveis alternativas.
- Correção da tomada de decisão limitando ou/e solicitando aos indivíduos tarefas como fintar ou rematar através de situações práticas que solicite o comportamento pretendido. Como por exemplos diminuir ou aumentar o espaço a percorrer pelo defesa, procurando que o atacante esteja sobre situações de $t > t'$ ou $t < t'$ respectivamente favorecendo ou não (de acordo com as intervenções que pretendemos) o confronto; ou ainda alterar a posição de saída do defesa como já referenciado na conjectura, caso iniciar a pressão de uma zona frontal independentemente da velocidade de cada interveniente haverá oposição, caso for de uma posição anterior a situação não privilegiará a oposição. A situação de oposição como já referenciado privilegiará a finta em detrimento do remate.

Intervenções para o aumento da capacidade em suportar a pressão.

- Treino do comportamento solicitando-o através de situações práticas de forma a que o atacante esteja inúmeras vezes sobre efeito da pressão psicológica e a deixe de a reconhecer como um elemento estranho, sentindo-se mais confortável. Como por exemplo procurar que o atacante esteja sobre situações $t = t'$ ou $t < t'$, através da alteração das variáveis espaço e velocidade, de forma a que o seu espaço vital seja agredido e este passe a ser mais tolerante a essa agressão dando respostas mais rentáveis. A pressão física poderá ser treinada da mesma forma, procurando que o defesa exerça forças sobre o atacante e este treine a melhor aplicação de forças, bem como procure ajustar a relação centro de massa/base de apoio, de modo a encontrar o equilíbrio mais rentável para suportar a pressão física do defesa e simultaneamente cumpra o objectivo.
- Intervir dando Feedback motivacionais e de confiança de forma a que baixe os níveis de insegurança.
- Por consequência das intervenções anteriores, o aumentando das competências e capacidades dos jogadores poderá levar a um maior conforto perante situações de pressão

Intervenções personalizadas atendendo aos dados obtidos.

Jogador 1.

Face à pouca rentabilidade sobre pressão adversária e à tendência na escolha de resposta ao problema que privilegiem o não diálogo entre indivíduos, como referido anteriormente, na conjectura “independentemente do diferencial de tempos gerado e do opositor a resposta dada

tende em privilegiar o “não diálogo”, sendo ainda que as velocidades envolvidas nas ações tendem em ser semelhantes”, poderemos intervir das seguintes formas:

- Treino do respetivo comportamento, solicitando o remate sobre pressão (psicológica e física), procurando que o atacante esteja inúmeras vezes sobre o seu efeito e a deixe de reconhecer como um elemento estranho, já que o jogador 1 possui por si uma razoável precisão de remate.
- Intervir dando Feedback motivacionais e de confiança de forma a que o atacante baixe os níveis de insegurança perante o adversário.
- Se o ângulo de saída se mantiver é possível face a esse mesmo ângulo determinar a distância que lhe permita um melhor rendimento. De modo a que o futebolista tenha orientação no momento da execução do remate é possível colocar uma referência da distância ideal para o melhor rendimento possível.
- Correção/ajuste da coordenação da cadeia cinética do rematador, através de feedback de correção de postura por parte do treinador.
- Intervir dando Feedback de forma a que o atacante tenha em atenção alguns indicadores pertinentes do adversário.

Jogador 2.

Face à pouca rentabilidade sobre pressão adversária e à capacidade deste em gerar ângulos que lhe permitam ter uma boa precisão, mas a uma velocidade baixa, assim como tendência na escolha de resposta ao problema que privilegiem o diálogo entre indivíduos, poderemos intervir das seguintes formas:

- Treino do respetivo comportamento, solicitando o remate sobre pressão (psicológica e física), procurando que o atacante esteja inúmeras vezes sobre o seu efeito e a deixe de reconhecer como um elemento estranho, já que o jogador 2 possui por si uma razoável precisão de remate.
- Intervir dando Feedback motivacionais e de confiança de forma a que atacante baixe os níveis de insegurança perante o adversário.
- Correção/ajuste da coordenação da cadeia cinética do rematador, através de feedback de correção de postura e motivacionais por parte do treinador de forma a aumentar a velocidade das ações mantendo a mesma precisão.
- Feedback verbais procurando expor as vantagens e desvantagens de uma tomada de decisão relativamente a outra

Jogador 3.

À semelhança do jogador 2, verifica-se uma baixa rentabilidade sobre pressão adversária, bem como uma tendência na escolha de resposta ao problema que não privilegiam o diálogo entre indivíduos. Poderemos intervir das seguintes formas:

- Treino do respetivo comportamento, solicitando o remate sobre pressão (psicológica e física), procurando que o atacante esteja inúmeras vezes sobre o seu efeito e a deixe de reconhecer como um elemento estranho, já que o jogador 3 possui uma razoável precisão de remate.
- Intervir dando Feedback motivacionais e de confiança de forma a que o atacante baixe os níveis de insegurança perante o adversário.
- Intervir dando *Feedback* de forma a que o atacante tenha em atenção alguns indicadores pertinentes do adversário.

Jogador 4.

Face ao diagnóstico elaborado, o jogador 4 possui uma das melhores capacidades em suportar a pressão, no entanto, não possui uma boa precisão de remate, bem como uma tendência na escolha de resposta ao problema que não privilegiam o diálogo entre indivíduos, poderemos intervir das seguintes formas:

- Redução da velocidade de deslocamento de forma a que o atacante tenha maior controlo sobre o seu corpo.
- Se o ângulo de saída se mantiver é possível face a esse mesmo ângulo determinar a distância que lhe permita um melhor rendimento. De modo a que o futebolista tenha orientação no momento da execução do remate é possível colocar uma referência da distância ideal para o melhor rendimento possível.
- Correção/ajuste da coordenação da cadeia cinética do rematador, através de feedback de correção de postura por parte do treinador.
- Intervir dando Feedback de forma a que o atacante tenha em atenção alguns indicadores pertinentes do adversário.

Jogador 5.

Verificou-se para o jogador 5 uma das melhores capacidades em suportar a pressão, no entanto paralelamente ao jogador 4 não possui uma boa precisão de remate. O jogador 5 considera o adversário na estruturação da sua tomada de decisão. Assim poderemos intervir das seguintes formas:

- Redução da velocidade de deslocamento de forma a que o atacante tenha maior controlo sobre o seu corpo.
- Se o ângulo de saída se mantiver é possível face a esse mesmo ângulo determinar a distância que lhe permita um melhor rendimento. De modo a que o futebolista tenha orientação no

momento da execução do remate é possível colocar uma referência da distância ideal para o melhor rendimento possível.

- Correção/ajuste da coordenação da cadeia cinética do rematador, através de feedback de correção de postura por parte do treinador.
- Intervir dando Feedback de forma a que o atacante tenha em atenção alguns indicadores pertinentes do adversário.

Deveremos ter em conta os traços característicos de cada jogador (o atacante considera o defesa na sua tomada de decisão, o atacante não considera o defesa na sua tomada de decisão) em que por mais que investimos grandes quantidades de capitais no seu treino estes permanecem inalterados. Como referido anteriormente o Modelo Taxonómico dos Desportos Coletivos privilegiam a divisão de trabalho entre desportistas de uma mesma equipa, a divisão de funções específicas e o domínio das suas coordenações. Assim tarefas e funções que submetam o jogador em circunstâncias de pressão (espaço, velocidade, colegas, campos) perturbadoras da sua prestação poderão ser identificadas, e ajustadas de forma, a que este tenha tarefas e funções adequadas a suas características favorecendo a sua prestação.

Mais do que a caracterização do jogador resultando num conjunto de prescrições, a utilidade do diagnóstico estende-se no controlo da evolução do treino, das repercussões deste no indivíduo, de modos a aferir a viabilidade ou não do treino prescrito. Este controlo poderá passar pela recolha de indicadores anteriormente referido sem recorrer a qualquer instrumento de recolha de dados durante sucessivas seções de treino, ou executando periodicamente o protocolo estruturado neste estudo. Assim conforme os dados que formos obtendo poderemos ir ajustando caso necessário o treino ou apenas alterar uma determinada variável específica.

A concluir podemos afirmar que os pressupostos do observador, as relações estabelecidas entre fatores e o contexto onde o indivíduo se insere são fatores essenciais para diagnósticos heterogéneos, levando necessariamente a intervenções diferentes, existindo um posicionamento do treino segundo as necessidades de cada futebolista. Segundo o diagnóstico efetuado anteriormente, indivíduos que necessitam treinar a precisão estarão mais centrado no domínio de si, deixando para trás os pressupostos do modelo de desportos coletivos, aproximando-se mais do modelo dos desportos individuais. Privilegiando um conjunto limitado de variáveis, neste caso a coordenação da cadeia cinética e a aplicação de forças na bola para que este tenha a trajetória pretendida otimizando assim o ângulo de saída da bola. Indivíduos que necessitam treinar sobre efeito de pressão, com a presença do adversário, o treino passará pelo domínio das relações entre indivíduos.

O estudo do remate sobre pressão não se limita a este e é possível fazer a analogia para situações de passe, como evidenciamos já. O diagnóstico no futebol, como já referenciado, mais do que a análise de variáveis mecânicas, deve procurar a análise do comportamento do indivíduo. Assim, apesar dos objetivos serem diferentes nas situações de remate e de passe, o comportamento

solicitado é semelhante. Paralelamente ao remate, no passe existe também uma aplicação de uma força na bola para que este tenha a trajetória pretendida de forma a atingir o objetivo visado, neste caso o espaço ou o colega que possibilite o melhor seguimento da jogada mantendo ou aumentando a vantagem no diferencial de tempos para a equipa visando o golo, possibilitando igualmente intervenções para o aumento da rentabilidade em situações de passe.

6.7. Limitações do Estudo

Mas não podemos ignorar que todos os estudos têm limitações. Passamos a expor as que julgamos mais significativas relativamente à parte experimental. Durante a primeira situação foram realizados 73 remates na totalidade, ultrapassando os 50 previstos inicialmente sendo este acréscimo justificado pelo facto de ter sido possibilitado aos jogadores uma familiarização com a situação proposta, não se procedeu à eliminação deste devido ao facto de não se ter verificado grandes diferenças entre as situações de familiarização e as restantes. Na segunda situação, foram realizados um total de 164 remates (variando entre 30 a 35 por jogador), ficando aquém dos 250 previstos. Este facto justifica-se pela falta de coordenação dos jogadores e pelo limitado número de pessoas envolvidas na recolha de dados, multiplicando-se as tarefas para cada pessoa na operacionalização do diagnóstico, bem como limitações de tempo de treino, sendo limitado a 1 hora e 30 minutos, uma vez que treinam mais do que um escalão, no mesmo recinto. Face ao investimento feito na recolha de dados e para a melhoria das coordenações entre tarefas e de quem as operacionaliza, teremos como alternativa a este problema o aumentar do número de pessoas intervenientes na recolha de dados, ou a redução do número de repetições para facilitar a recolha de dados, sendo ainda a criação de rotinas para a recolha de dados igualmente um dos fatores a considerar.

Destacamos como fator limitativo do estudo, o n.º de amostras que realizaram o remate sendo que as conclusões e os valores obtidos (neste caso principalmente as médias) ficam fragilizados. No entanto, o que o estudo pretende é testar a validade da conjectura, não se visando um estudo de carácter empírico, o que solicitaria uma amostra superior e um maior número de repetições.

Outro dos objetivos passou por uma proposta de situações relativamente simples e que pudessem ser operacionalizadas pelos treinadores, durante os treinos, e que sem grandes custos (temporais, materiais, etc.) permitissem fazer o diagnóstico dos jogadores, obtendo assim informação sobre estes que lhes permita orientar o treino de uma forma mais rentável, sendo mais assertivo nas prescrições realizadas.

Destacamos igualmente como factor limitativo o tempo de tratamento de dados, que para um estudo desta natureza não constitui em factor pertinente, mas em situação de competição o tempo de tratamento de dados é fundamental para a máxima rentabilização dos capitais investidos. Sendo que todo o processo de diagnóstico é condicionado pelos momentos competitivos.

Capítulo 7

Conclusões

O diagnóstico constitui uma ferramenta que possibilita a caracterização do indivíduo, identificando as suas potencialidades e necessidades tornando-a uma ferramenta de extrema importância na rentabilização dos capitais investidos.

Neste estudo, analisou-se a metodologia de treino denominada de Periodização Tática, que se assume como uma metodologia com crescente popularidade, em que a sua conceção de jogo assenta na máxima “Tática como guia de todo o processo de treino”, sendo que o diagnóstico se baseia essencialmente nos princípios que o treinador pretende refletir em jogo, predominando um quadro de referência estático.

Face à análise dos resultados da pesquisa bibliográfica e entrevistas, concluímos que o diagnóstico na Periodização Tática assenta essencialmente nos princípios que o treinador pretende refletir em jogo; verificando-se a existência de diferenças entre fatores considerados em treino “jogador percecionado como um todo” e os fatores considerados em diagnóstico “jogador percecionado como partes possíveis de serem desmanteladas e analisadas separadamente”. Concluiu-se igualmente que os fatores implícitos na elaboração do diagnóstico centram-se quase exclusivamente nas saídas motoras, sendo categorizados através de adjetivos qualitativos. As fichas de diagnóstico não tomam em conta a sequência cronológica de evolução de variáveis durante uma época desportiva, nem consideram a variabilidade entre variáveis de natureza diferentes. Assim concluímos que a Periodização Tática como perspectiva estática, não constitui a forma mais rentável na operacionalização da Actividade Desportiva.

Em alternativa, abordámos uma perspectiva dinâmica, tendo utilizado como referência o modelo das atividades desportivas coletivas proposto por Fernando Almada, ferramenta conceptual que nos permite uma operacionalização dinâmica da atividade desportiva. Depois de analisar e aprofundar a perspectiva em causa, definimos um conjunto de conjeturas visando operacionalizar o diagnóstico segundo esta perspectiva tendo posteriormente a necessidade de testar/refutar as mesmas. Realizámos assim uma situação nos permitisse compreender o efeito da pressão no remate no futebol.

Concluímos que no remate sobre pressão na presença do adversário existe a tendência para a diminuição da precisão de remate, bem como uma existência de alterações de distância entre a baliza e o local onde o remate é efetuado, dependendo das velocidades de deslocamento do defesa. No entanto, essas alterações serão dependentes de duas características equacionadas nos indivíduos:

- 1- O atacante lê o defesa, isto é, interpreta e considera a relação estabelecida entre eles ajustando a sua resposta perante este, de forma a ganhar vantagem no diferencial de tempos; o que levará a alterações nas variáveis de remate, das quais fazem parte a distancia.
- 2- O atacante não considera a relação estabelecida entre eles, procurando realizar o remate independentemente das ações do defesa.

Definiu-se valores de referência para variáveis como o tempos de deslocamento, velocidades médias de deslocamento sem e com pressão e a precisão de remate. Neste caso devido a utilização de amostra do escalão juvenil serão referência para o devido escalão (como referido no ponto anterior teremos que ter em conta o número reduzido de amostras). É igualmente possível a determinação das respostas típicas dos indivíduos perante a presença de oposição.

Equacionando os dados referidos (velocidades médias de deslocamento sem e com pressão, precisão de remate, tomadas de decisão típicas dos indivíduos) concluímos que os jogadores que não consideram o adversário na sua resposta independentemente do diferencial de tempos gerados e do opositor, a resposta dada tende em privilegiar o “não diálogo”, sendo ainda que as velocidades envolvidas nas ações tendem a ser semelhantes, não havendo ajuste conforme a oposição, tendo o jogador respondido tendencialmente da mesma forma e dentro dos mesmos limites. Por outro lado, concluímos igualmente que os jogadores que consideram o adversário na sua resposta independentemente da situação em que se encontram envolvidos procuraram preferencialmente respostas que privilegiaram o diálogo entre os intervenientes.

Pudemos assim verificar a importância do diagnóstico no futebol como instrumento essencial à rendibilização do processo de treino bem como a necessidade de considerar a operacionalização do mesmo visando o máximo rendimento possível que nos é permitido por um quadro de referência dinâmico e utilizando instrumentos (materiais e conceptuais) apropriados.

Capítulo 8

Futuras Linhas de Investigação

No seguimento do presente trabalho pretendemos estabelecer algumas linhas de investigação futuras. De acordo com o desenvolvido anteriormente e das conclusões retiradas, direcionamos essencialmente o nosso estudo para a estruturação de situações que solicitem outros comportamentos implícitos no futebol para além do remate; de modo a termos uma melhor caracterização do indivíduo e assim darmos respostas mais precisas aos problemas com que nos deparámos.

No seguimento deste estudo é possível:

- Aumentar do número de repetições de forma a construir bancos de dados de valores de referência de variáveis, de forma a criar referências na avaliação dos desportistas. Para esta situação específica de diagnóstico dos futebolistas na situação de remate será pertinente a criação de bancos de dados relativos à velocidade de deslocamento, distância de remate, precisão, velocidade da bola, tomada de decisão e tempos para diferentes escalões, e níveis competitivos;
- Verificar a existência de heterogeneidade dos valores de variáveis recolhidas segundo as funções desempenhadas na dinâmica de grupo, de forma a identificar as características propícias dos jogadores em formação para determinadas funções.
- Estruturação de situações de diagnóstico para outras situações de jogo para além do remate, ex. o passe, identificando variáveis e interações entre estas para um aumento do rendimento no diagnóstico de competências fundamentais para a performance no futebol;
- Estabelecer relações entre comportamentos solicitados em diferentes situações de jogo, de modo a rentabilizar o processo de diagnóstico. Caracterizando o indivíduo através de uma situação de jogo, mas percebendo o seu comportamento noutras condições.
- Consideração de outros fatores (fisiológicos, táticos, entre outros) no diagnóstico dos futebolistas nas situações consideradas, aos comportamentos solicitados pela atividade;
- Consideração da influência dos fatores biossociais/bioculturais nas variáveis consideradas no diagnóstico efetuado.
- Aplicação das situações realizadas em outros jogadores e equipas, visando continuar a testar a solidez da conjectura apresentada;
- Equacionar aspetos de macro e microgestão no aumento da rentabilidade do processo de diagnóstico através da criação de *software* que permita a recolha de dados em tempo útil.

Capítulo 9

Bibliografia

- Allam, P. (1981). *Body Language-How to read others' thoughts by their gestures*, Sheldon Press, London.
- Almada, F. (1999). in Exposição “*Para uma Operacionalização da Motricidade Humana*”, apresentada no “I Congresso Internacional de Motricidade Humana”, Instituto Piaget, Almada Portugal.
- Almada, F; Monteiro, D; Lopes, H. (2001). *A sistemática das atividades desportivas: Um quadro conceptual*, Série Didática: Ciências Aplicadas nº152, Edição Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal.
- Almada, F; Fernando, C; Lopes, H; Vicente, A; Miguel, V. (2008). *A rotura*; Edição VML, Torres Novas, Portugal.
- Campos, C. (2008). *A justificação da Periodização Tática como uma fenomenotécnica*, «*A singularidade da intervenção do treinador como a sua impressão digital*», Mcsports, vigo, Espanha.
- Capra, F. (1997). *O ponto de mutação*”, Editora Cultrix, 20ª edição, São Paulo, Brasil.
- Carvalhal, C. (2002). *No treino de futebol de rendimento superior a recuperação é...muitíssimo mais que “recuperar”*, Editora Indústrias Gráficas Lda., 2ª edição, Braga, Portugal.
- Donnelly, J.H; Gibson, J. L. ; Ivancevich, J.M. (2000). *Administração princípios de gestão empresarial*. 10 edição, Ed. McGraw-Hill. Portugal
- Faria, R. (1999). *Periodização Tática. Um Imperativo Concepto- Metodológico do rendimento Superior em Futebol*. Trabalho realizado no âmbito da disciplina seminário, Opção Futebol. FCDEF-UP.
- Freitas, S; Queirós, J. (2004). *A especificidade que está na concentração tática que está na especificidade: No que deve ser uma operacionalização da periodização tática*. Desimpress, Portugal.
- Gaitero, B. (2006). *A ciência oculta do sucesso-Mourinho aos olhos da ciência*. Dissertação de licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, Portugal.

- Gomes, M. (2006). *Do Pé como Técnica ao Pensamento Técnico dos Pés Dentro da Caixa Preta da Periodização Tática- um Estudo de Casos*, Monografia publicada, Porto, Portugal.
- Hecker, S; Thiel, A. (1993). *Handball: Le Gardien de But*. Éditions Vigot, Paris.
- Helgerud, J; Eengen, L.C; Wisloff, U; Hoff, J. (2001). *Aerobic endurance training improves soccer performance*. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. v.33, n.11, p.1925-1931.
- Kuhn, T. (2001). *A Estrutura das Revoluções Científicas*, Editora Perspetiva, São Paulo, Brasil.
- Matveev, L. P. (1997). *Treino Desportivo: metodologia e planeamento*, Guarulhos: Phort., 1ª edição, Brasil.
- Martins, J.P. (2008). *Caracterização Técnico-Tática de jogos reduzidos em futebol-Avaliação do impacto produzido pela alteração das variáveis espaço e número de jogadores*. Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto, na área de especialização de Desporto para Crianças e Jovens. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Morin, E. (1990). *Introdução ao pensamento Complexo*, Instituto Piaget, Lisboa, Portugal.
- Morris, D. (1981). *A tribo do futebol*, Publicações Europa-América, Mem-Martins, Portugal.
- Neves, J; Domingos, D. (2004). *A época do futebol, O jogo visto pelas ciências Sociais*, Editora Assírio & Alvim, Lisboa, Portugal
- Oliveira, B; Amieiro, N; Resende, N; Barreto, R. (2006). *Mourinho-Porquê tantas vitórias*, Publicações Gradiva, 2ª Edição, Lisboa, Portugal.
- Olson, M. (2004). *The cooperation between the goalkeeper and the defence*, *Periodical EHF* (pp. 53-57): EHF.
- Paulo Sá, A; Fernandez, J; Rui Gomes, A.; Saavedra, M.; Alexandra, Azevedo, A. (2009). *Os indicadores para a tomada de decisão do guarda-redes de andebol, II Congreso internacional de deportes de equipo*, Colección Congresos, España.
- Popper, K.R; Lorenz, K. (1990). *O futuro está aberto*. Editora Fragmentos, Lisboa, Portugal.

- Rodrigues, N. (2004). *Operacionalização do Modelo das Atividades Desportivas Coletivas-Estudos de situações típicas no Futebol*, Trabalho com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal.
- Romano, C. A. JP. (2007). O enquadramento conceito-metodológico pluridimensional da intensidade-a filogénese de um conceito. Dissertação apresentada com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto, na área de especialização de Desporto para Crianças e Jovens. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, Portugal.
- Samulski, D; Chagas, M. H.; Nitsch, J. R. (1996). *Stress: teorias básicas*, Costa & Cupertino, Belo Horizonte, Brasil.
- Serway, R. A; Jewett, J. W. (2004). *Physics for Scientists and Engineers*, Thomson Learning, Belmont.
- Silvério, J; Srebro, R. (2002). *Como ganhar usando a cabeça-um guia de treino mental para o futebol*, Editora Quarteto, Coimbra, Portugal.
- Tamarit, X. (2007). *Que es la “Periodización Tática”? Vivenciar el «juego» para condicionar el Juego*, Editora MC Sports.
- Toffler, A. (1970). *O choque do futuro*, Edição livros do Brasil, Lisboa, Portugal.
- Travassos, B. (2005). *FUTSAL - Estudo de uma Atividade de Desportos Coletivos, uma sistematização tendo em vista as necessidades do treino e da macro-gestão*. Trabalho com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal.
- Vicente, A. (2005). *O Diagnóstico nas Atividades Desportivas: para uma Operacionalização no Modelo das Atividades Desportivas Coletivas*. Trabalho com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências do Desporto, Universidade da Beira Interior, Covilhã, Portugal.
- Vicente, A. (2007). *Para a Gestão Micro e Macro das Atividades Desportivas, O Diagnóstico nas Atividades Desportivas Operacionalização nos Desportos Coletivos*. Trabalho com vista à obtenção do grau de Doutor em Educação Física e Desporto na especialidade de Ciências do Desporto, Universidade da Madeira, Madeira, Portugal.
- Williams, A. M; Davids, K; Williams, J.G. (1999). *Visual perception and action in sport*. E & F Spon, Londres.

Outras fontes consultadas

- Barbosa, A. (2008). *Diferenças entre periodização convencional, periodização tática e treino integrado*, in efdeportes.com, ano 13, nº 17, Buenos Aires, Julho 2008, consultado em 28-12-2010.
- Battle, R; Bull, A; Hanwkins, M; Hearne, Parkes, R; Thorpe, A. (2011). *The untouchables Football Money League*. Sports Business Group at Deloitte, Manchester, UK.
- Correia, A. M. (1979). *Grande Enciclopédia Portuguesa e Brasileira*, volume VI, IX, XXII, editorial enciclopédia, Lisboa, Portugal.
- Declaração de Brighton sobre as Mulheres e o Desporto “I Conferência Mundial sobre Mulheres e Desporto” realizada em Brighton, no Reino Unido, entre os dias 5 e 8 de Maio de 1994.
- López, M. (1999). *Desarrollo y finalización de las acciones ofensivas: análisis comparativo USA 94, Francia 98 y Liga Española 98-99*, in efdeportes.com, ano 4, nº 17, Buenos Aires, diciembre. consultado em 12-01-2011.
- Mariot, J. (1992). *Hand-ball*. Revue EPS.
- Morriello, S. (2003). *Sistemas complejos caos y vida artificial*. RED Científica. Consultado 5 junho 2009, disponível em <http://www.redcientifica.com/doc/doc/200303050001.html>
- Sidónio, S. (2007). *Coletânea de Textos, Psicologia do desporto*, Faculdade de Motricidade Humana, Lisboa, Portugal.
- Teixeira, L. A. (1999). *Kinematics of kicking as a function of different sources of constraint on accuracy*. *Journal of Sports Medicine*, v. 88, p. 785-9.

Capítulo 10

Anexos

10.1- Anexo 1- Entrevistas

Entrevista realizada no dia 25/03/2011, na Academia *Dolce Vita*, em Coimbra, com o Professores Marco Pereira e Bruno Domingos, treinadores da AAC-OAF, com mais de 11 anos de experiência no treino do futebol, com passagem por todos os escalões de formação da AAC-OAF, e atualmente a treinar o plantel Juvenil (Juniões B) da Académica de Coimbra, o qual disputou o campeonato Nacional desse mesmo escalão.

Entrevista ao Professor Bruno Domingos

Pedro Afonso: Considera o diagnóstico um instrumento importante no desporto? Porquê?

Bruno Domingos: O diagnóstico não é só importante, é fundamental para o desporto. Quando digo para o desporto, refiro-me ao diagnóstico nas várias áreas que o desporto engloba, a organização/gestão, as condições espaciais e materiais e os recursos humanos, quer ao nível do organigrama de uma estrutura desportiva, quer ao nível do recrutamento e formação de atletas. Os resultados de uma avaliação diagnóstica estabelecem o ponto de partida, definem momentos de intervenção e permitem recuperar competências “perdidas”. Refiro-me, essencialmente, àquelas competências que já deviam estar adquiridas, mas que no diagnóstico não são manifestadas. Surge, deste modo, como uma forma de avaliação para aferir performances, seleção de recursos materiais e humanos e definição de metodologias e estratégias a seguir.

PA: O diagnóstico é um instrumento utilizado na periodização tática? Se sim, com que objetivos?

BD: A periodização tática surge no nosso trabalho diário, como uma metodologia de planificação capaz de organizar uma sequência e extensão de princípios a implementar no modelo de jogo/formação que se pretende para um determinado escalão de formação. A elaboração e definição dessa metodologia necessitam, obrigatoriamente, de um diagnóstico em várias fases do processo de formação. Numa primeira fase é fundamental o diagnóstico das competências dos atletas para aferir se existe ou não enquadramento com os princípios da periodização tática e selecionar aqueles que mais se aproximam dos requisitos tático-técnicos pretendidos, assim como as necessidades individuais de cada um. Em segundo lugar, é essencial definir as estratégias e métodos de intervenção a aplicar no treino, capazes de proporcionar a aquisição, desenvolvimento e consolidação dos princípios tático-técnicos para o modelo de jogo/formação. Outra das necessidades de diagnosticar relaciona-se com o diagnóstico de cada competição e resultados manifestados. Esta fase permite-nos aferir se o processo de ensino-aprendizagem, inerente à construção do modelo de jogo, precisa de reajustamentos, adaptações e personalização dos

princípios e por vezes até reformulação de estratégias e metodologias de intervenção por parte do treinador. Saliento que, na minha opinião, seja na periodização tática, seja em qualquer outro tipo de periodização, o diagnóstico será sempre o ponto de partida para planificar, orientar e reajustar o processo de ensino-aprendizagem.

PA: Que metodologia segue na operacionalização do diagnóstico na periodização tática?

BD: A metodologia seguida prende-se com o registo do desempenho dos atletas, em grelhas próprias, baseado na observação em situação de jogo reduzido e jogo formal. Pretende-se verificar requisitos e evidências demonstradas por parte dos atletas no plano técnico, tático, físico e psicológico. De acordo com o escalão em observação, nos escalões mais baixos damos prioridade aos aspetos técnicos e “riqueza” do reportório motor. À medida que entramos nos escalões de “especialização”, nomeadamente, iniciados e fundamentalmente nos Juvenis e Juniores passamos a dar maior prioridade à aplicação, ou não, de requisitos inerentes aos princípios da periodização tática, relativos ao modelo de jogo, que se pretendem para a nossa forma de jogar.

PA: Quais são as principais variáveis, bem como fatores que procura avaliar nos seus diagnósticos?

BD: Nos diagnósticos avaliamos os aspetos técnicos, táticos, físicos e psicológicos. Existe outra variável fundamental a intensidade/ritmo imprimido no jogo, nomeadamente a capacidade de reação à perda e ao ganho da bola e a forma como assumem o jogo e o cumprimento dos seus princípios nas transições e organizações.

Como foi referido na resposta anterior, nos escalões de especialização damos maior incidência aos princípios tático-técnicos de acordo com os 4 momentos de jogo: transição defesa-ataque, organização defensiva, transição ataque-defesa e organização ofensiva.

PA: Quando (em que momentos da época) realizam o diagnóstico? Quais os motivos que levam a essa avaliação?

BD: O primeiro diagnóstico relativamente às competências dos atletas é realizado na pré-época. Serve para aferir se existe ou não enquadramento com os princípios da periodização tática e selecionar aqueles que mais se aproximam dos requisitos tático-técnicos pretendidos, assim como as necessidades do coletivo (equipa) e individuais (de cada um).

Os restantes momentos de diagnóstico são praticamente semanais e servem para adaptar a planificação elaborada às necessidades vigentes. Neste sentido pretende-se encontrar as estratégias e métodos de intervenção mais viáveis, capazes de proporcionar a aquisição, desenvolvimento e consolidação dos princípios tático-técnicos e dos respetivos perfis físico e psicológico, necessários à formação coletiva e individual dos atletas. Outra das necessidades de diagnosticar, semanalmente, relaciona-se com o diagnóstico de cada competição e dos resultados qualitativos manifestados,

permitindo-nos aferir se o processo de ensino-aprendizagem dos atletas está a seguir o caminho certo.

PA: Considerando que a Periodização Tática transmite a noção do "todo" como equipa, como é que esse todo é tido em conta no diagnóstico?

BD: A noção do "todo" é feita através da observação e análise dos princípios que consubstanciam a nossa ideia de periodização tática. Os exercícios observados preveem, precisamente, diversas situações contextualizadas no jogo e na noção de equipa.

PA: Atendendo a que a Periodização Tática parte da conceção de um modelo de jogo, e dos princípios que o constituem, quais são os princípios que procura diagnosticar? Obedece a uma ordem imposta pelo princípio de progressão complexa?

BD: A "nossa" conceção do modelo de jogo segue uma ordem estrutural baseada em 8 componentes que definem o problema e o respetivo meio de resolução: o momento do jogo; a zona de ação; o objetivo; o princípio; o sub-princípio; as ações padrão; as competências; e o detalhe comportamental. O momento do jogo e a zona de ação definem o problema a resolver, contextualizando-o no espaço. Os princípios que a constituem são apenas um meio para resolver os problemas que surgem no jogo, dos mais fáceis para os mais difíceis e dos mais simples para os mais complexos. Tendo em consideração as diversas variáveis do próprio jogo, normalmente, quanto mais respeitados forem os princípios e a sua progressão complexa, maiores são as probabilidades de alcançar o sucesso no processo de ensino aprendizagem.

Podemos dizer que nesta ordem estrutural existe uma progressão complexa mas facilitadora, na aquisição dos princípios, diretamente proporcional aos problemas que vão surgindo e às necessidades dos atletas em cada escalão.

PA: Além de referenciar os princípios a diagnosticar, quais os fatores que tem em conta no diagnóstico qualitativo destes?

BD: Os fatores a ter em conta no diagnóstico qualitativo dos princípios são as competências e o detalhe comportamental inerentes ao modelo por nós concebido.

PA: Têm em conta aspetos da macrogestão para a elaboração do diagnóstico? (por exemplo tempo entre os jogos, materiais, etc.?) De que maneira estes fatores tem influência no diagnóstico, e na sua qualidade?

BD: Tal como referi na pergunta 1, na minha opinião, o diagnóstico deve ser feito nas várias áreas que o desporto engloba, a organização/ gestão, as condições espaciais e materiais, os recursos humanos, etc. No entanto no momento do diagnóstico é fundamental ter em conta outras variáveis,

tais como a fadiga, o estado de saúde (físico e psicológico) e a condição física dos atletas, alguns dados estatísticos e descritivos dos mesmos, o momento da época desportiva, as condições materiais, espaciais e até climatéricas. É imprescindível ter a consciência da sua existência ou não, para que possamos atribuir a devida influência na análise obtida e por conseguinte na qualidade do diagnóstico.

PA: O diagnóstico procura igualmente avaliar as potencialidades dos jogadores, ou apenas se resume à avaliação das capacidades dos indivíduos? Como procede a essa avaliação de potencial?

BD: O potencial de um atleta, na minha ótica, poderá definir-se como “a margem de progressão que poderá alcançar a partir do diagnóstico vigente”. Mas será sempre baseado nas capacidades que o atleta demonstra no momento dos diagnósticos. Se os resultados dos diagnósticos apresentarem margens de evolução sucessivas, à medida que vão sendo realizados durante a formação do atleta, significa que o seu potencial está em crescimento. E quanto maior for essa progressão maior será o potencial do atleta. O mesmo já não poderá estimar-se quando são verificadas estagnações ou até mesmo regressões nos resultados obtidos.

PA: Pode dar alguns exemplos concretos de como operacionaliza o diagnóstico na Periodização Tática?

BD: Posso dar um exemplo resumido de diagnóstico em situação de jogo formal com registo de resultados, em grelha própria, mediante a observação de um atleta juvenil, com base nas 8 componentes e numa escala qualitativa de avaliação do cumprimento do princípio descrito:

1-Momento do jogo: transição ataque/defesa (momento da perda da bola)

2-Zona de ação: Setor ofensivo, corredor lateral

3-Objetivo: Criar zona de pressão e recuperar a posse de bola o mais rápido possível

4-Princípio: Forte reação à perda da bola

5-Sub-princípio: Fecho em pressão de todas as linhas

6-Ações padrão: Pressionar, direcionar, bascular e fechar para pressão organizada

7-Competências: 1- Mudança de atitude ofensiva para defensiva; 2- O jogador mais próximo do portador adversário pressiona de imediato para a ganhar a bola; 3- Os jogadores mais próximos do 1º defensor fazem coberturas e fecham o espaço circundante; 4- Os jogadores mais distantes asseguram as marcações e coberturas de modo a fecharem o espaço longe da bola.

8-Detalhe comportamental (incompleto): 1- O jogador junto da linha (corredor lateral) pressiona de *dentro para fora (utiliza a linha como mais um jogador)*. 2- A cobertura dos jogadores mais próximos deve ser efetuada de modo a *fechar as linhas entre o colega que pressiona e o adversário portador da bola*. A *cobertura* deverá ser *mais próxima e com maior intensidade nos corredores laterais*.

Esta ordem estrutural está definida, dentro da periodização tática, de acordo com o nosso modelo de jogo, para todos os princípios a aplicar nos momentos de transição e organização e em todas zonas de ação.

Entrevista ao Professor Marco Pereira

Pedro Afonso: Considera o diagnóstico um instrumento importante no desporto? Porquê?

Marco Pereira: O diagnóstico é sempre um instrumento importante no desporto e em qualquer modalidade, até mesmo em qualquer ramo de atividade ligada ao desporto. O diagnóstico, na aceção da palavra, significa discriminar, dirimir, diagnosticar, ou seja, implica que haja uma avaliação inicial. Porém, mais do que uma avaliação inicial do potencial, seja este gerador de uma perspetiva futura otimista ou não, requerido por uma dada situação ou circunstância específica, ou por um jogador ou equipa, terá que haver objetivamente uma caracterização fidedigna mediante a circunstância (cenário ou enredo) com que nos deparamos. Porquanto, teremos que procurar retirar o máximo de informações do contexto envolvente, dados concretos e objetivos, nomeadamente aspetos a salientar ou, eventualmente, a aperfeiçoar bem como aspetos a explorar. Com efeito, diagnóstico traduz a noção das capacidade e características que nós queremos ler (subentenda-se observar e analisar) e a partir daí fazer inferências para todo um processo de construção do nosso jogar, do qual procuramos transportar para o processo de treino e a partir daí conseguir potenciar, quer individual quer coletivamente a nossa equipa.

PA: O diagnóstico é um instrumento utilizado na periodização tática? Se sim, com que objetivos?

MP: Eu penso que o diagnóstico é utilizado em qualquer tipo de periodização, não é exclusiva da Periodização Tática. No entanto, nesta vertente, e na forma como se enquadra o treino segundo esta periodização, ela comporta uma relevância diferente na medida em que perspetiva a organização efetiva do jogar da minha equipa. Esta conceção de treino, cujo primado vaticina o desenvolvimento tático individual e coletivo, não é mais do que uma forma de organização e estruturação do processo de treino e do jogo, cujo objetivo é a melhoria da qualidade da prestação coletiva e individual da equipa. Portanto, o diagnóstico é sempre um elemento importante na deteção de características, de capacidades, de conteúdos que a equipa ou jogador tem enraizado em si próprio, acerca da forma como pensa o jogo e sobre o modo como exterioriza esse mesmo conhecimento, ou seja, no fundo a forma como expressa o seu “conhecimento específico do jogo”. Esta periodização, ao contrário das outras, salienta a dimensão tática como orientadora do processo de treino e de jogo, ou seja, na sua essência o treino e o jogo constroem toda esta periodização. De salientar que, a evolução individual é potenciada pela evolução coletiva. Portanto, o diagnóstico sobre uma equipa ou um jogador tem que ser devidamente contextualizado em função das circunstâncias em que ele é realizado. O diagnóstico também é refletir constantemente sobre o treino e a competição. Esse é o objetivo máximo. Sempre! E pela densidade competitiva que esta modalidade nos coloca, ele (diagnóstico) tem mesmo que existir, não só semanalmente, mas

também diariamente, com o objetivo de ampliar a evolução, o rendimento coletivo e consequentemente a prestação individual da própria equipa.

PA: Que metodologia segue na operacionalização do diagnóstico na periodização tática?

MP: A metodologia utilizada nesse diagnóstico é orientada pelos conteúdos táticos. Estes balizam o modo de entendimento e o conhecimento específico do jogo de Futebol. No entanto, o diagnóstico não pode ser redutor comportando somente uma dimensão, a tática. O diagnóstico tem que exprimir claramente o que se pretende observar, seja uma análise coletiva seja uma análise individual. Se for uma análise individual, importa ter em conta 4 dimensões (técnica, tática, dimensão física e dimensão psicoemocional); cada uma destas dimensões está subjugada às exigências que são requeridas pelo próprio Modelo de Jogo. De um ponto de vista de análise coletiva, importa a caracterização da equipa adversária, bem como da nossa própria equipa, tendo em conta os 4 momentos de jogo e a relação com os princípios adotados pelo Modelo de Jogo. Relativamente à metodologia, todo o processo, seja ele de diagnóstico, de prognóstico, de entendimento e ou de avaliação ao longo do tempo, numa perspetiva mais formativa e sequencial, toda essa forma de organização do pensamento tem que estar subjugada a uma determinada intenção e essa intenção parte dum pressuposto que é a ideia (de jogo) global do treinador. Obviamente, que se tem de ter sempre em conta o Modelo de Jogo e a Cultura do Clube, que traduz não só a própria equipa mas todo o contexto. O diagnóstico que é aplicado tem várias vertentes: numa primeira fase, em termos de diagnóstico-prospecção, há um conjunto de indicadores, os quais são valorados, que procuram caracterizar as qualidades dos jogadores, nas várias dimensões que foram previamente focadas; numa outra vertente, e de um ponto de vista coletivo, em que se procura uma análise das dinâmicas da própria equipa ou da equipa adversária, em função do seu entendimento da organização do jogo. No que concerne a esta organização do jogo, releva-se a sua organização funcional, nomeadamente a forma como jogam, a forma como interpretam os seus princípios, a forma como as suas dinâmicas se processam, tudo isto alicerçado nos seus fundamentos, nos seus princípios de jogo, nos seus comportamentos, nas suas rotinas padrão, etc. Toda a metodologia de diagnóstico, em particular a sua operacionalização, com recurso a aporte informacional veraz, concretizada sob a forma de documentos e modelos de fichas, tiveram sempre em conta todos os aspetos valorados, os quais foram acima referidos. Em suma, a parte tática acaba por ser a gestora de toda a organização, de toda a divisão, de toda a globalidade do jogo. Porém, o diagnóstico não pode ser redutor disso mesmo, ou seja, não nos podemos resumir abstratamente à parte tática, entendendo conquanto que ela deve ser o fator principal da análise coletiva e individual.

PA: Quais são as principais variáveis, bem como fatores que procura avaliar nos seus diagnósticos?

MP: De uma forma objetiva, em termos de operacionalização do diagnóstico, no que se refere ao trabalho desenvolvido ao nível da estrutura da Académica de Coimbra, importa salientar que existem diferentes procedimentos e modelos de trabalho, mediante a etapa, circunstância, contexto e ou agente a diagnosticar. Numa fase primária, em termos de prospeção, a organização é feita através de uma ficha que passa pelos observadores ou prospetores. Nesse modelo de diagnóstico, procura-se, em escalões mais baixos, enquadrar a análise do jogador sobre 4 indicadores (interação com a bola - relacionamento com a bola de índole mais técnica, sensibilidade tática, atitude competitiva - mais de caráter psicoemocional, e velocidade ponto de vista mais atlético). À medida que se vai subindo nos escalões de formação, começam a ser considerados outros indicadores, dentro daqueles “macro-indicadores”, ou seja, indicadores mais específicos, de forma a discriminar e a detalhar um pouco mais os jogadores em si. Porquanto, estes («micro-indicadores») passam pela leitura de jogo, processamento da informação, *ratio* decisão - eficácia da intenção, velocidade de execução das ações, e ainda pela disciplina, força, etc. Nesse preceito, o Clube possui um modelo de ficha, do género de um plano individual, que caracteriza qualitativamente o jogador em todas as suas dimensões, e o qual é submetido a uma avaliação, quer mês a mês, quer em cada período, tal como numa escola. De relevar que esta ficha, foca-se igualmente nos 4 «macro-indicadores», porém procura, de um modo exaustivo e mais específico, discriminar o jogador e o seu perfil. De igual forma, a ficha procura caracterizar o nível do jogador, se é bom, muito bom, regular, e ou o que necessita de melhorar. Dando um exemplo: relativamente a um dos aspetos, dentro da sensibilidade tática - a qual procura definir *grosso modo* a inteligência tática, temos a criação de espaço. Perante os vários tipos de jogadores (perfil), discriminamos até que ponto cada um desses cria esse espaço. Assim, existem jogadores que criam espaço pela sua qualidade de passe, outros pelas suas movimentações e desmarcações e ainda aqueles, um pouco mais «criativos», que criam espaço a partir da sua finta. Porquanto, jogadores de características diferentes adequam-se a estatutos posicionais diferentes. Esta análise que é feita, é um pouco mais refletida e pensada ao longo do tempo, gerando uma categorização qualitativa específica. Essa categorização, em níveis, implica que possa ser dado conhecimento ao jogador em cada período, tal como na escola, dos aspetos que necessita de melhorar e ou aperfeiçoar. O objetivo é discriminar ao máximo a análise individual do jogador. Relativamente a uma análise coletiva, as variáveis e indicadores que se procuram avaliar são relativas a momentos do jogo. Num momento, por exemplo de organização ofensiva, procura-se saber a forma como a equipa sai a jogar, se sai em preferência em construção, se sai a jogar em profundidade, se é uma equipa que procura uma construção baixa, para posteriormente sair em transição rápida, se é uma equipa que procura uma construção pensada, a partir da segurança máxima do passe, se assenta o seu jogo na posse e circulação, com largura e movimentos de entradas, quer da bola no espaço, quer do jogador à procura do espaço, etc. Os indicadores que nós preconizamos são um bocadinho consentâneos com aquilo que se faz a nível internacional. O que se procurou fazer, à uns anos na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, onde fiz a minha pós-graduação, foi tentar validar esses indicadores de análise, quer do

ponto de vista da análise individual, quer do ponto de vista da análise coletiva. Este validar surge da junção de alguns trabalhos que foram feitos, onde foram interpelados inúmeros treinadores, quer da formação quer de Top, na qual se alcançou o entendimento acerca de um conjunto de conclusões que permitiram discriminar, não só o jogo nos seus 4 momentos e respetivos princípios (para cada momento) como também atinente àquilo que se procura observar em cada momento. O mesmo se passa a nível individual, a nível da análise de detalhes que se procura retirar sobre cada jogador. Com base naquilo que tem sido feito, procuramos dentro do nosso modo de estar e pensar, construir um pouco daquilo que é a nossa forma de ver o Jogo e o Jogador.

PA: Quando (em que momentos da época) realizam o diagnóstico? Quais os motivos que levam a essa avaliação?

MP: Focando naquilo que já foi dito anteriormente, à medida que vamos subindo nos escalões de formação, mais especificamente atinente à equipa de juvenis A, todos os jogadores que hoje temos ou que chegaram esta época passaram, em primeiro lugar, por uma prospeção inicial por indicação de um ou outro observador (primeiro momento de diagnóstico). Nos escalões mais baixos, acaba por ser um misto entre a prospeção que é feita e os jogadores que se apresentam no Clube sem qualquer tipo de indicação ou análise. A seleção dos jogadores, para os diversos escalões, acaba por ser consumada segundo o perfil e o modelo de jogador que se pretende para o Clube. Nesse sentido, foi organizado pelos Coordenadores Técnicos da altura, eu e o Bruno, um documento de formação que contempla, não só o nível de organização do jogo mas também o modelo e perfil de jogador requerido para cada etapa de formação e para cada estatuto posicional. Em função dessa ideia de jogador (perfil) que se pretende, é feita uma análise do próprio jogador com base nos indicadores referidos na pergunta anterior. Portanto, toda a seleção de um jogador tem por base critérios que foram estabelecidos, primeiro ao nível de Clube, depois ao nível de escalão e, por fim, complementados pela apreciação crítica efetuada pelos treinadores da equipa a que o jogador vai prestar provas. O Futebol por ser uma modalidade um pouco diferente, daquelas de cariz individual, implica sempre um rendimento regular, pelo que a forma desportiva, não só da equipa mas também do ponto de vista individual, deve ser constante. A exigência do Futebol, devido a jogos de semana a semana, demanda não só diariamente, treino após treino, mas também semanalmente uma reflexão apurada sobre os comportamentos evidenciados pelos jogadores e pela equipa, porque a competição assim o exige. O diagnóstico é sempre pertinente, a própria competição nos obriga a refletir sobre o trabalho que é feito semanalmente, na medida em que põe em questão até que ponto a adequação das tarefas ou dos exercícios ou das próprias rotinas padrão e seus comportamentos, os quais procuramos reproduzir harmoniosamente na sessão de treino, se assemelham com as exigências do jogo que se teve e se irá ter no fim de semana seguinte. Por fim, importa referir que temos vários tipos de diagnóstico. Assim, há o diagnóstico para a seleção de jogadores e há um diagnóstico para a análise de equipa, quer relativa à prestação individual e quer relativa à prestação coletiva, a qual é feita semanalmente em função das exigências da própria

competição. À guisa de conclusão, o diagnóstico é sempre realizado em graus e níveis diferentes, em função dos objetivos que se pretende recolher.

PA: Em que momento da época se realizam?

MP: No final de cada jogo, há uma pequena reflexão sobre o que foi o jogo, sobre os aspetos que foram alcançados e concretizados. No fundo, todos os aspetos que foram sentenciados e ditados pelo jogo, quer sejam positivos quer sejam negativos.

PA: Dependendo do resultado?

MP: Independentemente do resultado, faz-se sempre uma pequena reflexão sobre o jogo, no próprio dia e numa conversa mais informal. Em determinados períodos da época, e em função também da disponibilidade dos treinadores, faz-se uma apreciação mais formal daquilo que foi a equipa. Tal reflexão decorria no(s) dia(s) subsequente(s) ao jogo. E quando há possibilidade de gravação de jogos procura-se fazer o visionamento, para perceber quais foram os aspetos que a nossa equipa conseguiu reproduzir de forma positiva, segundo as nossas intenções, e os aspetos que não conseguiram alcançar de forma tão positiva, os quais também irão condicionar em parte o nosso processo de treino.

PA: Ao fim ao cabo já está a responder à segunda parte da pergunta...

MP: Obviamente que teremos de ter em conta o adversário seguinte. Ou seja, a reflexão (fruto da observação intrínseca e extrínseca) é uma análise dos *jogares* que condicionarão inequivocamente o processo de treino da semana seguinte. Por conseguinte, teremos que enquadrar os aspetos que retirámos do nosso jogo anterior e enquadrá-los nessa semana, juntamente com os aspetos que queremos ver evidenciados em função do adversário que temos.

PA: Então dependendo do diagnóstico da equipa no jogo e do diagnóstico da equipa adversária há uma conjugação entre os dois e é daí que sai o treino, ao fim ao cabo é melhorar o que já temos e adaptar ao próximo adversário.

MP: Potenciar o que temos, aperfeiçoar o que demonstramos e melhorar o que não fizemos tão bem. Depois, tentar em função do adversário que nós iremos ter, enquadrar todos esses aspetos com a estratégia que se pretende para esse jogo.

PA: Considerando que a periodização tática transmite a noção do "todo" como equipa, como é que esse todo é tido em conta no diagnóstico?

MP: O ensino e o treino visam a adoção de comportamentos de ação, da definição de uma lógica de intenção e da assimilação de uma forma de jogar assente numa organização e numa ideia - chave do jogo desejado. Nesse sentido, a corporização do nosso jogar reflete um complexo de referências comportamentais, sejam elas coletivas ou individuais, consubstanciadas em pontos de partida (no

fundo são os princípios que norteiam o nosso jogo), os quais balizam a ideia de jogo do treinador. Com efeito, é a interpretação desses princípios de ação que faz aparecer com regularidade a coordenação coletiva e que leva os jogadores a jogar em equipa. Por conseguinte, é a aceção sistemática dos pontos de partida e a correspondente significação coletiva, de uma dada forma de jogar, que faz emergir a organização estrutural e funcional da equipa e que conduz os jogadores a pensarem em função da mesma intenção e ao mesmo tempo! Esta é a base do nosso trabalho. No escalão de Juvenis A, a própria exigência requerida por este nível de competição clarifica a necessidade das situações propostas para a análise/observação dos jogadores o sejam o mais específicas e situacionais possíveis com a realidade do jogo. Assim, qualquer situação criada para diagnóstico comporta a essência e a realidade efetiva provocada pelo jogo-situações o mais reais possíveis.

PA: Atendendo a que a Periodização Tática parte da conceção de um modelo de jogo, e dos princípios que o constituem, quais são os princípios que procura diagnosticar? Obedece a uma ordem imposta pelo princípio de progressão complexa?

MP: Relativamente aos princípios de jogo, estes são o ponto de partida, o começo. Logo, podem ser assimilados e, como tal, aprendidos. Importante, é ter a noção de que a ideia de jogo do treinador é uma ideia que é sua. Ou seja, numa situação de diagnóstico o jogador evidencia o seu reportório cognitivo-motor, possivelmente ele não tem consciência dos meus princípios, ou da forma como o treinador concebe a sua ideia de jogo. Porém, o jogador munido de certas características e capacidades, estas poderão ser apetecíveis para a ideia de jogo preconizada por aquele treinador. Por exemplo, eu não posso exigir a um jogador que nunca trabalhou comigo que saiba quais são os momentos de jogo, que saiba quais são os principais princípios que comportam cada um desses momentos. No entanto, o jogador tem de evidenciar e demonstrar certas qualidades, que possam possibilitar ou permitir alcançar aqueles conteúdos de índole mais tática. O jogador, quando joga, revela as aquisições mais constantes no seu processamento cognitivo. Isto é, aquelas que estão mais enraizadas na sua memória de longa duração. Esses padrões de jogo que o jogador evidencia, serão dados para eu analisar e perceber qual é efetivamente o seu conhecimento específico sobre o jogo e o qual ele demonstra na realidade quando sujeito a um processo de diagnóstico.

Todavia o que importa no diagnosticar é verificar a intenção tática com que o jogador faz coisas. Dando um exemplo, e durante uma observação prática, eu posso verificar se o jogador em momentos de transição defensiva tem perspicácia de atuação / antecipação ou se é um jogador que após o momento da perda da bola procura reposicionar-se de uma forma mais posicional, fechando o(s) espaço(s). Ou, ainda, se é um jogador que procura imediatamente pressionar um pouco mais à frente, fechando as potenciais linhas de passe ou se procura de imediato pressionar o portador da bola. Isto são, de facto, princípios que eu posso observar e diagnosticar. Mas, mais do que estar a discriminar cada um desses princípios sobre a forma como o jogador procura fazer isto ou aquilo, preocupa-me mais a forma como ele decide o que fazer e como efetivamente o faz. Fazendo aqui uma referência ao seu conhecimento declarativo e processual, importa com que intenção o jogador

faz as coisas e que características específicas apresenta, nomeadamente ao nível da densidade e intensidade. Porquanto, no caso particular da pressão, importa identificar se é um jogador que apresenta ou não a desejada densidade e intensidade competitiva. Poderia estar aqui a discriminar para cada momento de jogo quais são os princípios de cada um desses momentos, quais são os sub - princípios de cada um desses momentos, quais são os comportamentos e os detalhes de cada um desses princípios, porém não penso ser pertinente para a questão. Numa primeira fase, em termos de diagnóstico, procuro interpretar e analisar a intenção tática do jogador. Em função da interpretação que o jogador faz do jogo e da situação - problema, tal leva-me a pensar e a enquadrar aquele tipo de entendimento do jogo dentro do meu modelo de jogo. Assim, neste caso, eu posso afirmar que este jogador se enquadra ou não dentro do perfil que eu pretendo para a minha equipa, em função das características que ele evidenciou na própria situação de diagnóstico.

PA: Além de referenciar os princípios a diagnosticar, quais os fatores que tem em conta no diagnóstico qualitativo deste?

MP: Relativamente aos princípios a diagnosticar, eu acho que no ensino como no treino, e com a experiência acumulada no desempenho dessas funções, qualquer professor ou treinador tem um bocadinho em conta a ideologia dessa propensão complexa em que há uma hierarquização dos princípios. Com efeito, é inequívoco a presença de uma lógica de aprendizagem do simples para o complexo. Penso que ao nível de ensino / treino, essa hierarquização está mais patente do que ao nível do diagnóstico. Aliás, penso que há uma lógica que se adensa na concretização e aquisição, de forma gradual, de um macro - princípio. Por conseguinte, a abordagem no que concerne a diagnóstico deve também salientar, tal como no ensino do jogo, os microprincípios ou subprincípios do jogo, os comportamentos e os detalhes que se queiram observar, dentro da lógica dos grandes princípios que se pretendam diagnosticar. Desdobrando um macro - princípio da organização ofensiva, sobretudo a posse de bola e a circulação (as quais assumem preponderância extrema neste momento de organização ofensiva), este ponto de partida veicula determinados fatores que temos de ter em conta para que essa posse seja posta em prática, e os quais passam pela sensibilidade técnica, tática, psicoemocional e física. Estes estão sempre presentes em cada avaliação, ou seja, para haver posse e circulação teremos que ter (equipa e jogador) fatores que nos permitem fazer isso. Portanto, se tivermos jogadores de calibre técnico similar, no que se refere ao potenciar do princípio da posse e circulação, a abordagem ou a interpretação tática assim como a forma como a equipa evidencia a pressão emocional ou a gestão / ocupação de espaços, mediante o *pressing* do adversário, vai certamente determinar e condicionar o tipo de posse e circulação que pretendo. Quero com isto dizer que, existem fatores de índole técnica que definem claramente os jogadores com uma qualidade de passe e receção acima da média. Posto isto, é natural que quanto mais fortes forem (naqueles requisitos técnicos), maior é a probabilidade de conseguirem construir de forma mais eficaz o processo de posse e circulação. Porquanto, possivelmente seriam menos eficientes se tivessem níveis motores mais baixos, uma vez que demorariam muito mais tempo a rececionar a bola, a dominá-la e pô-la no chão. Se adicionarmos a isso a pressão adversária, muitas

vezes verificamos que esses jogadores nem são capazes de manter a posse de bola e simplesmente procuram “despachá-la”.

PA: Têm em conta aspetos da macrogestão para a elaboração do diagnóstico? (por exemplo tempo entre os jogos, materiais, etc.?) De que maneira estes fatores tem influência no diagnóstico, e na sua qualidade?

MP: Tais aspetos de macrogestão, como os que evidenciaste, nomeadamente o tempo entre os jogos e materiais, entre outros, são algo a ter em conta. Porém, face ao modo como organizamos a semana de trabalho, e em particular a gestão dinâmica do padrão semanal de treinos, quer de esforço quer de recuperação, procuramos sempre um rendimento mais ou menos regular da equipa e do jogador, sabendo de antemão das exigências psicoemocionais da competição, as quais podem afetar esse rendimento. Todavia, a construção da semana de trabalho que antecede a próxima competição, e em função do diagnóstico do adversário e do nosso rendimento anterior, perspectiva a organização estrutural e funcional do nosso jogar mediante certas particularidades estratégicas. Se observar que o nosso adversário joga em profundidade, talvez no meu entendimento se jogar com uma linha defensiva um pouco mais rápida, na qual os jogadores possam fazer coberturas atrás de coberturas, poderei ter vantagem. Ademais, se adotar a opção de jogar com avançados um pouco mais pressionantes, para evitar aquelas bolas em profundidade, estarei aqui a alterar o tal sentido coletivo que a equipa deve ter, ou seja, através do treino poderei manipular / induzir os jogadores a adotarem os comportamentos que pretendo e a ir de encontro à realidade do jogo que irão encontrar. Assim, a prestação individual é sempre dissecada em função daquilo que se perspectiva em termos de equipa.

PA: A pergunta referia-se a aspetos macrogestão, mais contextual, por exemplo o modo como se trabalha na Académica relativamente aquilo que ela possui, se tem ou não influência no diagnóstico.

MP: Sim, tem claramente. Na equipa sénior do Clube há de facto toda uma estrutura em redor dela. Refiro-me a uma estrutura que é montada exclusivamente para aquela equipa, desde médicos, fisiatras, fisioterapeutas, enfermeiros, observadores, administrativos, etc. Há toda uma construção em função daquela equipa. Aliás, só faz sentido tudo isto existir porque se quer um clube competitivo, vencedor e, acima de tudo, formador. Ao nível mais baixo da formação, não temos os mesmos recursos. Contudo, como é óbvio, temos muito mais recursos que uma equipa cuja dimensão é inferior à da Académica. A nível do diagnóstico, temos estagiários que prestam um importante apoio e auxílio aos diversos técnicos da Formação do Clube. Quer nas sessões práticas de treino, quer na análise que fazem da observação dos adversários, na qual discriminam detalhadamente os pontos essenciais, algo que os próprios treinadores nem sempre têm tempo para o fazer.

PA: No início da época têm em conta todo o material de treino? Se, porventura, equacionam um conjunto de aspetos de índole mais macro para o diagnóstico? Dando um exemplo: teremos X material para fazer o diagnóstico para toda a época.

MP: Esta época foi um processo de construção. Como equipa, eu e o Bruno, foi a primeira vez que competimos num Campeonato Nacional de Juvenis. A exigência de um campeonato distrital (não tirando mérito à dimensão do mesmo) proporcionou-nos a disponibilidade de estruturas, que antes não tínhamos ideia da sua existência no clube. Este ano, tivemos num novo processo de construção, onde passámos a contar com certos apoios, complementares em relação ao ano transato. Posso referir concretamente a cooperação prestada ao nível da observação, a qual coube aos estagiários. Mas, o futuro passa pela construção do gabinete de observação para a formação, porque ele existe para o departamento sénior, mas ainda não existe para a formação! Resumindo, fomos tendo conhecimento de um conjunto de mais-valias, sobretudo material e equipamentos, tais como câmaras de filmar, programas de análise, salas próprias, entre outras coisas. Importa salientar que o material está a ser conseguido, porém denota-se a falta de recursos humanos suficientes para que toda a estrutura e organização pensada funcionem, se torne mais efetiva, consentânea e constante ao longo de uma época. Todavia, é verdade que no início da temporada não fazíamos ideia de que existiam algumas estruturas dentro do Clube. Apenas sabíamos da intenção de se ter alguns materiais e equipamentos, e só mais tarde tomámos conhecimento do que efetivamente se conseguiu. Assim, fomos informados (durante o decorrer da competição) do material que passou a existir, inclusivamente da aquisição de um *software* de análise do jogo, o qual possivelmente já será usado na próxima época. Desse modo, a equipa técnica e os estagiários podem analisar os jogos sem andarem a perder tanto tempo. Ou seja, penso que todo este processo tem seguido uma progressão gradual e isso é um ganho para todos.

PA: O diagnóstico procura igualmente avaliar as potencialidades dos jogadores, ou apenas se resume à avaliação das capacidades dos indivíduos? Como procede a essa avaliação de potencial?

MP: A avaliação é uma constatação efetiva dos factos que se nos apresentam. É onde, de certa forma, catalogamos o indivíduo tendo em conta os indicadores referidos, e onde se procura projetar a avaliação do potencial dos indivíduos. O diagnóstico traduz avaliação das características e da qualidade efetiva do indivíduo. Ou seja, não é mais do que um balizar do que é o indivíduo e do que é o seu nível competitivo. A avaliação do potencial implica uma reflexão, um prognóstico que se estabelece e se define para determinado jogador. Naturalmente, a avaliação diagnóstica e prognóstica desses jogadores enquadram-se dentro do perfil que foi estipulado pelo modelo de jogo. Ou seja, enquadram-se de acordo com o perfil de jogador pretendido, onde há que prognosticar de modo inequívoco a mais-valia e, conseqüentemente, a margem e potencial de progressão que ele (enquanto jogador) pode acrescentar, quer à equipa quer a si mesmo. Em primeiro lugar está sempre a equipa, designadamente a forma como vemos a equipa, a forma como vivemos a equipa, como somos equipa, enfim todo o seu potencial e o que efetivamente queremos alcançar enquanto

equipa. Se, porventura, possuímos uma equipa pressionante (como a que temos este ano), que faz uma pressão não só alta mas constante, durante grande parte do jogo, tal forma de abordagem ao jogo irá produzir um constrangimento espaço-temporal muito forte sobre o adversário. É natural que a aquisição de jogadores tenha em conta determinadas variáveis, não falo só do ponto de vista físico, tático, técnico, mas falo essencialmente ao nível da mentalidade, ou seja, no que concerne a atitude competitiva e a exigência psicoemocional para se jogar constantemente em pressão. Face às características dos jogadores que possuímos, os quais demonstram diversas potencialidades, importa relacionar e adaptar o nosso conhecimento e a nossa ideia de jogo (equipa e clube) de acordo com as peculiaridades surgidas. Porquanto, este ano deparámo-nos com uma equipa extremamente agressiva em campo, mas que possuía outras lacunas que tentámos colmatar e, inclusive, enquadrar de modo a não perder a identidade global da equipa e do Clube. Assim, mediante a análise do grupo, enquanto conceito equipa, a avaliação e aquisição dos indivíduos deriva de uma constatação e reflexão sobre de factos concretos. Com efeito, é relevante se os indivíduos manifestam os requisitos essenciais capazes de os incorporar e enquadrar no modelo de jogo delineado. A avaliação e o prognóstico, não podemos dizer, em dadas circunstâncias, que é feita de uma forma tão formal quanto se desejaria, no entanto, ela existe. Na avaliação do jogador, o diagnóstico só tem sentido quando se faz um prognóstico. Isto é, como o Bruno costuma dizer, toda a gente consegue fazer um diagnóstico de uma equipa. Se ela joga num 1-4-4-2, quais dinâmicas de jogo que possui, etc. Por conseguinte, toda a gente sabe fazer um diagnóstico com o mínimo de conhecimento, mas como ele (Bruno) refere o mais importante é o prognóstico, ou seja, com estes dados o que é que eu posso fazer? O que posso retirar daqui para o meu benefício? Em relação aos jogadores, acaba por ser a mesma coisa. Se nós vamos buscar um jogador é com uma dada intenção, isto é, que potencialidades ou que qualidade ele vai dar equipa e ao Clube. Após a(s) primeira(s) análise(s), deveremos ter em conta o passo seguinte, o prognóstico (meditação ponderada) e, desse modo, procuramos desenvolver a avaliação do potencial.

PA: Pode dar alguns exemplos concretos de como operacionaliza o diagnóstico na Periodização Tática?

MP: Está, obviamente, dependente dos escalões de formação. Uma coisa é estarmos a trabalhar com Infantis e Escolas, outra coisa é estarmos a trabalhar com os Juvenis A.

PA: Essa diferença entre os escalões vem da pessoa ser diagnosticado diferentemente ou vem por uma questão de rentabilidade?

Não, é uma questão de especificidade. Ou seja, as adaptações que um miúdo do escalão de Escolas e Infantis necessita são completamente diferentes daquelas que um miúdo de um escalão superior precisa. O modo de pensar o jogo e o entendimento deste é completamente diferente. Temos que ter em conta, relativamente ao jogador, o nível em que se encontra e o seu escalão, em particular.

PA: Imaginemos que estamos perante um determinado contexto, com determinados recursos, como procede para diagnosticar os seus jogadores. O que vai fazer?

MP: Depende do tipo de escalão que se tem, do nível competitivo em que estamos e se conheço ou não os jogadores.

Talvez haja a possibilidade de já conhecer os jogadores, pela dimensão dos clubes que representam. Por exemplo, dependendo da dimensão do campeonato onde competimos, e se considerarmos o trabalho desenvolvido esta época, os jogadores alvo de referência resultaram do facto de termos competido contra eles ou da análise das próprias gravações dos jogos, da qual em conjunto possibilitou a formulação de uma opinião crítica contextualizada acerca de determinado jogador.

PA: Estou-me a referir ao nosso plantel, como iremos proceder para o diagnóstico? Irá estruturar uma situação específica? Ou uma situação de 1x1? etc.

MP: Penso que seja um pouco redutor ir por aí. Se estamos a falar de um campeonato de nível mais elevado, ou se estamos a falar dos Escolas e Infantis, a abordagem a esse processo de diagnóstico é completamente diferente do escalão sénior. Até porque em níveis de competição mais elevado, penso que já não há muita validade em eu estar a avaliar situações de um para um (1x1) ou de dois para dois (2x2), pois certamente não irei retirar grandes indicadores daí. Vou-te dar um exemplo específico. Trabalhei com outro treinador que estava, na altura, na equipa principal de Juvenis e foi decidido fazer uma análise dos atletas que possivelmente poderiam incorporar essa equipa. Assim, a ideia dele passava pelo seguinte: nós os treinadores estávamos como meros espectadores. Em dois exercícios diferentes, um mais formal e outro mais orientado para o jogo posicional, defrontavam-se sempre duas equipas (uma constituída pelos jogadores do *nosso* plantel e outra pelos jogadores referenciados). O diagnóstico era efetuado eu observando o jogo posicional das equipas (subtenda-se a relação do jogador com a bola, companheiros e o espaço) e ele observava as equipas de um ponto de vista estratégico - tático. A conclusão a que cheguei, e não tendo interferência no processo, é que eu estava a olhar para o jogo posicional mas este apenas nos dava indicações acerca do facto de o jogador querer ou não se mexer para ter a bola. Porque, em termos táticos, os objetivos, a fractalidade e a representatividade para o jogo, daquela situação específica, não representava o jogo e o meu jogar. Portanto, a tarefa proposta era inespecífica na medida em que não obedecia a qualquer critério de observação e registo, e ademais não solicitava comportamentos e princípios requeridos por uma qualquer ideia de jogo, e somente visava a ocupação / entretenimento daqueles jogadores e daquelas equipas. Assim, eu só posso diagnosticar quando estamos perante situações parecidas com o real, onde eu posso ver aquele jogador e de que modo enquadra as suas decisões. A questão que levanto é: Nos jogos posicionais o jogador que procurava ter sempre a bola, será que no jogo real fará o mesmo? Será que adotará os mesmos comportamentos? E, sinceramente, a conclusão a que cheguei foi que não! Sem a realidade

competitiva, sem a formalidade da pressão emocional do jogo, os comportamentos reais do jogador não emergem. Como tal, para uma observação profícua e verdadeira penso que se deve procurar situações o mais reais possíveis, pois fazer aquele tipo de exercício sem critério e cuja análise não era e nunca poderia ser representativa de nada, decerto, cairíamos na leviandade e na aleivosia da apreciação crítica.

PA: Procuraria marcar jogos no início para poder diagnosticar a sua equipa, então?

MP: O meu trabalho passaria, de forma muito simples, pelo processo de treino, o qual todo ele é construído e veiculado a uma lógica sequencial. Nesse sentido, os exercícios criados visam traduzir uma lógica processual da organização do jogo da equipa. Deste modo, obedecem à singularidade relacional de uma forma de jogar, a minha (subentenda-se nossa - equipa), e à respetiva lógica fractal do seu processo de construção. No fundo, procuramos tirar do nosso jogo idealizado o que é pertinente, para depois em seguida transportarmos para a realidade do treino onde, de facto, criamos os meios (exercícios) para potenciar, de forma exponencial, aquilo que se pretende, as tão ambicionadas ações desejadas. Quando eu faço determinado exercício de aquecimento no treino é porque quero potenciar determinadas coisas no treino e conseqüentemente no jogo. Com determinado tipo de exercício posso, desde logo, abordar um determinado momento e tema do jogo, onde posso igualmente solicitar aspetos de índole mais técnica, mas sempre com intensidade e com a noção táctica presente. Este pode passar por pequenos jogos de posições, criados e devidamente retratados do pretendido, onde procuro constatar e verificar a inteligência dos jogadores face ao problema exposto. Esses jogos posicionais não são desenfreados, mas condicionados para uma realidade específica do jogo e, posteriormente, transporto tal fractalidade para o próprio jogo. Assim, ainda atinente à tua pergunta, poderia fazer situações mais reduzidas, diversas situações de superioridade e inferioridade numérica. Portanto, procuraria tirar ilações acerca dos jogadores se encontrarem em situação de superioridade numérica, nos diferentes momentos do jogo, e até que ponto colocariam em prática essa vantagem. Isto é, em organização ofensiva se optavam por circular curto, com paciência e em segurança até encontrar os espaços de progressão, se adotavam comportamentos de risco, e onde, etc. De igual modo, analisar até que ponto a defesa em inferioridade numérica consegue, em organização defensiva, saber quais os momentos certos para fazer a pressão. No fundo, numa primeira abordagem passaria pela análise coletiva da equipa e depois pelo enquadramento da prestação individual.

PA: Está-se a referir ao facto de que se tivesse um conjunto de jogadores e de material iria para o campo fazer situações específicas, conforme os seus princípios e, de igual modo, procuraria ver se eles reagem da forma que pretende, é isso?

MP: Sim. Mas penso que passa por um processo muito prévio ao próprio processo de treino.

10.2- Anexo 2- Ficha de diagnóstico (I. Identificação)

Associação Académica de Coimbra / Organismo Autónomo de Futebol
ÁREA DE FORMAÇÃO

FOTO

FICHA INDIVIDUAL DO JOGADOR

I. IDENTIFICAÇÃO

Nome Completo				(Sublinhar ou acrescentar entre aspas o nome como é mais conhecido)			
Nome e Profissão dos Pais	Pai			Profissão			
	Mãe			Profissão			
Residência			Código Postal	Localidade			
(Colocar a identificação da residência conforme os Correios)							
Bilhete de Identidade	Número		Data de emissão		Arquivo	Nacionalidade	
	Identidade		Data de Nascimento		Idade	Validade	
Telefones		Casa		Pessoal		Outro	
Ano lectivo que frequenta	Disciplinas						
Clube na Época anterior	Posição em que Joga			Lesões			

10.3- Anexo 3- Ficha de diagnóstico (II. Situação Desportiva)

II. SITUAÇÃO DESPORTIVA

Inscrições	Inscrição na Assoc. Futebol na Época		Na Categoria de		(1ª época)
	1ª Inscrição na AAC/OAF na Época		Na Categoria de Clube anterior		(1ª época)
Situação no Clube	Definitiva	(Sim ou Não)	Emprestado pelo		
			Emprestado ao	[Indicar o Clube e a época ou épocas]	
Nº de Licença	AFC		FPF		
Funções na Equipa	Funções que desempenha normalmente na equipa			Outra	
	Funções que gosta mais de desempenhar na equipa			Outra	

10.4- Anexo 4- Ficha de diagnóstico (III. Dados Estatísticos Referentes aos treinos e a competição)


III. DADOS ESTATÍSTICOS REFERENTES AO TREINO E À COMPETIÇÃO DESDE A ÉPOCA 20__/20__

Épocas Desportivas	PROCESSO DE TREINO				PROCESSO DE COMPETIÇÃO (Carácter Oficial e Oficioso)						
	N.º de Sessões	Volume (Min)	Faltas		N.º de Compet.	Volume (Min)	Golos	Disciplinas/Cartões			
			Jur.	Inj.			Mercedar	Sufridas (Gr.)	A	Va	Vd
20__/20__											
20__/20__											
20__/20__											
20__/20__											
20__/20__											
20__/20__											
20__/20__											
20__/20__											
20__/20__											
20__/20__											
TOTAIS ACUMULADOS	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0

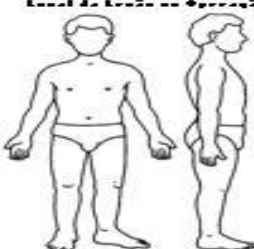
10.5- Anexo 5- Ficha de diagnóstico (IV. Dados Antropométricos do atleta)

IV. DADOS ANTROPOMÉTRICOS DO ATLETA											
Épocas Desportivas	20 /20		20 /20		20 /20		20 /20		20 /20		Diferença Época Actual
	1ª Medição	2ª Medição	1ª Medição	2ª Medição	1ª Medição	2ª Medição	1ª Medição	2ª Medição	1ª Medição	2ª Medição	
Antropometria (Massa Corporal; Tamanho Esquelético; Diâmetros; Perímetros e Gordura Subcutânea)											
Peso (Kg)											
Altura (m)											
Altura Sentado											
IMC											
%FAT (15 e 16 anos)											
Massa Gorda											
Massa Magra											
Data											
Épocas Desportivas	1ª Medição	2ª Medição	1ª Medição	2ª Medição	1ª Medição	2ª Medição	1ª Medição	2ª Medição	1ª Medição	2ª Medição	Época Actual
	20	/20	20	/20	20	/20	20	/20	20	/20	

10.6- Anexo 6- Ficha de diagnóstico (V. Situação clínica)

V. SITUAÇÃO CLÍNICA	
 ASSOCIAÇÃO ACADÉMICA DE COIMBRA 3030-335 Coimbra	RASTREIO DE DOENÇAS <JUVENIS DA ÉPOCA DESPORTIVA DE 2008-2009>
Nome completo do atleta _____	
1. O atleta possui alguma condição ou limitação médica ou física de actividades desportivas? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Se sim, qual? _____	
2. O atleta sofre de algum dos seguintes problemas: Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>cardíaca;</i> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>difficuldades respiratórias (ex: asma);</i> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>manuseio, fraturas ou lesões;</i> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>pressão arterial;</i> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>diabetes;</i> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>tiroides;</i> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>epilepsia;</i> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>doenças ou lesões orgânicas e/ou degenerativas;</i> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>Fibrose, anorexia/bulimia, vícios ou drogas;</i> Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> <i>outras. Qual?</i> _____	
3. O atleta realiza ou praticou regularmente, algum tratamento médico? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Se sim, qual? _____	
4. O atleta toma medicação regularmente? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Se sim, qual? _____	
5. Os familiares ou 1º grau do atleta sofrem ou sofreram regularmente, de problemas cardíacos, respiratórios e/ou ósseos? Sim <input type="checkbox"/> Não <input type="checkbox"/> Se sim, qual? _____	
_____ (Responsável da Encargatura de Educação)	
Data: _____	

Local da Lesão ou Operação Cirúrgica



10.7- Anexo 7- Ficha de diagnóstico (VI. Apreciação anual do jogador)

VI. APRECIÇÃO ANUAL DO JOGADOR POR PARTE DO TREINADOR DESDE A ÉPOCA 20__/20__	
<small>* Registrar as principais potencialidades do jogador em termos físicos, técnico-táticos e psicológicos. * Indicar os aspectos prioritários a melhorar ao nível do treino com base nos factores referidos anteriormente.</small>	
20__/20__	
20__/20__	
20__/20__	
20__/20__	
20__/20__	

10.8- Anexo 8- Ficha de diagnóstico (VII. Registo de aspetos pertinentes relativos ao jogador)

VII. REGISTO DE ASPECTOS PERTINENTES RELATIVOS AO JOGADOR DESDE A ÉPOCA 20__/20__	
<small>* Aspectos de ordem clínica, económico-social ou outros que indirectamente poderão potenciar ou dificultar o desenvolvimento do jogador * Estes registos poderão ser efectuados pelo Coordenador Técnico, pelos treinadores ou por um elemento do Departamento Clínico.</small>	
20__/20__	
20__/20__	
20__/20__	

10.9- Anexo 9- Ficha de perfil (Competências do Atleta)

Associação Académica de Coimbra / Organismo Autónomo de Futebol ÁREA DE FORMAÇÃO										FOTO 
FICHA DO PERFIL / COMPETÊNCIAS DO ATLETA										
DADOS INDIVIDUAIS										
Nome Completo			Data Nascimento			BI				
Residência					Código Postal		Localidade			
Apetência Posicional		PÉ Dominante	Eqq/Dir		Contactos	Altura		Altura		IMC Inicial
			P Int / P Ext			Inicial	Final	Final	IMC Final	

