



Universidade de Lisboa
Faculdade de Motricidade Humana



As Palestras do Treinador de Futebol em Dia de Jogo

Estudo de Caso num Contexto de Selecção Nacional de Sub21

Dissertação elaborada com vista à obtenção do Grau de Mestre em
Psicologia do Desporto

Orientador: Professor Doutor António Fernando Boleto Rosado

Júri:

Presidente

Professor Doutor António Fernando Boleto Rosado

Vogais

Professor Doutor Vítor Manuel dos Santos Silva Ferreira

Professor Doutor Ricardo Filipe Lima Duarte

Alexandre Silva

2016

Agradecimentos

A realização desta dissertação foi possível graças ao contributo de algumas pessoas a quem pretendo deixar aqui os meus sinceros agradecimentos.

Agradeço ao Professor António Rosado que, além de ser uma referência para mim no campo da Psicopedagogia e em particular na área desportiva, se mostrou sempre disponível até para lá do que teria de fazer como dever profissional, pela sapiência, ensinamentos e conhecimentos transmitidos.

Os meus sinceros e profundos agradecimentos a Rui Jorge, Seleccionador Sub21 de Futebol da Federação Portuguesa de Futebol, assim como a Romeu Almeida e Fernando Brassard, elementos da sua equipa técnica à qual muito me orgulho de pertencer e, uma vez mais, pessoas cujo contributo foi decisivo quer na recolha de dados quer na disponibilidade para a partilha deste tipo de vivências ao nível de uma dissertação no ensino superior.

Resumo

A investigação centrada na observação dos comportamentos do treinador, nomeadamente, aquela focada na sua comunicação com os atletas, em treino e em competição, é fundamental do ponto de vista da condução do processo de treino e a necessidade de investigação sobre esta problemática tem verificado um aumento nos últimos anos.

Nesse âmbito, este estudo teve como objectivo descrever as palestras em dia de jogo de um treinador de futebol no contexto de uma selecção nacional.

Foi utilizada uma metodologia de estudo de caso único com observação participante. A amostra consistiu num total de 27 palestras, nove pré-jogo, nove ao intervalo e nove pós-jogo, tendo sido analisadas as unidades de informação transmitidas pelo treinador através de um sistema de observação adaptado do SAPCI e do SOTA.

Os resultados obtidos demonstram que o treinador transmitiu em média mais do dobro de unidades de informação nas palestras pré-jogo que ao intervalo e mais do quádruplo do que nas palestras pós-jogo.

O treinador transmitiu, nas palestras pré-jogo e ao intervalo, predominantemente, mensagens sobre aspectos tácticos, centrados no modelo de jogo da própria equipa, e, nas palestras pós-jogo referiu, preferencialmente, outras dominantes do desempenho desportivo, como o resultado.

O treinador transmitiu mensagens predominantemente de forma descritiva e dirigiu-se essencialmente à equipa em todas as palestras, tendo-se verificado um aumento de informações dirigidas individualmente nos intervalos.

Palavras-chave: prelecção pré-competitiva, instrução, comportamento do treinador.

Abstract

Studies concerning coach's behaviours, namely regarding their communication with athletes, whether in practice or in competition, is vital from the training process point of view and the need for studies concerning this subject has seen a growth in recent years.

In this regard, this study aims to describe a football coach's game-day briefings in a national team context.

A single case study methodology was used with participant observation. The sample consisted of a total of 27 briefings, nine pre-match, nine at half-time and nine post-match, having been analyzed the information units conveyed by the coach through an observation system adapted from SAPCI and SOTA.

Results show that the coach conveyed on average more than twice as much information units in the pre-match briefings than at half-time and more than four times as in the post-match briefings.

The coach conveyed, in pre-match and half-time briefings, mainly messages regarding tactical aspects, revolving around the team's model of play and, in the post-match briefings, preferably over other dominants of the sporting performance, like the final result.

The coach conveyed predominantly descriptive messages and essentially addressed the whole team in all team briefings, having been verified an increase of informations addressed individually at half-time.

Keywords: pre-match team talk, instruction, coach behaviour.

Many mistakenly believe that just presenting facts – information – is teaching. Successful teaching is a two-way process. Just as a pass is not successful until the receiver catches it, successful teaching requires reception, retention, and comprehension of your message. Some teach by word, others by deed – their example is the teacher. The best teaching uses both forms of communication, word and deed. And in all situations, enthusiasm for the subject matter is what powers the communication connection to those you teach.

Bill Walsh

Índice

INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO I.....	6
Desenvolvimento	6
A Comunicação na relação Treinador-Atleta	7
Sistemas de observação	12
Observação do Treinador em Contexto de Treino	12
Observação do Treinador em Contexto de Competição	17
Modificação dos comportamentos do treinador	20
A utilização do vídeo pelo treinador	21
As palestras do treinador em dia de jogo	22
Conclusão.....	31
Referências	33
Método Geral.....	40
<i>Participantes</i>	40
<i>Fiabilidade Intra-observador</i>	52
<i>Procedimentos</i>	54
<i>Análise dos Dados</i>	54
CAPÍTULO II	55
Estudo 1 As Palestras Pré-Jogo do Treinador de Futebol.....	55
<i>Participantes</i>	63
<i>Instrumento</i>	64
<i>Procedimentos</i>	65
<i>Análise dos Dados</i>	65
Resultados.....	66
Discussão	74

Limitações da investigação e direcções futuras	85
Conclusão.....	87
Propostas de intervenção prática	88
Referências	91
CAPÍTULO III	93
Estudo 2 As Palestras ao Intervalo do Treinador de Futebol.....	93
Método	100
<i>Participantes</i>	100
<i>Instrumento</i>	100
<i>Procedimentos</i>	101
<i>Análise dos Dados</i>	101
Resultados.....	102
Discussão	110
Limitações da investigação e direcções futuras	119
Conclusão.....	122
Propostas de intervenção prática	123
Referências	125
CAPÍTULO IV.....	127
Estudo 3 As Palestras Pós-Jogo do Treinador de Futebol.....	127
Método	132
<i>Participantes</i>	132
<i>Instrumento</i>	132
<i>Procedimentos</i>	133
<i>Análise dos Dados</i>	133
Resultados.....	133
Discussão	140
Limitações da investigação e direcções futuras	145

Conclusão.....	147
Propostas de intervenção prática	148
Referências	150
Limitações da investigação e direcções futuras	152
Conclusões.....	154
Referências	156

Índice de Tabelas

Tabela 1	Fiabilidade Intra-observador	53
Tabela 2	Informação dos jogos cujas palestras pré-jogo fizeram parte da amostra	64
Tabela 3	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão O QUÊ?	67
Tabela 4	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Categoria Tática da Dimensão O QUÊ?	67
Tabela 5	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Acções Colectivas Ofensivas da Dimensão O QUÊ?	67
Tabela 6	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ? ..	68
Tabela 7	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Tácticos Ofensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?	68
Tabela 8	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Tácticos Defensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?	69
Tabela 9	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Ofensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?	69
Tabela 10	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Defensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?	70
Tabela 11	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Categoria Outras Dominantes da Dimensão O QUÊ?	70
Tabela 12	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Equipa Adversária da Dimensão O QUÊ?	70
Tabela 13	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão A QUEM?	71
Tabela 14	Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Categoria Jogador Individual da Dimensão A QUEM?	72

Tabela 15 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Categoria Jogador Individual da Dimensão A QUEM?	72
Tabela 16 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão COMO?	73
Tabela 17 Informação dos jogos cujas palestras ao intervalo fizeram parte da amostra.	100
Tabela 18 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão O QUÊ?	103
Tabela 19 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Tática da Dimensão O QUÊ?	103
Tabela 20 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?	104
Tabela 21 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Táticos Ofensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?	104
Tabela 22 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Táticos Defensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?	104
Tabela 23 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Ofensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?	105
Tabela 24 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Defensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?	105
Tabela 25 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Outras Dominantes da Dimensão O QUÊ?	106
Tabela 26 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Equipa Adversária da Dimensão O QUÊ?	106
Tabela 27 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão A QUEM?	107
Tabela 28 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Jogador Sub-Grupo de Jogadores da Dimensão A QUEM?	108

Tabela 29 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Jogador Individual da Dimensão A QUEM?	108
Tabela 30 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão COMO?	109
Tabela 31 Informação dos jogos cujas palestras pós-jogo fizeram parte da amostra.	132
Tabela 32 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão O QUÊ?	134
Tabela 33 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Tática da Dimensão O QUÊ?	135
Tabela 34 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?	135
Tabela 35 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Táticos Defensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?	136
Tabela 36 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Ofensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?	136
Tabela 37 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Outras Dominantes da Dimensão O QUÊ? ..	137
Tabela 38 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Equipa Adversária da Categoria Tática da Dimensão O QUÊ?	137
Tabela 39 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão A QUEM?	138
Tabela 40 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Sub-Grupo de Jogadores da Dimensão A QUEM?	138
Tabela 41 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Jogador Individual da Dimensão A QUEM? .	139
Tabela 42 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão COMO?	140

Índice de Gráficos

Gráfico 1 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão O QUÊ?	66
Gráfico 2 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão A QUEM?	71
Gráfico 3 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão COMO?	73
Gráfico 4 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão O QUÊ?	102
Gráfico 5 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão A QUEM?	107
Gráfico 6 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão COMO?	109
Gráfico 7 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão O QUÊ?	134
Gráfico 8 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão A QUEM?	137
Gráfico 9 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão COMO?	139

INTRODUÇÃO

A comunicação assume um papel fundamental quer no processo de treino desportivo, através da transmissão de conteúdos e/ou conceitos ao atleta, quer na própria competição, por meio das palestras antes e depois desta e também das intervenções no(s) intervalo(s) ou momento(s) de pausa da mesma.

A optimização dos processos comunicativos exige que o treinador tenha consciência das barreiras que sucedem aquando de um processo de comunicação com os seus atletas, entre as quais podemos referenciar a percepção selectiva (os atletas observam, ouvem e sentem com base nas suas necessidades específicas, nas suas crenças e valores, procedendo a uma recepção e interpretação pessoal da informação), a sobrecarga de informação (os atletas têm uma capacidade limitada de captar e processar informação) e o receio de participar activamente num processo comunicacional (os atletas apresentam diferentes níveis de ansiedade e predisposição para comunicar com os treinadores) (Rosado & Mesquita, 2009).

Outros exemplos de barreiras são as técnicas relativas ao canal de transmissão das mensagens, as semânticas ou de linguagem, a capacidade de utilização do código linguístico, bem como características psicológicas que mais afectam a comunicação pois são influenciadas pelas nossas experiências e vivências (Alves, 2011).

Destas barreiras resulta uma diferença entre a mensagem que pretendem transmitir e a que efectivamente transmitem. Na realidade, a mensagem que os atletas ouvem não é necessariamente correctamente percebida e/ou retida (Rosado & Mesquita, 2009).

Mesmo que se garantam as condições ideais para que as mensagens sejam transmitidas, e tal como Rosado e Mesquita (2009) afirmam, é necessário que os atletas estejam predispostos e sejam persuadidos a fazerem activamente parte do processo de comunicação, sendo fundamental para o treinador, contemplar a paralinguagem utilizada (volume de voz, ressonância, articulação, entoação) e ser consciente da linguagem não-verbal (contacto visual, expressões faciais, entusiasmo do treinador, etc.).

A este propósito podemos inclusive referir que as palavras são apenas responsáveis por 7% da eficácia da comunicação, ao passo que tom de voz 38% e os gestos 55% (Alves, 2011).

Como considera Mike Krzyzewski, actual seleccionador da equipa de basquetebol norte-americano, *“Effective teamwork begins and ends with communication”* (Krzyzewski & Spatola, 2007, p. 33), *“However, communication does not always occur naturally (...) Communication must be taught and practiced in order to bring everyone together as one.”* (Krzyzewski & Spatola, 2007, p. 33).

Carlo Ancelotti, actual treinador do Real Madrid, sobre o papel da comunicação na construção de um grupo forte refere que este depende *“de la relación que el técnico logra establecer entre él y sus atletas, además de entre estos. (...) Con todo, podemos decir que, en general, el éxito de un entrenador pasa por una buena (término que significa tantas cosas...) relación con sus jugadores. (...) Por este motivo la comunicación tiene un papel fundamental en la gestión del grupo.”* (Ancelotti & Ciaschini, 2013, p. 35).

Roy Hodgson, actual seleccionador AA de Inglaterra, afirma que *“Every day as coaches, we are in the communication business. In lower leagues we are also educators, but at the top end we work with people who know how to play superb football. (...) And that’s where you come to the major leadership challenges: some of your players whose abilities are important to the club and the team are going to be ego-driven and insufficiently team orientated to bring those skills to the team itself. (...) communication skills are absolutely critical if you are going to convince them that they are on the wrong road .”* (Carson, 2013, pp. 21-22).

Lou Holtz, conceituado ex-treinador de futebol americano, acerca da comunicação considera *“More difficult to read are those people who shield their feelings. You’ll need keen communication skills to reach them. You can read many books on the subject, but I think mastering communication is a cinch. All you have to do is remember that the Lord gave you two ears and one mouth because he wants you to listen twice as much as you speak.”* (Holtz, 2005, p. 14).

Por forma a garantir um processo de comunicação eficaz Coach K (como é conhecido Mike Krzyzewski) revela que a sua equipa tem uma regra bem definida *“(…) when you talk to one another, you look each other in the eye”* (Krzyzewski & Spatola, 2007, p.33), considerando que este contacto visual *“(…) is an important act of mutual respect but also enforces the most crucial element of communicating: telling the truth.”* (Krzyzewski & Spatola, 2007, p. 33-34).

No sistema de comunicação que ele e a sua equipa técnica tentam implementar procuram encorajar os jogadores a estabelecerem contacto visual e a serem honestos e frontais, nos diversos momentos em que se encontram reunidos, como em palestras, procurando que todos se sintam confortáveis a expressarem-se perante os outros (Krzyszewski & Spatola, 2007).

Ancelotti define comunicar bem como *“enseñar mejor y, por tanto, aprender mejor. Una comunicación correcta mejora la relación, ya sea en el ámbito individual o en el del grupo, favoreciendo unas mejores prestaciones. Comunicar significa poner común lo que es nuestro, esto es, transmitir contenidos, compartir. El primer presupuesto para una comunicación eficaz es tener claros los propios valores y la propia filosofía. En esta óptica será fundamental tener además muy presente:*

- *La tarea a desarrollar.*
- *Qué se comunica en realidad.*
- *A quién se comunica.*
- *Cómo se comunica.”* (Ancelotti & Ciaschini, 2013, p. 35).

Holtz, na mesma linha, e abordando as reuniões ou palestras de equipa, considera que *“There are only two reasons to have a meeting: one is to gather information and the other one is to disseminate information. I am not a good speaker, so I feel it is important for them to sit up and look me in the eye so they don't fall asleep. In addition, I believe they should show respect for a coach, a professor, or any person in a position of authority. I think it is in their best interest to say no sir or yes ma'am, to use a firm handshake, to look people in the eye, and show other characteristics that develop good manners.”* (Holtz, 2005, p 210).

Pensamos ser ainda importante reflectir acerca do que diz Holtz sobre a importância de se ser um treinador disponível aportando que *“You can't be an absentee leader. If people see you often, they are more likely to feel comfortable in your presence and you'll have more opportunities to learn who they are through observation.”* (Holtz, 2005, p. 15).

Uma das áreas relacionadas com os processos de comunicação que recebeu maior atenção em termos de investigação científica foi a observação dos comportamentos dos professores e dos alunos no contexto da educação física. No que ao contexto desportivo diz respeito, o mesmo se verificou, ainda que de forma mais reduzida, com a análise e observação do comportamento dos treinadores em contexto de treino. A investigação sobre

os processos de comunicação em situações de competição e, em particular, com atletas de elite, é relativamente escassa existindo necessidade de aprofundar esta problemática. Não só porque os processos comunicacionais não são independentes dos contextos mas, também, porque descrever os comportamentos instrucionais e os processos de comunicação dos treinadores de excelência é fundamental na construção dos saberes nesta área do treino desportivo.

Esta investigação tem como primeiro objectivo a análise das palestras em dia de jogo de um treinador de Futebol de elite (contexto de selecção nacional sub21), especificamente a palestra pré-competitiva, palestra ao intervalo e palestra pós-competitiva.

Como abordaremos novamente à frente, uma Selecção Nacional caracteriza-se como um contexto onde o tempo de contacto com os jogadores é muito curto, além de espaçado no tempo, seja este para treinar, recuperar os jogadores, preparar estrategicamente os jogos, seja, por consequência, para comunicar com os jogadores. Este constrangimento afectará, também, a natureza deste processo instrucional.

A este propósito cremos pertinente o que John Wooden, ex-treinador de basquetebol norte-americano, refere acerca da importância do tempo e sua gestão ao afirmar “*In the mind of those leaders whose organizations get things done, time is tangible, a commodity as touchable as gold. They also understand that unlike gold, time cannot be recovered once lost or squandered. A good leader understands that without time you are left with virtually nothing. (...) Over the decades I've observed that most effective leaders do not disrespect time, not a minute. They understand that when it comes to success – real achievement – time is of the essence. And the essence of success is time.*” (Wooden & Jamison, 2005, p. 153-154).

O tempo que um treinador tem para estar com os seus jogadores numa selecção nacional como a de sub21 cinge-se a estágios que variam entre 3 e 10 dias espaçados ao longo da época (Silva, 2014).

Existe a possibilidade de serem convocados os melhores jogadores de determinada geração e determinado país, sendo que no caso específico deste trabalho falamos de um contexto em que os jogadores fazem parte da última selecção nacional antes daquela mais importante, a AA, ou seja, encontram-se num escalão representativo da fase de transição júnior-sénior (Silva, 2014).

Queremos com isto evidenciar que os processos comunicacionais neste tipo de contexto assumem preponderância fulcral e fundamental pois o treinador terá de aliar a capacidades de implementação de uma correcta metodologia de treino que vise preparar a equipa para atingir os seus objectivos no pouco tempo disponível para o alcançar, a uma capacidade instrucional elevada aproveitando não só os tempos de treino como todas as reuniões formais ou informais com os jogadores para passar instruções e mensagens essenciais.

A necessidade de realizar investigação analisando o conteúdo das palestras de um treinador de uma selecção nacional de Futebol evidenciada em algumas solicitações de investigação anteriormente efectuada nesta área (Breakey, Jones, Cunningham & Holt, 2009; Gallimore & Tharp, 2004; Vargas-Tonsing, 2009), por se tratar de um contexto em que o treinador não dispõe de muito tempo para treinar e comunicar com os jogadores antes de a competição tomar lugar bem como se tratar de um ambiente muito específico.

Outro desafio da investigação sobre as palestras pré-jogo, ao intervalo e pós-jogo de um treinador de futebol num contexto de alta competição, é o de procurar contribuir para uma linha de investigação que não tem recebido tanta atenção quanto a análise dos comportamentos do treinador em treino, com o aliciante de se tratar de um contexto situacional potencialmente mais variável, específico do seu contexto e difícil de aceder (Cushion, Ford & Williams, 2012).

Esta investigação tem, assim sendo, por objectivo descrever e analisar comparativamente as palestras pré-jogo, ao intervalo e pós-jogo de um treinador em contexto de selecção nacional sub21.

Para tal efectuámos uma revisão de literatura que procura contribuir para o enquadramento dos processos comunicacionais do treinador e a forma como têm sido estudados ao longo dos últimos anos, para posteriormente apresentarmos, em 3 estudos, as análises efectuadas às palestras pré-jogo, ao intervalo e pós-jogo, de forma independente, com base na codificação e interpretação da comunicação do treinador estudado. Os diferentes tipos de palestras são, ainda, comparadas entre si.

Concomitantemente a cada investigação referente a cada tipo de palestra iremos efectuar um conjunto de propostas de intervenção prática relativas à sua concepção e operacionalização.

CAPÍTULO I

Desenvolvimento

O processo de comunicação de um treinador é um processo dinâmico, variando ao longo da sua carreira dependente do contexto no qual o treinador actua, isto é, do nível competitivo, do nível dos atletas, das características específicas do desporto, da personalidade do(s) atleta(s) que treina, e, entre outros, da etapa da carreira do treinador.

Sobre este último ponto, Bloom, Schinke e Salmela (1997), tendo como base uma divisão da carreira do treinador em 4 fases, reportaram que na primeira (denominada de *novice coaching*) os treinadores assumiam um estilo comunicacional mais autocrático e provocavam frequentemente medo ou cepticismo da parte dos atletas mesmo que procurassem criar um ambiente agradável e encorajador.

Na segunda fase os treinadores procuravam um equilíbrio entre *feedback* técnico e aprovação social, de forma intermitente, procurando, ainda, ensinar competências para a vida.

Na terceira fase procuravam assegurar que os atletas alcançassem o sucesso de forma equilibrada entre o desporto, os estudos e as suas vidas pessoais, enquanto que, na última fase, procuravam assumir um papel mais distante e de apoio para com os seus atletas procurando o envolvimento e o compromisso por parte destes na busca da excelência, com vista a alcançarem o desempenho necessário ou substituindo-os por outros.

Estes autores concluíram que à medida que os treinadores estudados aprimoraram e desenvolveram as suas capacidades comunicacionais com os seus atletas, conseguiram evoluir nas suas carreiras.

Os autores sublinham, ainda, que o processo de comunicação dos treinadores não pode, de forma alguma, ser encarado com leveza pelos intervenientes no processo desportivo.

A Comunicação na relação Treinador-Atleta

A interacção entre treinador e atletas é percebida como fonte de stress quer por parte dos atletas quer por parte dos treinadores; cerca de 50% dos factores de stress associados ao seu desempenho deve-se à relação com os atletas (Thelwell, Weston, Greenlees & Hutchings, 2008) com a comunicação a ser um dos factores que para isso contribuem (Frey, 2007; Krsitiansen, Murphy & Roberts, 2012), como por exemplo a nomeação dos jogadores que jogam de início ou as palestras pós-competitivas após maus desempenhos (Thelwell et al., 2008) assim como o facto de os treinadores considerarem importante a

capacidade de comunicarem eficientemente com os atletas com vista a obterem desempenhos de excelência (Olusoga, Maynard, Hays & Butt, 2012).

Carlo Ancelotti, actual treinador do Real Madrid, afirma que *“In football you may have an idea. The only way to bring this idea to life is to explain the idea to other people, and they have to go on the pitch and show this idea. For this the relationship between manager and players has to be the best.”* (Carson, 2013, p. 41).

A comunicação com os jogadores é um dos aspectos que os treinadores apresentam como característica da eficácia do treino (Chase, Feltz, Hayashi & Hepler, 2005).

Gearity (2012) reportou que as percepções dos atletas acerca da qualidade da instrução dos seus treinadores é tão, senão mais, importante que a quantidade de instrução que estes últimos transmitam, pois se os atletas sentirem que a instrução recebida não tem qualidade, sentem que não estão a aprender e a evoluir, com consequências negativas no seu desempenho.

Culver e Trudel (2000) ao analisarem os processos comunicacionais numa equipa de Ski alpino de elite, verificaram que tanto atletas como os treinadores estavam de acordo relativamente ao estilo de comunicação ideal no desporto, com os treinadores a desejarem um ambiente em que esta fosse aberta e os atletas a desejarem ter a possibilidade de falarem com os treinadores, sendo que este processo de comunicação em dois sentidos se perdeu algumas vezes nos períodos de competição intensa.

Gould, Collins, Lauer e Chung (2007) verificaram que treinadores de sucesso utilizavam as suas fortes capacidades comunicacionais e tratavam os atletas como adultos jovens com vista a construírem as relações com os atletas, ajudando estes a desenvolverem habilidades não só para o seu desempenho desportivo mas também para a vida.

Estes treinadores reportaram que o estabelecimento de confiança e a manutenção de uma comunicação contínua entre treinador e atleta eram aspectos críticos para esta relação, sendo que, por exemplo, quando reprimiam os seus atletas procuravam proteger a sua auto-estima garantindo-lhes a preocupação que por eles tinham, assim como consideravam o comportamento passado dos atletas, estado emocional actual e outros factores por forma a individualizarem este processo, actuando de forma diferenciada com os diferentes atletas.

Ancelotti, a este respeito, refere que “(...) *you have to understand what kind of communication players like because there are some players who don't like to be spoken to in front of the others, there are others that don't have a problem with you speaking in front the others. This is a leadership challenge. (...) There are players focused on what you say, but there are other players, for example, that like to be touched – a hand on the arm – when you are talking to stay focused (...).*” (Carson, 2013, p. 49).

Torregrosa, Sousa, Viladrich, Villamarín e Cruz (2008) constataram que o clima motivacional gerado pelos treinadores e o seu estilo de comunicação estão relacionados: um clima focado na tarefa estava relacionado com treinadores que forneciam muitas instruções e apoiavam muito os seus jogadores, ao passo que um clima focado no ego estava relacionado com treinadores que castigavam os seus jogadores, dando-lhes pouco apoio.

Surujal e Dhurup (2012) reportaram que atletas de ambos os géneros demonstraram preferência por estilos de liderança semelhantes dos seus treinadores, com estes últimos a poderem desenvolver a relação com os atletas atendendo às suas preferências, como por exemplo treino e instrução, comportamentos democráticos, suporte social e feedback positivo, evitando comportamentos de liderança autocráticos.

Stewart e Owens (2011) verificaram que aproximadamente metade das características de comportamento preferidas nos seus treinadores pertenciam à dimensão de suporte social, sendo seguida do treino e instrução (cerca de 30%).

Segundo Stirling e Kerr (2013) entre as percepções de ex-atletas dos efeitos de experiências de abuso emocional por parte dos seus treinadores, através de comportamentos verbais por exemplo, se encontravam efeitos de cariz psicológico, de treino e de desempenho, especulando que os treinadores persistem neste tipo de práticas por acreditarem que tornam os atletas mentalmente mais forte, mais resilientes e melhor preparados para o desempenho.

Os atletas reportaram má disposição, ira, baixa auto-eficácia, baixa auto-estima, má imagem corporal e ansiedade como algumas das consequências negativas dos abusos emocionais sofridos pela parte dos seus treinadores, sendo que apesar de alguns se considerarem mais motivados para treinar, outros referiram baixa motivação, reduzido desfrutar do desporto, atenção comprometida e dificuldade na aquisição de novas habilidades.

Curiosamente, no que ao desempenho diz respeito foram apresentadas versões contraditórias, isto é, alguns atletas reportaram decréscimo do seu desempenho, enquanto outros referiram que os comportamentos emocionalmente abusivos elevaram o seu desempenho desportivo.

Stein, Bloom e Sabiston (2012) constataram em jogadores de Hóquei do escalão de iniciados, a preferência por maior quantidade de feedback informacional do que o que estavam a receber dos seus treinadores, assim como menos feedback punitivo e não-reforço em bons desempenhos. Estes autores concluíram que receber mais feedback informacional do treinador do que o desejado pode ter um impacto positivo nos atletas por sentirem que o treinador despense tempo com eles.

A utilização de linguagem obscena/grosseira também foi relacionada com as percepções da eficiência do treino, com os atletas a perceberem, de forma geral, negativamente o acto de praguejar por parte dos treinadores, com os homens a considerarem muito mais inapropriado quando esse comportamento é direccionado para atletas femininas do que para atletas masculinos, enquanto para o género feminino as suas percepções não são afectadas pelo género (Howell & Giuliano, 2011).

Hansen, Gilbert e Hamel (2003) observaram que treinadores de sucesso consideravam como estratégias motivacionais o feedback de erro e comentários verbais negativos (crítica sem feedback específico) ao desempenho dos seus atletas, apesar de alertarem para o perigo de diminuição da confiança dos atletas em caso de utilização em demasia deste último. Os treinadores enfatizaram, igualmente, o papel da comunicação não-verbal como estratégia motivacional.

Kenow e Williams (1999) reportaram que os atletas que se sentiam mais compatíveis com os seus treinadores sentiam-se mais apoiados por estes e avaliavam as capacidades comunicacionais dos treinadores de forma mais favorável, sendo que à medida que a auto-confiança dos atletas aumentava, aumentava a compatibilidade da relação treinador-atleta. A compatibilidade treinador-atleta e a ansiedade cognitiva dos atletas são os melhores preditores da forma como estes últimos percebem e avaliam o comportamento dos seus treinadores, logo estes devem procurar uma congruência com os objectivos, personalidade e crenças dos seus atletas.

LeCouteur e Feo (2011), ao analisarem a comunicação e a interacção entre atletas de equipa de Netball, em jogadas da fase defensiva, verificaram maiores frequências de

comunicação verbal após jogadas com pouco sucesso, sendo que consideraram a natureza e qualidade da informação trocada entre colegas de equipa mais importante e eficiente que o simples acto de comunicar em elevada quantidade, pois isso nem sempre esteve associado a uma melhor coordenação daqueles.

Estes autores propuseram que os treinadores, mais do que incentivarem à comunicação, providenciam aos atletas ferramentas que tornem mais tangíveis alguns eventos durante o jogo, como por exemplo através de comunicação mais explícita acerca dos locais do terreno de jogo e das acções em que os colegas de equipa estão envolvidos, evitando o uso de comunicações não-específicas sobre movimentos ou locais do terreno de jogo.

Kirschenbaum e Smith (1983) verificaram que o desempenho em situação de lançamentos livres de Basquetebol, diminuiu quando os atletas receberam continuamente feedback positivo ou negativo, quando em comparação com feedback misto ou nenhum (grupo de controlo) feedback. Os atletas expostos continuamente a feedback negativo foram os únicos a observarem o seu próprio desempenho menos vezes que o grupo de controlo, sugerindo uma separação da actividade.

Noutra investigação verificou-se, com jovens atletas, que os que possuíam traços de ansiedade mais elevados (com medo de falharem ou medo de serem avaliados) podiam ter melhores desempenhos na presença de feedback positivo e informacional, em detrimento do feedback punitivo, por parte dos seus treinadores, assim como perante estilos de liderança democráticos, de apoio, encorajamento e de organização (treino e instrução) (Horn, Bloom, Berglund & Packard, 2011).

Estes autores sugeriram, ainda, que a provisão de feedback positivo de forma contínua, na ausência de comentários críticos, pode resultar em efeitos tão adversos quanto a provisão de feedback negativo de forma contínua.

Devem, também, ser consideradas as diferenças interculturais no que aos processos de liderança, de treino e competição, de interacção com os diversos intervenientes no fenómeno desportivo e, conseqüentemente, aos processos comunicacionais utilizados dizem respeito.

A este propósito, Hagiwara e Wolfson (2013) verificaram que futebolistas e treinadores tanto japoneses como ingleses, partilhavam a mesma visão quando um treinador pune verbalmente um jogador com comportamento desviante, ao passo que quando o treinador

pune fisicamente esse atleta os ingleses apresentam respostas negativas no que à aceitação desse comportamento diz respeito e os japoneses mantêm o mesmo entendimento, demonstrando assim atitudes, regra geral, mais positivas em relação à utilização de punição por parte dos treinadores do que a amostra inglesa.

Sistemas de observação

Vários sistemas de observação e codificação dos comportamentos do treinador foram desenvolvidos e utilizados no decurso das últimas décadas, como o *Arizona State University Observation Instrument (ASUOI)* (Lacy & Darst, 1984), o *Rugby Union Coaches Observation Instrument (RUCOI)* (Brewer & Jones, 2002), o *Coach Analysis and Intervention System (CAIS)* (Cushion, Harvey, Muir e Nelson, 2012), o *Coaching Behavior Assessment System (CBAS)* (Smith, Smoll & Hunt, 1977), o *Systematic Analysis of Pedagogical Content Interventions (SAPCI)* (Gilbert, Trudel, Gaumond & Larocque, 1999), e em Portugal foi desenvolvido, por exemplo, o *Sistema de Observação do Treinador e do Atleta (SOTA)* (Rodrigues, Rosado, Sarmento, Ferreira & Veiga, 1997).

Importa, também, referir que, consoante os objectivos dos estudos de diferentes investigadores, foram criados, desenvolvidos e utilizados distintos sistemas de observação.

Observação do Treinador em Contexto de Treino

Rupert e Buschner (1989) compararam o comportamento de instrução de professores de Educação Física que eram, também, treinadores de Beisebol, em contexto de aula e de treino constatando que em treino os professores-treinadores passavam 25,2% do tempo em instrução, transmitiam maior quantidade de elogios e menor quantidade episódios de gestão da sessão que em situação de aula, sendo a categoria de observação silenciosa a mais observada em ambos os contextos apesar de significativamente maior nos treinos.

Entre os estudos efectuados destacam-se os que observaram treinadores de sucesso, particularmente no Basquetebol ao nível universitário dos Estados Unidos da América, como John Wooden e Pat Summitt (Becker & Wrisberg, 2008; Gallimore & Tharp, 2004; Tharp & Gallimore, 1976).

Da observação dos comportamentos de Wooden e Summitt no processo de treino constatou-se que o comportamento mais observado foi a instrução, com 50,3% e 48% respectivamente (Becker & Wrisberg, 2008; Gallimore & Tharp, 2004; Tharp & Gallimore,

1976). De referir ainda que 55% das intervenções de Summitt eram dirigidas à equipa ou sub-grupos e 45% eram individualizadas (Becker & Wrisberg, 2008).

De referir, ainda, que foi possível concluir que Summitt, contrariamente ao que fazia na pré-instrução, dirigia-se preferencialmente individualmente na pós-instrução, o que releva a importância do feedback individualizado e relativo ao desempenho (Becker & Wrisberg, 2008).

Enquanto Summitt apresentava o elogio e o estímulo para a actividade (*hustle*), com 14,5% e 10,7% respectivamente, como segundo e terceiro comportamento mais observado, Wooden apresentava o estímulo para a actividade e a repreensão/reinstrução (uma categoria criada especificamente após a observação de Wooden e que o caracterizava na medida em que fazia seguir uma repreensão de uma nova instrução), com 12,7% e 8% respectivamente, sendo de registar que Summitt utilizou o dobro de elogios comparativamente às repreensões (14,5% contra 6,9% respectivamente), sendo estas últimas mais frequentemente dirigidas individualmente que colectivamente, e Wooden, contrariamente, utilizou cerca de metade dos elogios em comparação com as repreensões (6,9% contra 14,6%) (Becker & Wrisberg, 2008; Tharp & Gallimore, 1976).

Estes resultados tiveram uma nova visão décadas mais tarde quando, em 2004, Gallimore e Tharp reanalisaram o seu estudo original de 1976 com John Wooden e relataram que este considerava a instrução que dava aos seus atletas como treino positivo e que procurava, propositada e sistematicamente, elogiar mais os seus atletas não regulares e repreender os regulares, tendo-se verificado que apesar disso dirigia mais a sua intervenção global para os regulares do que para os não regulares (Gallimore & Tharp, 2004).

Na primeira pessoa Wooden refere que “(...) *approval is a great motivator. I tried to follow any criticism, whenever possible, with a pat on the back, realizing that I could not antagonize and influence favorably at the same time.*” (Wooden & Jamison, 2005, p. 95), “(...) *so I always tried to counter-balance any criticism in practice with a bit of praise. I wanted my players to feel that the worst punishment I could give them was to deny them the privilege of practicing.*” (Wooden & Tobin, 2004, p. 108).

Acerca dos elogios, Dean Smith, ex-treinador de basquetebol, refere “*Sometimes I wrote a note on my practice plan to remind myself to find something to praise in a player who was struggling. I would wait until he did something worthy of praise, and then I would stop*

practice and draw attention to him. But first he had to do something to give me reason to praise him.” (Smith, Kilgo & Jenkins, 2002, p. 140).

Para concluir de seguida *“I didn’t do it falsely. I believe the value of praise is diluted if not handled properly. (...) But the problem with that, to me, is that we are praising when praise has not been earned, and the benefits are bound to be short term. I wonder how much work ethic and self-esteem can be built when you are given phony praise.” (Smith, Kilgo & Jenkins, 2002, p. 140).*

No outro lado do espectro, mais especificamente no respeitante aos castigos ou repreensões, Wooden refere *“I seldom punished players at practice or in front of others. Some coaches believed in giving laps or sprints for errors. I don’t think that works. I’m not sure how the body chemistry functions precisely, but I doubt it responds properly to punishment of that type” (Wooden & Tobin, 2004, p. 113).*

Claxton (1988) observou treinadores de ténis com maior ou menor sucesso ao nível do liceu, ao longo de uma época desportiva em contexto de treino, e verificou que a instrução (20,1%) foi a categoria mais frequentemente observada, seguida de outros comportamentos (15%) e gestão da sessão (13,5%), com o silêncio a representar 13%, constatando uma similitude na utilização da maioria das categorias nos 2 tipos de treinadores considerados, com os de menor sucesso a utilizar a pós-instrução mais do dobro das vezes e quase o dobro dos elogios que os treinadores com maior sucesso, questionando menos de metade e exibindo menos outros comportamentos do que estes últimos. Este autor verificou que o questionamento foi a única categoria com diferenças significativas.

Lacy e Darst (1985) verificaram com treinadores de Futebol Americano em situação de treino maior número de comportamentos observáveis por minuto na pré-época do que nas fases inicial e final da época, assim como diferenças significativas entre os períodos para os comportamentos de elogio, repreensão, instrução e modelação positiva, tendo sido significativamente mais frequentes na pré-época que nos restantes 2 períodos.

A instrução foi o comportamento mais verificado com 42,5% ao longo da época, tendo sido reportado o dobro dos elogios comparativamente às repreensões no mesmo período, sendo a maioria dos comportamentos verificados na parte da sessão de treino em grupo (42,4%), onde se verificou maior frequência de elogio e repreensão, e na parte da sessão

de treino em equipa (45,5%), 7% na parte do aquecimento e 5% na parte referente ao treino da condição física, partes do treino onde dominou o comportamento de estímulo para a actividade.

Bloom, Crumpton e Anderson (1999) observaram um treinador de Basquetebol em 10 sessões de treino no decurso de uma época inteira, tendo verificado que o comportamento mais empregado com 29% de frequência fora de instrução táctica, seguido de 16% de estímulo para a acção, instrução técnica com 13,9%, elogio/encorajamento com 13,6%, instrução geral com 12% e 6% de repreensões. Podemos, assim, verificar que somando as 3 categorias de instrução utilizadas, obteríamos um total de 54,9% do comportamento de instrução.

No Voleibol verificou-se que os treinadores, de atletas femininas de 11 a 14 anos, transmitiam maior quantidade de feedback correctivo dirigido individualmente após o desempenho, com os treinadores mais experientes a utilizarem mais feedback durante o desempenho, mais específico, verbal e relacionado com informação prévia do que os menos experientes, e ainda maior utilização de feedback avaliativo negativo (Bortoli, Bertollo, Messina, Chiariotti & Robazza, 2010).

Ainda no Voleibol, Zetou, Amprasi, Michalopoulou e Aggelousis (2011) verificaram que as instruções tácticas foram o comportamento mais utilizado pelos treinadores, sendo as categorias regularmente utilizadas o elogio/encorajamento e estímulo para a actividade, e as menos utilizadas as repreensões, a modelação, a crítica e o humor.

Estes autores constataram que os treinadores transmitem muito conteúdo táctico aos seus atletas, com referência ao jogo seguinte, e poucas informações técnicas, com o castigo (verbal ou outro) a não ser regularmente utilizado.

Partington & Cushion (2011) investigaram o comportamento de treinadores de Futebol em treino, tendo constatado que a instrução foi o comportamento mais observado (média de 42,65% e desvio padrão de 7,91%), seguido do feedback (média de 10,77% e desvio padrão de 4,62%), elogios (média de 9,8% e desvio padrão de 4,27%) e questionamento (média de 7,39% e desvio padrão de 1,66%), com um rácio médio de 5:1 entre elogios e repreensões. Foi verificada uma diferença significativa entre a instrução quando em exercícios de formas treinadas e em exercícios de formas jogadas, com as primeiras a resultarem numa maior frequência deste comportamento e a verificarem-se, assim, comportamentos menos prescritivos nas últimas.

Estes autores reportaram ainda a incapacidade dos treinadores descreverem com precisão o seu próprio comportamento, com pouca consciência do seu processo de treino.

Contrapondo com este aspecto, reportamo-nos agora a algo que Phil Jackson, ex-treinador de basquetebol norte-americano, apresenta como uma quase fórmula científica que utilizava na comunicação com os seus jogadores.

Diz Jackson *“If I don’t try to squeeze the most out of these players, what good am I? Better yet, what good are they? Generally when I reprimand them, I try to balance two positives with every negative. (...) If you’re going to bruise their egos – because as talented as they are, believe me, their egos are easily bruised – any message will get through much more effectively if you pump up those egos at the same time.”*.

Para prosseguir referindo que *“Choosing my words carefully, I try to make players understand that I’m criticizing their performance, not their personality. (...) All we as a coaching staff ask for is a chance to correct the mistakes that are correctable. If players become brittle or defensive, the mistakes will not be corrected”* (Jackson, 2005, p. 53-54).

Não poderíamos, igualmente, não mencionar outra visão de Jackson acerca da diferença entre desporto profissional e amador, quando reflecte que *“According to the Coaching Alliance, which trains coaches in youth sports, the ideal is a 5-1 ratio of praise to criticism. I’m the national spokesman for the alliance, but I can tell you that at the professional level it can be nearly impossible sometimes to come up with five positives for every negative. What possible reinforcement can I offer to a player who committed five turnovers in the fourth quarter and failed to guard his man?”* (Jackson, 2005, p. 54).

No Hóquei no Gelo, Gilbert e colegas (1999) avaliaram o conteúdo das intervenções de 8 treinadores de jovens (entre os 10 e os 15 anos) em treino, reportando cerca de 60 intervenções por unidade de treino, maioritariamente acerca de técnica individual e tática colectiva particularmente ofensiva, recorrendo a instrução específica preferencialmente, feedback fundamentalmente sobre a forma correcta de execução de habilidades, táticas e regras individuais dos seus jogadores, distribuindo de forma equilibrada as intervenções com os atletas em momento de acção ou não, e essencialmente dirigidas individualmente (mais de 50% das intervenções), seguido de sub-grupos de jogadores a equipa inteira.

Zeng, Leung, Bian e Liu (2009) ao compararem o comportamento de treinadores de desportos individuais e colectivos em treino, verificaram que os primeiros utilizam mais

frequentemente pré-instrução e questionamento e os últimos mais frequentemente pós-instrução e estímulo para a actividade, sendo a instrução concurrente e as repreensões comportamentos utilizados pelos dois tipos de treinadores com frequências semelhantes.

Buszard, Farrow e Kemp (2013) num estudo sobre tomada de decisão no Futebol Australiano, concluíram que, para influenciar a tomada de decisão de jogadores habilidosos e experientes, o treinador deve promover períodos de prática mais extensos com um constante reforçar da instrução, sendo que, para atletas menos experientes, a tomada de decisão é mais facilmente influenciada pela instrução dos treinadores.

Mesquita, Farias, Oliveira e Pereira (2009) verificaram que treinadores de futebol, em escalões de escolinhas e infantis, transmitiram informações de cariz técnico, essencialmente ofensivo, de forma individualizada e através de encorajamento e preferencialmente com os jogadores em acção.

Mouratidis, Lens e Vansteenkiste (2010) constataram que podiam transmitir os necessários feedbacks correctivos aos seus atletas, após mau desempenho, se o transmitirem de maneira autonomia-apoio, garantindo que este feedback correctivo é percebido pelos atletas como legítimo, sendo que as percepções destes últimos, relativamente ao apoio à autonomia que recebiam dos seus treinadores, estava positivamente associado com a sua motivação autónoma dos atletas.

Verificou-se, ainda, que de forma menos frequente, a realização de investigação acerca dos processos instrucionais em competição, cuja pertinência se deve contemplar como decisiva tal o papel que assumem no sucesso do desempenho desportivo (Rosado & Mesquita, 2009), que agora revemos.

Observação do Treinador em Contexto de Competição

Rosado e Mesquita (2009) defendem que o treinador deve, durante o jogo, estar focado em observar e intervir sobre a atenção dos seus atletas, bem como aproveitar e ser consciente do impacto e importância da linguagem não-verbal (especialmente nas situações em que a comunicação é limitada pelo regulamento ou pela distancia a que se encontra dos atletas) e em recolher o maior número possível de informações pertinentes para melhor preparar o próximo momento em que pode comunicar com o plantel (por exemplo ao intervalo). Não esquecer igualmente o papel que o diálogo com os jogadores

suplentes pode ter, caso sejam chamados a jogo, bem como recorrer a esses jogadores para transmitirem informações ou mensagens a colegas de equipa.

Unay Emery, actual treinador do Sevilla FC, refere acerca da sua postura durante a competição que "(...) *durante los partidos, no puedo (ni quiero) dejar de infundir energías a mis jugadores, gesticulando de pie junto al banquillo. Me gusta estar cerca de los jugadores. Por supuesto, no es ni para acaparar atención ni para distraerles, sino para ayudarles a tener el esfuerzo extra que se necesita.*" (Emery & Cubeiro, 2012, p. 109).

Com outra perspectiva, Wooden, reflectindo especificamente sobre o jogo de basquetebol, afirma "(...) *we coaches complicate it. This, I believe, is a growing problem – a change I hate to see occurring. For example, we coaches try to get involved too much during a game. It seems that players spend too much of their time watching the bench for hand, towel, or card signals that call for a change in offense or defense. I think a coach's job is to prepare the players to play and then let them do it.*"

Para concluir "*Failure to prepare is preparing to fail. And the preparation process has to take place before the game, with any needed adjustments made during time-outs and at half-time*" (Wooden & Tobin, 2004, p. 218).

Uma investigação procurou relacionar o resultado desportivo e o comportamento verbal dos treinadores durante o jogo, verificando em situação de vitória larga que o comportamento mais verificado foi a instrução (39,4%) e o menos verificado foi o castigo (0,1%), sendo que em situação de resultado próximo foi verificado maior frequência de instrução (30,2%) e nenhum registo de castigo, em situação de derrota larga o comportamento mais verificado foi o de gerir-direccionar (o treinador explica como se executa uma técnica, exercício ou jogo) (18,1%) com a modelação positiva, feedback específico positivo, feedback geral negativo, humor e elogios a não registarem nenhuma ocorrência (Gómez, Luján & Santamaría, 2013).

Smith e Cushion (2006) investigaram os comportamentos de treinadores profissionais de Futebol durante os jogos, e verificaram que o mais observado foi o silêncio (40,38%), tido como um processo intencional com vista à análise individual dos jogadores bem como à da táctica colectiva da equipa, seguido de instrução (22,42%), e elogios (17,66%) com um rácio de 16:1 entre estes e as repreensões (1,14%), verificando-se 4,61% de estímulo para actividade, sendo este último geralmente acompanhado do primeiro nome do jogador

(25,02% de todos os comportamentos independentes foram acompanhados da utilização do primeiro nome do jogador).

No Hóquei no Gelo, Gilbert e colegas (1999) avaliaram também o conteúdo das intervenções durante a competição, reportando uma média de 101 intervenções por jogo, com muita variação na amostra utilizada, maioritariamente acerca de tática colectiva essencialmente ofensiva, sendo que quando intervieram sobre tática individual esta centrou-se na fase defensiva do jogo, mais frequentemente com os jogadores em acção (60,2%), com instruções de cariz essencialmente específico e feedback fundamentalmente sobre a forma correcta de execução de habilidades, táticas e regras individuais dos seus jogadores.

No Andebol, Guzmán e Calpe-Gómez (2012) reportaram que a instrução foi o comportamento mais observado num jogo de um treinador (40,3%), seguido de dar informação (18,7%), com valores próximos entre feedbacks positivos e negativos (6,3 e 6,5%, respectivamente). Um aspecto curioso reportado por estes autores foi a percentagem de 26,6% de situações em que o treinador não especificou o objecto do comportamento, tendo verificado também diferenças significativas relativas ao conteúdo da mensagem transmitida acerca do resultado de uma acção técnico-táctica, com a maior frequência de informação transmitida a ocorrer após acções negativas do que positivas, nas primeiras através de feedback negativo e questionamento, e nas últimas através de feedback positivo e encorajamento.

Mouchet, Harvey e Light (2013), verificaram um conjunto de tendências comuns na comunicação de 6 treinadores de selecções nacionais de Rugby franceses, como a natureza dos feedbacks avaliativos, o conteúdo instrucional e a principal intenção, demonstrativo de uma linha comum de funcionamento da sua direcção técnica, sendo que se verificaram ainda adaptações individuais ao contexto local dos jogos e a um conjunto de oportunidades aproveitadas pelos treinadores.

No Basquetebol foi verificada uma maior percentagem de *timeouts* solicitados nos últimos 5 minutos dos jogos quando em comparação com os primeiros 35 minutos, tendo sido este aspecto associado à possível actuação ou intervenção estratégica por parte dos treinadores no período final, e crítico, dos jogos (Gómez, Jiménez, Navarro, Lago-Penas & Sampaio, 2011). Não tendo avaliado o tipo de intervenção dos treinadores, Gómez e colegas (2011) reportaram que ambos os desempenhos ofensivos e defensivos da equipa

que solicitou os *timeouts* melhoraram após os mesmos, o que nos parece bastante relevante e revelador do impacto da intervenção do treinador num momento de pausa do jogo por si solicitado e, logo, preparado e pensado.

Sampaio, Lago-Peñas e Gómez (2013), verificaram, igualmente, que o número de pontos marcados antes e depois dos *timeouts* não era afectado por variáveis situacionais como o local do jogo (casa ou fora), assistência nos jogos, período do jogo e qualidade do adversário, e as equipas que solicitavam o *timeout* foram capazes de aumentar o número de pontos marcados imediatamente depois deste, sendo o efeito crescente até pelo menos 10 posses de bola, enquanto a equipa adversária decresceu a pontuação, com este efeito a cessar perto da 5ª posse de bola.

No Futebol Americano, Goldschmied, Nankin e Cafri (2010) ao estudarem a estratégia de *icing* (acção de pedir um *timeout* no momento em que um jogador adversário se prepara para iniciar o movimento para um pontapé que pode ser decisivo), constataram que esta minimiza a percentagem de sucesso dos *kickers* (denominação pela qual são conhecidos os jogadores que efectuam os pontapés na modalidade), passando de 80,4 para 64,4%, não se verificando alteração na taxa de eficácia quando o *timeout* é solicitado pelo próprio treinador.

Vaez Mousavi e Shojaei (2005) correlacionaram comportamentos agressivos de atletas em competição com categorias de comportamentos dos seus treinadores, significativamente com os comportamentos reactivos destes últimos, como por exemplo comportamentos de reforço, não-reforço, castigo, instruções técnicas punitivas, ignorar erros, entre outros.

Modificação dos comportamentos do treinador

Moreno, Moreno, Iglesias, García e Del Villar (2007) verificaram mudanças no comportamento verbal de três treinadores principiantes de Voleibol durante a fase de intervenção de um programa de monitoração que consistia na supervisão do feedback e na análise sistemática do comportamento verbal dos treinadores com vista a alterar o comportamento destes em competição, com mudanças mais evidentes a serem constatadas relativamente ao conteúdo da informação (maior frequência de informação táctica e informação acerca dos padrões da equipa adversária) do que no focus (própria equipa vs. equipa adversária).

Cruz, Torregrosa, Sousa, Mora e Viladrich (2010), analisaram os efeitos produzidos pela aplicação de Programas de Assessoria Personalizada a Treinadores (conhecido por *PAPE*) com treinadores de Futebol e de Basquetebol, baseando a intervenção nos comportamentos efectuados em competição e que o treinador decida modificar em conjunto com o psicólogo.

Entre os resultados obtidos registam-se o aumento de comportamentos de apoio assim como a diminuição de comportamentos punitivos na maioria dos treinadores, com uma taxa de 88% de melhoria nos comportamentos que os treinadores estabeleceram como prioritários, tendo os autores sugerido a importância de se considerarem as características específicas de cada desporto bem como a forma particular de dirigir a competição pelos treinadores, aquando do desenvolvimento deste tipo de programas.

A utilização do vídeo pelo treinador

As novas tecnologias têm proliferado no contexto desportivo, como ferramentas de suporte ao trabalho dos treinadores e ao desenvolvimento dos atletas com vista a um melhor rendimento em treino e competição.

É cada vez mais corrente o recurso a máquinas de filmar de diferentes tipos para a gravação de treinos e jogos/competição para posterior análise e edição de sessões de vídeo, através de *softwares* de análise e edição de vídeo, para a análise de reuniões com os atletas onde os treinadores procuram reflectir sobre o desempenho destes, corrigir, instruir, motivar, entre outros.

Nelson, Potrac e Groom (2011), numa investigação pioneira, efectuaram um estudo de caso com um jogador de elite de Hóquei no Gelo para obterem informação qualitativa acerca da perspectiva do jogador em relação ao feedback baseado em vídeo.

Estes autores verificaram que o jogador demonstrou ter mais respeito pelos treinadores que ele percepcionava terem despendido tempo e energia no desenvolvimento de apresentações de vídeo bem organizadas e detalhadas, com relação com as sessões de treino, valorizou os treinadores que encorajavam a participação dos atletas nas sessões de vídeo, através da colocação de questões ou contribuindo com as suas ideias, tendo reportado a importância de poder visualizar o seu desempenho através de outra visualização mais ampla dando-lhe outra perspectiva e podendo analisar diferentes soluções da decisão que tomou em competição.

O atleta referenciou como importante para a forma como encarava as sessões de vídeo, o respeito que ele e os colegas mais experientes tinham pelo treinador, sendo que o processo de aprendizagem e as interações pedagógicas seriam tão maiores quanto maior fosse esse respeito.

O atleta reportou, também, a incapacidade de liderar as sessões de vídeo de alguns treinadores que havia tido, ao ponto dos treinadores alterarem a periodicidade com que as faziam por serem postos em causa pelos jogadores, não demonstrando serem capazes de manter a coerência do seu discurso.

A este respeito, Rosado, Palma, Mesquita e Moreno (2007), verificaram que uma das características que jogadores de Futebol mais valorizavam nos seus treinadores era o serem seguros em si mesmos, tendo verificado que os treinadores de nível mais elevado apresentavam um comportamento mais constante que os treinadores amadores.

Várias são as abordagens possíveis no que à utilização do vídeo diz respeito, seja realizar ou não reuniões ou palestras com os jogadores, a duração destas, a escolha do conteúdo a mostrar, o tipo de discussão permitido ou não nas mesmas, entre outros.

A este respeito, e para ilustrar uma forma de utilização do vídeo como ferramenta de comunicação com os jogadores em palestras, reportamo-nos, novamente a Phil Jackson quando partilha referências de uma sessão normal de vídeo por si realizada dizendo *“I showed the guys clips from the animated movie Shrek. For years I’ve spliced in clips from films or television shows to break up the monotony. Players will lose focus watching themselves run up and down court for ten straight minutes. I often resort to comedies, really stupid stuff like The Three Stooges. (...) Of course I’m not just trying to lighten the mood. Each clip comes with a message that registers, I hope. (...) The idea is to instruct without bruising egos. The player laughs, and no offense is taken at being cited for a mistake in front of the group, but the message gets through.”* (Jackson, 2005, p. 191).

As palestras do treinador em dia de jogo

“Game day is not a day for long, drawn-out speeches. It’s a time for interaction. And you have to interact by feel.” (Krzyszewski & Phillips, 2001, p. 125).

Rosado e Mesquita (2009) defendem que as palestras pré-competitivas devem ser curtas, devem ser abordados e lembrados aspectos referentes ao plano de jogo e ser evitada a

sobrecarga de informação e o aporte de informações novas que não tenham sido treinadas, podendo aproveitar-se o final da palestra para a transmissão de mensagens de cariz psicológico com enfoque na motivação dos atletas.

No intervalo, o treinador deve procurar manter-se calmo, controlado, procurar garantir a congruência entre a linguagem verbal e não-verbal que está a transmitir, e centrar a atenção dos atletas nas situações que podem controlar, apontando causas para os erros cometidos associadas a instruções para os evitar, instruir e motivar aumentando a sensação de confiança dos atletas sobre aspectos em que estiveram bem e que devem potenciar.

No final da competição será importante o treinador assegurar e manter uma rotina de reunir com os atletas para uma palestra pós-competitiva, independentemente do resultado e do cumprimento ou incumprimento do plano de jogo previamente definido.

Gilbert, Gilbert e Trudel (2001) referem a possibilidade de utilização de palestras motivacionais como forma de estimular os atletas para melhores desempenhos, seja durante o desenrolar da competição seja no balneário com vista a encorajar os seus atletas a atingirem o seu melhor desempenho, mesmo que a eficiência dos mesmos ainda seja questionada.

Sobre a possibilidade de estimular emocionalmente uma equipa antes de um jogo, optando por uma palestra de conteúdo mais motivacional, de carácter mais psicológico, John Wooden mostrava-se algo renitente ao recordar este tipo de opção tomada por um ex-treinador seu *“One of his coaching concepts I never could accept was trying to fire a team up emotionally for a game. I never believed in it, and I still don’t.”* (Wooden & Jamison, 2005, p. 36).

Alguns estudos procuraram relacionar diferentes tipos de intervenção e acção dos treinadores e as respostas psicofisiológicas dos seus jogadores, tendo por base estudos que demonstraram que aumentos da concentração de cortisol podem ser expectados em antecipação a uma estimulação de cariz stressante, estando a produção de cortisol dependente do estado psicológico do organismo dos atletas. Por outro lado, maiores concentrações de testosterona foram verificadas em atletas vencedores do que em perdedores durante competições de cariz físico ou não físico, assim como ao ser observado um vídeo de uma vitória prévia, ou seja, a motivação dos atletas durante a competição pode estar relacionado com efeitos da testosterona endógena (Alix-Sy, Le Scanff & Filaire, 2008; Cook & Crewther, 2012; Crewther & Cook, 2012).

Alix-Sy e colegas (2008) verificaram maiores concentrações de cortisol antes dos jogos do que os valores basais em futebolistas, não tendo verificado diferenças entre titulares e suplentes, sendo esta resposta associada a uma resposta preparatória para a competição, com estados subjectivos negativos associados, ou seja, esta resposta estava relacionada com emoções negativas.

Verificou-se, também, que a estratégia mais eficaz para se verificar uma resposta maior de Testosterona livre e menor de Cortisol pré-competitiva, assim como garantir melhores desempenhos, é a mostragem de vídeos com execuções de êxito por parte dos atletas em simultâneo com feedback positivo do treinador, sendo que a apresentação de vídeos específicos em combinação com o feedback do treinador na palestra pós-competitiva poderá conseguir influenciar o estado hormonal livre dos jogadores e o seu desempenho em jogo até vários dias após a competição (Cook & Crewther, 2012; Crewther & Cook, 2012).

Da análise aos estudos seleccionados verificámos que os treinadores preparam de forma minuciosa e detalhada toda a preparação das suas equipas e dos seus atletas para a competição, utilizando as palestras pré-competitivas para relembrem aspectos chave treinados nos dias antecedentes à competição não transmitindo novos conteúdos e utilizando a palestra pós-competitiva de forma regular e curta (Bloom, Durand-Bush & Salmela, 1997).

Foi verificada uma comunicação mais clara, melhor estruturada e optimizada no que à quantidade de mensagens transmitidas nas palestras pré-competitivas e ao intervalo diz respeito por parte dos treinadores com formação universitária em comparação com treinadores sem a mesma (Leo, Garcia, Sánchez, Sánchez & Gómez, 2010).

A palestra pós-competitiva serve para avaliar o desempenho e promover a aprendizagem dos atletas, buscando os treinadores potenciais benefícios psicológicos da mesma, devendo igualmente ser solicitada a participação activa dos atletas havendo, ainda, a consciência da importância do poder na relação treinador-atletas para a eficiência e eficácia destes momentos (McArdle, Martin & Lennon, 2010).

Vargas-Tonsing e Bartholomew (2006) reportaram aumento da crença na eficácia colectiva após a audição de uma palestra pré-jogo de cariz emocionalmente persuasivo, e não verificaram alterações após a audição de outra de cariz estratégico.

No entanto, os resultados deste estudo devem ser analisados tomando em consideração que não foram avaliadas as percepções dos jogadores de equipas perante as palestras dos seus treinadores num contexto natural, mas sim num contexto imaginário onde foi solicitado a um conjunto de estudantes, actuais ou antigos praticantes de Futebol, que se imaginassem parte de uma equipa de Futebol tendo ouvido palestras de diferentes conteúdos.

Noutra investigação com atletas de Futebol Americano universitários que recorreu igualmente à capacidade destes se imaginarem treinados por um treinador que havia sido representado num filme, procurou-se verificar o impacto da visualização de um vídeo de uma palestra estimulante na inspiração, motivação situacional e emoção dos atletas (Gonzalez, Metzler & Newton, 2011). Gonzalez e colegas (2011) verificaram que os atletas expostos ao vídeo inspiracional se tinham revelado inspirados, com uma redução da amotivação e aumento da emoção de dominância, tendo os atletas expostos a um vídeo de cariz mais informacional, com referência a aspectos técnicos fundamentais da modalidade, se revelado menos inspirados, com um aumento da amotivação e um decréscimo na emoção de dominância. Não foi, assim, possível reportar que inspiração implica motivação, pois apesar do aumento da inspiração para o desempenho não se verificaram aumentos na motivação (Gonzalez et al., 2011).

Devemos considerar todos estes aspectos e conclusões que as investigações acima mencionadas aportam, e que abaixo prosseguimos, com um pensamento crítico e com a perspectiva de enquadramento nas realidades e metodologias utilizadas.

Que os treinadores conseguem ter impacto nas emoções dos jogadores com diferentes tipos de palestras, com diferentes tipos de mensagens e formas de as transmitir, não temos dúvida. No entanto, tal facto não nos deve cegar a ponto de acreditarmos que chegamos a todos os jogadores, falando num desporto colectivo, da mesma maneira e com a mesma intensidade nem, muito menos, que possíveis modificações de comportamento que procuramos instigar se manterão estáveis e imutáveis no tempo ou na duração da competição.

A este respeito queremos aqui reproduzir o que Lou Holtz considerava acerca de palestras de cariz mais emotivo:

“I don't believe you can change anybody's attitude with even the most inspiring pep talk unless it is supported by results. I remember when I was in high school my coach gave us

the greatest pep talk I have ever heard; Knute Rockne would have envied him. I don't think I have ever been as fired up for a football game as I was that night. I ran down under the opening kickoff filled with spit and fire. Then some guy hit me in the jugular vein with his helmet, knocking me flat. Suddenly, I couldn't remember a word the coach had said. I just lay there making little whimpering sounds. As my teammates helped me up, I left my positive attitude lying somewhere on that field" (Holtz, 2005, p. 12).

Relativamente às palestras pré-competição, os treinadores devem ser conscienciosos da aplicação de discursos de cariz predominantemente emocional quando se encontram perante atletas que podem já ter atingido o seu pico de emoção antes desta (Vargas-Tonsing & Bartholomew, 2006). Estes resultados foram corroborados pelo estudo que seguidamente apresentamos, onde os investigadores verificaram diferenças de percepção da necessidade do tipo de discurso da palestra pré-competitiva entre atletas e treinadores em quatro situações distintas mas sempre com os atletas a percepcionarem uma maior necessidade de cariz emocional na palestra do que os treinadores (Vargas-Tonsing & Guan, 2007).

Procurando investigar mais aprofundadamente acerca das preferências dos atletas entre palestras pré-jogo emocionais ou informacionais, Vargas-Tonsig e Guan (2007) inquiriram atletas de diferentes desportos colectivos e seus respectivos treinadores tendo verificado que os atletas preferem diferentes quantidades de informação e emoção de acordo com o contexto situacional em que se encontram e verificaram diferenças de género relativamente ao conteúdo informacional das palestras em determinadas situações, tendo as atletas do género feminino demonstrado atribuir maior significância ao conteúdo informacional que os do género masculino.

Os atletas consideraram importante ter uma palestra de cariz informacional quando se preparavam para defrontar um adversário desconhecido e quando defrontavam um adversário com o qual quase tivessem perdido no último confronto (Vargas-Tonsing & Guan, 2007).

Relativamente às palestras de cariz emocional, revelaram-se preferidas aquando de jogos decisivos, quando se defronta um adversário melhor classificado ou quando se é considerado a equipa claramente mais fraca (Vargas-Tonsing & Guan, 2007).

Vargas-Tonsing (2009) não verificou diferenças significativas na percepção de auto-eficácia em futebolistas após a palestra pré-jogo dos seus treinadores, reportando um aumento generalizado desta.

Os treinadores e os atletas reportaram a percepção de níveis inferiores de conteúdo de cariz emocional das palestras e por conseguinte este tipo de conteúdo não se apresentou relacionado com a percepção de auto-eficácia dos atletas, enquanto a percepção de um conteúdo de cariz informacional revelou-se capaz de causar impacto nas emoções e percepção de auto-eficácia destes (Vargas-Tonsing, 2009).

Sobre a opção entre palestras com cariz mais emotivo ou psicológico, ou por outro lado, mais técnico-tático-estratégico, queremos aqui reportar uma história contada pelo Coach K:

“I remember a few years ago I gave my team a motivational speech in our locker room before practice. At the time, I thought it was a great speech, one that would surely inspire an energetic and passionate practice. So as we left the locker room to take the court, I was proud of myself. I thought to myself, as far as speeches go there’s King, there’s Lincoln, and there’s me. But as we stepped onto the court, there was no pat on the back from my assistants or surge of excitement from the team. (...) As we took the court for practice, I asked my assistants, searching for a compliment, “How do you think it went?” Instead of the praise I had expected, my assistant Steve Wojciechowski said to me, “Coach, I don’t think they understood anything you said.” At first I was angry with that response because it was not what I expected. However, it was honest and made me realize that my message did not get across to my team.” (Krzyszewski & Spatola, 2007).

Independentemente da opção conceptual tomada aquando de uma palestra ou reunião com uma equipa, o treinador deve acima e antes de mais procurar garantir que a mensagem que pretende passar é recebida e processada pelos seus jogadores.

Numa outra perspectiva, atletas reportaram ler as emoções do seu treinador aquando duma palestra e que estas podiam ter um efeito positivo neles (Breakey et al., 2009).

Breakey e colegas (2009) reportaram uma forte relação entre conteúdo e forma de apresentação da palestra como factores percebidos como importantes por parte de atletas relativamente a estas, numa equipa de Hóquei no Gelo feminina.

Entre os aspectos que os atletas percebem como positivos nas palestras dos seus treinadores encontram-se a demonstração genuína de emoções por parte destes últimos, a referência a valores, princípios, da equipa, o serem curtas e concisas (Breakey et al., 2009).

Estes últimos pontos foram reforçados num estudo desenvolvido no Judo onde se estudou a retenção de informação dos atletas da palestra pré-competição dos seus treinadores, tendo-se verificado uma relação inversa entre esta coerência e o número de ideias transmitidas, ou seja, verificou-se uma maior coerência entre o que foi transmitido e retido quando o número de ideias foi menor (Mesquita, Rosado, Januário & Barroja, 2008). Foi, igualmente, verificado que o conteúdo mais prescritivo e preciso da informação transmitida pelos treinadores, ajudam os atletas a reter mais ideias com recurso a menos palavras (Mesquita et al., 2008).

Os atletas percebem de forma negativa palestras longas, omissões/surpresas, inconsistência e palestras mal geridas em termos do tempo em que são aplicadas (Breakey et al., 2009).

Daqui resulta, também, importante ser consciencioso e atento às rotinas pré-jogo dos seus atletas de forma a não interferir com estas, apressando-os a prepararem-se para o jogo ou introduzindo novas metodologias de abordagem da palestra pré-jogo (como a mostragem de vídeo, por exemplo) pois a manutenção e utilização destas rotinas são consideradas importantes para os atletas (Breakey et al., 2009; Pain & Hardwood, 2007).

Noutra investigação no Voleibol, também em jogo, verificou-se que treinadores masculinos de equipas masculinas e femininas não diferiam entre géneros no que à quantidade de informação transmitida por minuto diz respeito, apesar de se observar uma tendência maior de crítica nas equipas masculinas, ao passo que as equipas femininas recebiam cerca do dobro da informação referente a questões técnicas (Cloes, Delhaes & Piéron, 1993).

Na mesma investigação, não se verificaram diferenças significativas entre a quantidade de informação transmitida durante o jogo e o resultado final deste, tendo os treinadores vitoriosos utilizado maior incitação à acção e os perdedores maior frequência de informações tácticas, elogios e críticas (Cloes, Delhaes & Piéron, 1993).

Estes autores verificaram, ainda, que mais de 25% das intervenções eram de incitação à acção, que os elogios (cerca de 25%) representavam uma categoria importante, e que

menos de 10% das intervenções eram de cariz tático ou técnico, sendo que 70% das mensagens eram relativas a acções do jogo e cerca de 25% eram não específicas (Cloes, Delhaes & Piéron, 1993).

Curiosamente, Cloes e colegas (1993) reportaram que durante o jogo cerca de 15% das intervenções foram dirigidas aos suplentes, 28,4% à equipa e 50,3% individualmente, assim como uma reduzida transmissão de informação relativa à equipa adversária (apenas 13,9%).

Nas palestras dos tempos de pausa, Cloes e colegas (1993) reportaram que os treinadores aumentaram consideravelmente a quantidade de informação tática transmitida em comparação com o decurso do jogo (de 7,5 para 33,6%), sendo a informação ofensiva prioritária, e cerca de 50% das intervenções são referentes a elogios ou do foro psicológico (23,5 e 21,9% respectivamente), verificando uma distribuição equilibrada entre informação individual e colectiva, constatando que é o momento principal de intervenção dos treinadores.

Ainda no Voleibol, os treinadores centram as suas intervenções na sua própria equipa nas várias palestras em dia de competição, não fazendo referências ao adversário aquando das substituições, dirigindo-se aos jogadores individualmente predominantemente durante o jogo e de forma exclusiva nas substituições, sendo que nos descontos as mensagens são predominantemente dirigidas ao colectivo (Botelho, Mesquita & Moreno, 2005).

Foi observado no Basquetebol que durante o tempo de jogo os treinadores transmitiam informação curta, enquanto as informações de cariz tático, informação mais elaborada ou a utilização de perguntas aos atletas eram mais utilizadas nos períodos de pausa (*timeouts*, pausas entre períodos e intervalo) (Lorenzo, Navarro, Rivilla & Lorenzo, 2013). Lorenzo e colegas (2013) relacionaram, também, o tipo de instrução dada pelo treinador, durante o jogo e momentos de pausa, e o resultado final do jogo, considerando que quando o treinador utiliza instruções técnicas sobre a sua defesa aumenta em 48% a possibilidade de obter vitória, enquanto reduz em 16% essa possibilidade quando instrui mais acerca das tácticas ofensivas da própria equipa.

No Voleibol verificou-se que os treinadores transmitem predominantemente informação que concerne à sua própria equipa quer durante o jogo, momentos de pausa ou substituições, sendo o seu conteúdo preferencialmente não específico, tendo sido verificadas diferenças no que aos destinatários diz respeito, isto é, o treinador transmite

informação predominantemente individual durante o jogo, colectiva nos descontos de tempo e exclusivamente individual aquando das substituições (Botelho, Mesquita e Moreno, 2005).

Em estudos centrados nas palestras iniciais e nos momentos de pausa verificou-se que a instrução é predominantemente prescritiva, auditiva e dirigida à equipa, quer após a vitória quer após a derrota, sendo que quando perde o treinador emite maior quantidade de informação, mais avaliação negativa e é mais prescritivo, e existe dominância da informação transmitida acerca do adversário, soluções tácticas e componente psicológica (Pina & Rodrigues, 1997; Pina & Rodrigues, 1999).

Como referenciais para a intervenção nas palestras dos treinadores de Voleibol, podemos referenciar a procura de equilibrar a quantidade de informações relativas tanto à própria equipa como à equipa adversária nas paragens do jogo, sendo que na palestra pré-competitiva e nos *timeouts* o treinador deve centrar-se mais no adversário e nos intervalos entre sets centrar a comunicação na própria equipa, com as intervenções essencialmente táctica quando em referencia ao adversário, com a informação a ser transmitida globalmente de forma positiva (Moreno, Santos, Ramos, Cervelló, Iglesias & Del Villar, 2005).

Alguma investigação alertou para a excessiva utilização de mensagens de arrependimento por parte dos treinadores nas palestras pré-competitivas e ao intervalo dirigidas aos seus jogadores, essencialmente sobre o desempenho individual, que podem ter um impacto negativo sobre as percepções destes sobre a prática desportiva e sobre os seus desempenhos, e para a pouca utilização de mensagens de redução de arrependimento empregues nas palestras pós-competitivas (Potrac, 2007; Potrac, 2002).

Finalmente, abordamos a investigação de Pacheco (2005) centrada em treinadores de Futebol e nas palestras em dia de jogo destes, tendo verificado que a informação transmitida é essencialmente prescritiva, de dominante táctico-estratégica, com particular enfoque nas tácticas colectivas ofensiva e defensiva e na equipa adversária.

Os treinadores atribuem maior importância às variáveis relacionadas com a performance desportiva, o resultado desportivo e o contexto do jogo, nas outras dominantes do rendimento desportivo. Na dominante psicológica os treinadores enfatizam as capacidades volitivas, directamente relacionadas com a superação e o empenhamento, seguidas da auto-confiança e da concentração.

Conclusão

Da revisão de literatura efectuada podemos concluir que:

- A comunicação é parte integrante do processo de treino desportivo, desempenhando um papel decisivo na relação treinador-atleta(s);
- Um treinador não comunica apenas quando transmite informações verbalmente, mas também com o tom de voz e entoação com que o faz bem como com a comunicação não-verbal, como gestos e movimentos;
- Uma das áreas mais estudadas acerca desta temática no contexto desportivo centrou-se na observação dos comportamentos de professores e alunos em contexto de educação física;
- Uma área em desenvolvimento nas últimas décadas tem sido a observação de comportamentos de treinadores em contexto de treino e competição;
- Mais do que a quantidade de informação, o que parece contribuir para a percepção de desenvolvimento e evolução dos atletas é a qualidade da instrução transmitida pelo treinador;
- Os processos comunicacionais de diferentes treinadores em diferentes contextos devem ser analisados e avaliados em respeito pela cultura e aspectos sociais onde estes se verificam, pois determinados comportamentos de um treinador podem concorrer para o desenvolvimento dos seus atletas e obtenção de rendimento num determinado contexto cultural e o mesmo não se verificar noutro;
- Foram desenvolvidos vários sistemas de observação que possibilitaram o desenvolvimento de um corpo de conhecimento relativo ao comportamento de treinadores e atletas, como o ASUOI, RUCOI, CAIS, CBAS, SAPCI ou SOTA;
- Em contexto de treino a instrução parece representar o papel primordial em termos de comportamentos observáveis pelos treinadores;
- Parece haver uma preocupação por parte dos treinadores em elogiar relativamente mais do que criticar ou repreender os seus atletas/jogadores;
- O tipo de comportamentos e instrução observados em treinadores aparenta variar em função do desporto em causa, escalão e género dos praticantes, contexto cultural em que se insere e idiosincrasias do próprio treinador;
- Em competição os treinadores optam preferencialmente pelo silêncio, observando e analisando o que se passa no jogo, ou por instrução;

- Existem programas que possibilitam a modificação do comportamento do treinador, com particular incidência no tipo de instrução por este efectuado;
- Tecnologias audiovisuais e seu recente desenvolvimento parecem contribuir para uma melhor capacidade de comunicação dos treinadores com os atletas/jogadores, como a análise de vídeo por exemplo;
- As palestras em dia de jogo representam momentos importantes para o desenrolar da competição, com especial enfoque nas palestras pré-jogo e ao intervalo (ou *timeouts* nalgumas modalidades) no que ao jogo a disputar diz respeito, assumindo a palestra pós-jogo a possibilidade de finalizar a análise ao jogo efectuado e iniciar a preparação do seguinte;
- Há carência de estudos que investiguem o formato das palestras, o seu conteúdo e a percepção por parte dos atletas/jogadores, em diferentes escalões, géneros e desportos.

Referências

- Alix-Sy, D., Le Scanff, C. & Filaire, E. (2008). Psychophysiological responses in the pre-competition period in elite soccer players. *Journal of Sports Science and Medicine*, 7, 446-454.
- Becker, A.J. & Wrisberg, C.A. (2008). Effective coaching in action: observations of legendary collegiate basketball coach Pat Summitt. *The Sport Psychologist*, 22, 197-211.
- Bloom, G.A., Crumpton, R. & Anderson, J.E. (1999). A systematic observation study of the teaching behaviors of an expert basketball coach. *The Sport Psychologist*, 13, 157-170.
- Bloom, G.A., Durand-Bush, N. & Salmela, J.H. (1997). Pre- and postcompetition routines of expert coaches of team sports. *The Sport Psychologist*, 11, 127-141.
- Bloom, G.A., Schinke, R.J. & Salmela, J.H. (1997). The development of communication skills by elite basketball coaches. *Coaching and Sport Science Journal*, 2,3, 3-10.
- Bortoli, L., Bertollo, M., Messina, G., Chiariotti, R. & Robazza, C. (2010). Augmented feedback of experienced and less experienced volleyball coaches: a preliminary investigation. *Social Behavior and Personality*, 38(4), 453-460.
- Botelho, S., Mesquita, I. & Moreno, M.P. (2005). A intervenção verbal do treinador de voleibol na competição. Estudo comparativo entre equipas masculinas e femininas dos escalões de formação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 2(V), 174-183.
- Breakey, C., Jones, M., Cunningham, C. & Holt, N. (2009). Female athletes' perceptions of a coach's speeches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4, 489-504.
- Brewer, C.J. & Jones, R.L. (2002). A five-stage process for establishing contextually valid systematic observation instruments: the case of Rugby Union. *The Sport Psychologist*, 16, 138-159.
- Buszard, T., Farrow, D. & Kemp, J. (2013). Examining the influence of acute instructional approaches on the decision-making performance of experienced team field sport players. *Journal of Sports Sciences*, 31(3), 238-247.
- Carson, M. (2013). *The Manager. Inside the minds of football's leaders*. (1ªed.). Bloomsbury.
- Chase, M.A., Feltz, D.L., Hayashi, S.W. & Hepler, T.J. (2005). Sources of coaching efficacy: the coaches' perspective. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 3:1, 27-40.
- Claxton, D.B. (1988). A systematic observation of more and less successful high school tennis coaches. *Journal of Teaching in Physical Education*, 7, 302-310.

- Cloes, M., Delhaes, J-P. & Piéron, M. (1993). Analyse des comportements d'entraîneurs de volley-ball pendant des rencontres officielles. *Sport*, 141(1), 16-25.
- Cook, C. & Crewther, B.T. (2012). The effects of different pre-game motivational interventions on athlete free hormonal state and subsequent performance in professional rugby union matches. *Physiology & Behavior*, 106, 683-688.
- Crewther, B.T. & Cook, C.J. (2012). Effects of different post-match recovery interventions on subsequent athlete hormonal state and game performance. *Physiology & Behavior*, 106, 471-475.
- Cruz, J., Torregrosa, M., Sousa, C., Mora, A. & Viladrich, C. (2010). Efectos conductuales de programas personalizados de asesoramiento a entrenadores en estilo de comunicación y clima motivacional. *Revista Psicología del Deporte*, 20(1), 179-195.
- Culver, D.M. & Trudel, P. (2000). Coach-athlete communication within an elite alpine ski team. *Journal of Excellence*, 3, 28-54.
- Cushion, C., Harvey, S., Muir, B. & Nelson, L. (2012). Developing the coach analysis and intervention system (CAIS): establishing validity and reliability of a computerized systematic observation instrument. *Journal of Sports Sciences*, 30(2), 203-218.
- Emery, U. & Cubeiro, J.C. (2012). *Mentalidad ganadora. El método Emery. Los secretos del entrenador más eficiente para lograr el éxito.* (1ªed.). Temas de hoy.
- Frey, M. (2007). College coaches' experiences with stress—"problem solvers" have problems, too. *The Sport Psychologist*, 21, 38-57.
- Gallimore, R. & Tharp, R. (2004). What a coach can teach a teacher, 1975-2004: reflections and reanalysis of John Wooden's teaching practices. *The Sport Psychologist*, 18, 119-137.
- Gearity, B.T. (2012). Poor teaching by the coach: a phenomenological description from athletes' experience of poor coaching. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 17:1, 79-96.
- Gilbert, W.D., Gilbert, J.N. & Trudel, P. (2001). Coaching strategies for youth sports: part 1: athlete behavior and athlete performance. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 72:4, 29-33
- .
- Gilbert, W., Trudel, P., Gaumont, S. & Larocque, L. (1999). Development and application of an instrument to analyse pedagogical content interventions of ice hockey coaches. *Sociology of Sport Online*, 2(2). Recuperado em 6 fevereiro, 2014, de: <http://physed.otago.ac.nz/sosol/v2i2/v2i2a2.htm>
- Goldschmied, N., Nankin, M. & Cafri, G. (2010). Pressure kicks in the NFL: an archival exploration into the development of time-outs and other environmental correlates. *The Sport Psychologist*, 18, 300-312.

- Gómez, M.A., Jiménez, S., Navarro, R., Lago-Penas, C. & Sampaio, J. (2011). Effects of coaches' timeouts on basketball teams' offensive and defensive performances according to momentary differences in score and game period. *European Journal of Sport Science*, 11(5), 303-308.
- Gómez, V.C., Luján, J.F.G. & Santamaría, C.G. (2013). Relationship between score and coaches' verbal behavior. *Journal of Human Sport & Exercise*, 8, 728-737.
- Gonzalez, S.P., Metzler, J.N. & Newton, M. (2011). The influence of a simulated 'pep talk' on athlete inspiration, situational motivation, and emotion. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 6, 445-460.
- Gould, D., Collins, K., Lauer, L. & Chung, Y. (2007). Coaching life skills through football: a study of award winning high school coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19:1, 16-37.
- Guzmán, J.F. & Calpe-Gómez, V. (2012). Preliminary study of coach verbal behavior according to game actions. *Journal of Human Sport & Exercise*, 7, 376-382.
- Hagiwara, H. & Wolfson, S. (2013). Attitudes towards soccer coaches' use of punishment in Japan and England: a cross-cultural study. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11:1, 57-69.
- Hansen, B., Gilbert, W. & Hamel, T. (2003). Successful coaches' views on motivation and motivational strategies. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 74:8, 45-48.
- Holtz, L. (2005). *Winning everyday: the game plan for success*. (1ªed.). First Collins Business.
- Horn, T.S., Bloom, P., Berglund, K.M. & Packard, S. (2011). Relationship between collegiate athletes' psychological characteristics and their preferences for different types of coaching behavior. *The Sport Psychologist*, 25, 190-211.
- Howell, J.L. & Giuliano, T.A. (2011). The effect of expletive use and team gender perceptions of coaching effectiveness. *Journal of Sport Behavior*, 34, 69-81.
- Jackson, P. (2005). *The last season: a team in search for its soul*. (1ªedição). Penguin Books.
- Kenow, L & Williams, J.M. (1999). Coach-athlete compatibility and athlete's perception of coaching behaviors. *Journal of Sport Behavior*, 22:2, 251-259.
- Kirschenbaum, D.S. & Smith, R. (1983). A preliminar study of sequencing effects in simulated coach feedback. *Journal of Sport Psychology*, 5, 332-342.
- Kristiansen, E., Murphy, D. & Roberts, G.C. (2012). Organizational stress and coping in U.S. professional soccer. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24:2, 207-223.
- Krzyzewski, M. & Phillips, D.T. (2001). *Leading with the heart: Coach K's successful strategies for basketball, business, and life*. (1ªed.). Business Plus.

- Krzyzewski, M. & Spatola, J.K. (2007). *Beyond Basketball. Coach K's keywords for success* (1ªed). Business Plus.
- Lacy, A.C. & Darst, P.W. (1984). Evolution of a systematic observation system: the ASU Coaching Observation Instrument. *Journal of Teaching in Physical Education*, 59-66.
- Lacy, A.C. & Darst, P.W. (1985). Systematic observation of behaviors of winning high school head football coaches. *Journal of Teaching in Physical Education*, 4, 256-270.
- LeCouteur, A. & Feo, R. (2011). Real-time communication during play: analysis of teammates' talk and interaction. *Psychology of Sport and Exercise*, 2, 124-134.
- Leo, F.M., García, T., Sánchez, P.A., Sánchez, D. & Gómez, F.R. (2010). Análisis de las diferencias en la conducta verbal entre entrenadores de fútbol con formación y sin formación universitaria en la iniciación deportiva. *Kronos*, 17, 81-88.
- Lorenzo, J., Navarro, R., Rivilla, J. & Lorenzo, A. (2013). The analysis of the basketball coach speech during the moments of game and pause in relation to the performance in competition. *Revista de Psicología del Deporte*, 22, 227-230.
- McArdle, S., Martin, D., Lennon, A. & Moore, P. (2010). Exploring debriefing in sports: a qualitative perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22:3, 320-332.
- Mesquita, I., Farias, C., Oliveira, G. & Pereira, F. (2009). A intervenção pedagógica sobre o conteúdo do treinador de futebol. *Revista brasileira de Educação Física e Esporte*, 23:1, 25-38.
- Mesquita, I., Rosado, A., Januário, N & Barroja, E. (2008). Athlete's retention of a coach's instruction before a judo competition. *Journal of Sports Science and Medicine*, 7, 402-407.
- Moreno, P., Moreno, A., Iglesias, A., García, L. & Del Villar, F. (2007). Effect of a mentoring through reflection program on the verbal behavior of beginner volleyball coaches: a case study. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 8(3), 12-24.
- Moreno, M.P., Santos, J.A., Ramos, L.A., Cervelló, E., Iglesias, D. & Del Villar, F. (2005). The efficacy of the verbal behaviour of volleyball coaches during competition. *Motricidad: European Journal of Human Movement*, 13, 55-69.
- Mouchet, A., Harvey, S. & Light, R. (2013). A study on in-match rugby coaches' communications with players: a holistic approach. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-18.
- Mouratidis, A., Lens, W. & Vansteenkiste, M. (2010). How you provide corrective feedback makes a difference: the motivating role of communicating in a autonomy-supporting way. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32, 619-637.
- Nelson, L.J., Potrac, P. & Groom, R. Receiving video-based feedback in elite ice-hockey: a player's perspective. *Sport, Education and Society*, 1, 1-22.

- Olusoga, P., Maynard, I., Hays, K. & Butt, J. (2012). Coaching under pressure: a study of Olympic coaches. *Journal of Sports Sciences*, 30:3, 229-239.
- Pacheco, R. (2005). *Segredos de Balneário* (2ªed.). Prime Books.
- Pain, M.A. & Harwood, C. (2007). The performance environment of the England youth soccer teams. *Journal of Sports Sciences*, 25:12, 1307-1324.
- Partington, M. & Cushion, C. (2011). An investigation of the practice activities and coaching behaviors of professional top-level youth soccer coaches. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 1-9.
- Pina, R. & Rodrigues, J. (1999). "Análise da instrução na competição em voleibol", in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº6. F.M.H.-Serviço de Edições. Lisboa. pp 45-53.
- Pina, R. & Rodrigues, J. (1997). "Análise do comportamento do treinador em competição. Estudo dos episódios de informação em voleibol", in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº5. F.M.H.-Serviço de Edições. Lisboa. pp 71-89.
- Potrac, P., Jones, R. & Armour, K. (2002). 'It's all about getting respect': the coaching behaviors of an expert english soccer coach. *Sport, Education and Society*, 7:2, 183-202.
- Potrac, P., Jones, R. & Cushion, C. (2007). Understanding power and the coach's role in professional English soccer: a preliminary investigation of coach behavior. *Soccer and Society*, 8(1), 33-49.
- Rodrigues, J., Rosado, A., Sarmiento, P., Ferreira, V. & Veiga, A.L. (1997). "O sistema de observação do comportamento do treinador e do atleta (SOTA). Estudo ilustrativo em natação e voleibol", in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº1,2 e 3. F.M.H.-Serviço de Edições (2ªedição). Lisboa. pp 11-24.
- Rosado, A. & Mesquira, I. (2009). "Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução", in Pedagogia do Desporto, edições FMH. Cruz Quebrada. pp. 69-130.
- Rosado, A., Palma, N., Mesquita, I. & Moreno, M.P. (2007). Percepción de los jugadores de fútbol, de distinto nivel, sobre sus entrenadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 16, 151-165.
- Rupert, T. & Buschner, C. (1989). Teaching and coaching: a comparison of instructional behaviors. *Journal of teaching in physical education*, 9, 49-57.
- Sampaio, J., Lago-Peñas, C. & Gómez, M.A. (2013). Brief exploration of short and mid-term timeout effects on basketball scoring according to situational variables. *European Journal of Sport Science*, 13(1), 25-30.
- Smith, D., Kilgo, J. & Jenkins, S. (2002). *A coach's life*. (1ªed.). Random House.

- Smith, M. & Cushion, C.J. (2006). An investigation of the in-game behaviours of professional, top-level youth soccer coaches. *Journal of Sports Sciences*, 24:4, 355-366.
- Smith, R.E., Smoll, F.L. & Hunt, E.B. (1977). A system for the behavioral assessment of athletic coaches. *Research Quarterly*, 48, 401-407.
- Stein, J., Bloom, G.A. & Sabiston, C.M. (2012). Influence of perceived and preferred coach feedback on youth athletes' perceptions of team motivational climate. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 484-490.
- Stewart, C. & Owens, L. (2011). Behavioral characteristics of 'favorite' coaches: implications for coach education. *The Physical Educator*, 1, 90-97.
- Stirling, A.E. & Kerr, G.A. (2013). The perceived effects of elite athletes' experiences of emotional abuse in the coach-athlete relationship. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11:1, 87-100.
- Surujlal, J. & Dhurup, M. (2012). Athlete preference of coach's leadership style. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance*, 18(1), 111-121.
- Tharp, R.G. & Gallimore, R. (1976). Basketball's John Wooden: what a coach can teach a teacher. *Psychology Today*, 9(8), 74-78.
- Thelwell, R.C., Weston, N.J.V., Greenlees, I.A. & Hutchings, N.V. (2008). Stressors in elite sport: a coach perspective. *Journal of Sports Sciences*, 26:9, 905-918.
- Torregrosa, M., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F. & Cruz, J. (2008). El clima motivacional y el estilo de comunicación del entrenador como predictores del compromiso en futbolistas jóvenes. *Psicothema*, 20(2), 254-259.
- Vargas-Tonsing, T.M. (2009). The effects of coaches' pre-game speeches on athletes' perceptions of self-efficacy and emotion. *Journal of Sport Behavior*, 32, 92-111.
- Vargas-Tonsing, T.M. & Guan, J. (2007). Athletes' preferences for informational and emotional pre-game speech content. *International Journal of Sports Sciences and Coaching*, 2, 171-180.
- Vargas-Tonsing, T.M. & Bartholomew, J.B. (2006). An exploratory study of the effects of pre-game speeches on team efficacy. *The Journal of Applied Social Psychology*, 36, 918-933.
- Wooden, J. & Jamison, S. (2005). *Wooden on leadership*. (1ªed.). McGraw-Hill.
- Wooden, J. & Tobin, J. (2004). *They call me coach*. (1ªed.). McGraw-Hill.
- Zeng, Z.H., Leung, R.W., Bian, W. & Liu, W.H. (2009). The differences in coaching behaviors between individual and team sports at college varsity level. *Asian Journal of Physical Education & Recreation*, 15(2), 35-43.

Zetou, E., Amprasi, E., Michalopoulou, M. & Aggelousis, N. (2011). Volleyball coaches behavior assessment through systematic observation. *Journal of Human Sport and Exercise*, 6, 585-593.

Método Geral

Historicamente, o comportamento do treinador tem sido o objecto de estudo mais investigado no âmbito do treino desportivo, com particular enfoque nos treinadores de jovens (Gilbert & Rangeon, 2011).

Vários autores defendem o valor das metodologias qualitativas como abordagem alternativa às metodologias de investigação tradicionais (Culver, Gilbert & Trudel, 2003), tendo nas últimas décadas aumentado progressivamente as investigações por intermédio de estudos de caso único, sendo considerados pertinentes na avaliação de intervenções no desempenho desportivo quer em contexto de treino quer em competição (Martin, Thompson & Regehr, 2004).

Não se tratando da única metodologia legítima para a realização de investigação, a metodologia qualitativa possibilita a compreensão total das experiências de uma pessoa, algo que nem sempre é possível e aconselhável através do uso de números (Munroe-Chandler, 2005).

Neste contexto, no que se refere aos estudos empíricos, utilizámos uma metodologia de investigação qualitativa de estudo de caso único com observação participante, baseado na observação das comunicações verbais de um treinador em diferentes contextos de intervenção.

Participantes

Foram analisadas as palestras em dia de jogo do treinador da Selecção Nacional Sub21 de Portugal que disputou a qualificação para o Europeu Sub21 2015 na República Checa.

Amostra

Foram analisadas um total de 27 palestras em dia de jogo, 9 pré-jogo, 9 ao intervalo e 9 pós-jogo.

Instrumento

O instrumento de registo e categorização da informação utilizado foi uma adaptação do *Systematic Analysis of Pedagogical Content Interventions* (SAPCI) (Gilbert, Trudel, Gaumont & Larocque, 1999) e do Sistema de Observação do Treinador e do Atleta (SOTA)

(Rodrigues, Rosado, Sarmiento, Ferreira & Veiga, 1997) para a análise sistemática do conteúdo das palestras do treinador.

A adaptação do SAPCI e do SOTA advém não apenas da busca de maior quantidade de informação, mas também da necessidade expressa por Potrac, Brewer, Jones, Armour e Hoff (2000) quando referem a pertinência de considerar as especificidades culturais, e não só, de cada desporto aquando da elaboração e desenvolvimento de um sistema de observação.

A adaptação do SAPCI prendeu-se, essencialmente, à dimensão “O quê?” tendo-nos socorrido de Castelo (2009) para a definição de categorias específicas do Futebol, e à dimensão “Como?” onde utilizámos referências do *Sistema de Observação do Comportamento do Treinador* (SOTA) (Rodrigues, Rosado, Sarmiento, Ferreira & Veiga, 1997).

Na dimensão “O quê?” utilizámos 10 categorias, 14 sub-categorias, 33 sub-sub-categorias e 14 sub-sub-sub-categorias, ao passo que o SAPCI preconiza 4 categorias, 6 sub-categorias e 28 códigos (sub-sub-categorias).

Na dimensão “Quando?” utilizámos 3 categorias – pré-jogo, intervalo e pós-jogo – sendo que o SAPCI engloba 2 categorias – em acção e não em acção.

Na dimensão “A quem?” utilizámos 4 categorias, 13 sub-categorias e 7 sub-sub-categorias, enquanto o SAPCI considera 3 categorias.

Na dimensão “Como?”, em vez de utilizarmos as 7 categorias do SAPCI que considerámos mais vocacionadas para a análise do *feedback*, socorremo-nos das 8 categorias do SOTA.

Sistema de Observação (adaptado do SAPCI e do SOTA para o Futebol)

Dimensão “O quê?”

Categoria Técnica

As técnicas individuais são definidas como as habilidades fundamentais requeridas para jogar o jogo.

Consideramos como sub-categorias as acções individuais ofensivas e as acções individuais defensivas.

Acções Individuais Ofensivas (acções técnicas que o jogador executa quando em posse de bola).

- Recepção/controlo de bola

Acção técnico-táctica efectuada por um jogador, visando o controlo ou domínio da bola, que a recebe dos companheiros (passe) ou dos adversários (intercepção). Em última análise, a recepção é determinada pelo primeiro toque na bola realizado pelo jogador quando intervém sobre esta.

- Condução da bola

Acção técnico-táctica de um jogador que visa o deslocamento controlado da bola no espaço de jogo.

- Protecção da bola

Todo o comportamento do atacante na posse da bola (quer em movimento ou não), por forma a resguardá-la de qualquer intervenção do(s) adversário(s) directo(s).

- Drible/finta

Acção técnico-táctica de ultrapassar o adversário directo, com a bola perfeitamente controlada. A diferença entre estas duas acções técnico-tácticas diz respeito ao contacto físico, sendo este no drible mais premente, enquanto na finta o jogador atacante ladeia o adversário directo.

- Simulação

Acção técnico-táctica realizada por qualquer segmento corporal, visando provocar o desequilíbrio momentâneo ou ludibriar o adversário directo, isto é, simular que vai executar uma acção para um lado mudando, bruscamente, para outra direcção.

- Passe

Acção técnico-táctica de relação de comunicação material estabelecida entre dois jogadores da mesma equipa, sendo a acção de relação colectiva mais simples de observar e executar.

- Cruzamento

Acção técnico-táctica exercida pelo jogador sobre a bola fazendo esta passar de um corredor de jogo para outro e/ou de um sector de jogo para outro, com o objectivo de possibilitar uma acção de finalização por parte de um colega de equipa.

- Lançamento da linha lateral

Acção técnica de reposição da bola em jogo, executado com as mãos, que deriva da saída da bola pelas linhas laterais do terreno de jogo.

- Cabeceamento

Acção técnico-táctica de intervir sobre a bola com a cabeça.

- Remate

Acção técnico-táctica exercida pelo jogador sobre a bola com o objectivo de a introduzir na baliza adversária.

- Técnica do guarda-redes

Acções técnico-tácticas específicas executadas pelos guarda-redes durante o processo ofensivo da equipa.

Acções Individuais Defensivas (acções técnicas que o jogador executa quando não está em posse de bola).

- Desarme

Acção técnico-táctica efectuada pela defesa procurando interferir sobre a mesma respeitando as Leis do jogo, na luta directa com o atacante que detém a bola.

- Intercepção

Acção técnico-táctica que consiste no apoderar da bola por parte do jogador ou em repeli-la quando esta é tocada em direcção à sua própria baliza (intercepção de um remate) ou entre dois adversários (intercepção de um passe).

- Carga

Acção exercida por dois jogadores que procuram o contacto físico em zonas do corpo permitidas pelas leis do jogo, aquando da luta directa pela posse da bola.

- Cabeceamento

Acção técnico-táctica de intervir sobre a bola com a cabeça.

- Técnica do guarda-redes

Acções técnico-tácticas específicas executadas pelo guarda-redes durante o processo defensivo da sua equipa.

Categoria Táctica

Refere-se às acções individuais ou colectivas dos jogadores numa equipa, organizadas, coordenadas e unificadas racionalmente com o objectivo de ganhar vantagem sobre o adversário. Consideramos como sub-categorias a constituição da equipa e caracterização

do plantel, o modelo de jogo, as acções colectivas ofensivas, e as acções colectivas defensivas.

Constituição da equipa e caracterização do plantel

Refere-se à informação verbal transmitida pelo Treinador em relação aos jogadores que irão jogar inicialmente, que iniciarão como suplentes ou que ficarão fora da ficha de jogo. Refere-se, também, à qualidade do plantel e posições/funções a ocupar no terreno de jogo.

Modelo de jogo

- Sistema tático

Refere-se à informação verbal transmitida pelo Treinador aos jogadores relativamente ao sistema tático a utilizar pela equipa.

- Organização ofensiva

Refere-se à informação verbal transmitida pelo Treinador aos jogadores relativamente ao momento de jogo organização ofensiva, no qual a equipa está em posse da bola, com respeito pelos princípios e sub-princípios de jogo da equipa.

- Transição ofensiva

Refere-se à informação verbal transmitida pelo Treinador aos jogadores relativamente ao momento de jogo transição defensiva, no qual a equipa recupera a posse da bola, com respeito pelos princípios e sub-princípios de jogo da equipa.

- Organização defensiva

Refere-se à informação verbal transmitida pelo Treinador aos jogadores relativamente ao momento de jogo transição defensiva, no qual a equipa está sem a posse da bola, com respeito pelos princípios e sub-princípios de jogo da equipa.

- Transição defensiva

Refere-se à informação verbal transmitida pelo Treinador aos jogadores relativamente ao momento de jogo transição defensiva, no qual a equipa perde a posse da bola, com respeito pelos princípios e sub-princípios de jogo da equipa.

- Esquemas Tácticos Ofensivos

Soluções estereotipadas, previamente estudadas e treinadas, para as situações de bola parada (livres, pontapés de saída, de canto, lançamento da linha lateral, etc.). Representam uma forma de combinação táctica, ou seja, a coordenação das acções individuais de vários jogadores de natureza ofensiva, visando assegurar as condições mais favoráveis para a concretização imediata do golo durante as fases fixas do jogo.

Pontapé de canto

Livre lateral

Livre frontal

Penalty

Lançamento de linha lateral

Pontapé de baliza

Pontapé de saída

- Esquemas táticos defensivos

Soluções adaptadas para as situações de bola parada (livres, pontapés de baliza, de canto, entre outros). Representam a coordenação de acções individuais e colectivas de vários jogadores de natureza defensiva que visam assegurar as condições mais favoráveis à protecção máxima da baliza e à recuperação da posse da bola durante as partes fixas do jogo.

Pontapé de canto

Livre lateral

Livre frontal

Penalty

Lançamento de linha lateral

Pontapé de baliza

Pontapé de saída

Acções colectivas ofensivas

- Deslocamentos ofensivos

Comportamentos técnico-táticos individuais e colectivos desenvolvidos no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos do ataque, que visam assegurar em última análise a cooperação e a coerência dinâmicas da movimentação, dentro do método ofensivo preconizado pela equipa, para o cumprimento dos objectivos fundamentais do ataque (finalização e progressão ou manutenção).

- Compensações/desdobramentos ofensivos

Acções técnico-táticas individuais e colectivas desenvolvidas no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos do ataque, que visam assegurar constantemente a ocupação racional do terreno, assumindo posições e missões táticas dos companheiros que num certo momento do jogo estão envolvidos na realização de outras funções. A compensação consubstancia a ocupação de um espaço de jogo deixado livre por um companheiro que num certo momento se integrou directamente no processo ofensivo. O

desdobramento ofensivo (permutação) consubstancia a retoma, o mais rápida possível, da posição e missão específica de base do jogador que ajudou por parte do jogador que foi ajudado, após a acção ofensiva ter terminado, cumprindo esta função com pleno sentido de responsabilidade.

- **Combinações Táticas**

Coordenação das acções individuais de natureza ofensiva, de dois ou três jogadores, desenvolvidas no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos do ataque, visando a resolução de uma tarefa parcial (temporária) específica do jogo, assegurando a criação de condições mais favoráveis (analogamente aos deslocamentos ofensivos) em termos numéricos, espaciais temporais.

- **Cortinas/ecrãs**

Combinações táticas especiais, desenvolvidas no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos do ataque e das leis do jogo, por um ou mais jogadores que se posicionam por forma a perturbar a leitura táctica da situação e, conseqüentemente, o comportamento defensivo dos adversários directos. Os ecrãs diferem das cortinas na medida em que consubstanciam um maior tempo durante o qual os defesas estão sujeitos aos efeitos desta acção.

- **Temporização**

Acções técnico-tácticas individuais e colectivas de natureza ofensiva desenvolvidas no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos do ataque, visando assegurar as condições mais favoráveis, ganhando o tempo suficiente, ao cumprimento dos objectivos tácticos momentâneos (temporários) da equipa.

Acções colectivas defensivas

- **Deslocamentos defensivos**

Comportamentos técnico-tácticos individuais e colectivos desenvolvidos no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos da defesa, visando assegurar em última análise a cooperação e coerência dinâmica da movimentação dentro do método defensivo, preconizado pela equipa para o cumprimento dos objectivos fundamentais da defesa (defesa da baliza/recuperação da posse da bola).

- **Compensações/desdobramentos defensivos**

Acções técnico-tácticas individuais e colectivas desenvolvidas no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos da defesa, que visam assegurar constantemente a ocupação racional do terreno, cobrindo ou ocupando espaços, e assumindo posições e

missões tácticas de companheiros que num certo momento estão envolvidos na realização de outras funções.

- Dobras

Combinações tácticas que representam a coordenação das acções individuais de dois jogadores de natureza defensiva, desenvolvidas no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos defensivos, que visam assegurar a resolução de uma tarefa parcial (temporária) específica do jogo, com um jogador a apoiar defensivamente o colega em contenção ou assumindo este princípio no momento em que o colega é ultrapassado pelo adversário.

- Temporização

Acções técnico-tácticas individuais e colectivas de natureza defensiva, desenvolvidas no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos da defesa que visam o retardamento da progressão do processo ofensivo adversário com vista ao cumprimento dos objectivos da defesa.

- Cortinas/ecrãs

Acções técnico-tácticas individuais e colectivas desenvolvidas no absoluto respeito dos princípios gerais e específicos da defesa e das leis do jogo, desenvolvidas por um ou mais jogadores que se posicionam por forma a perturbar a acção dos atacantes, estabelecendo uma protecção eficiente da própria baliza e dos comportamentos do companheiro que recupera a posse da bola.

Categoria Energético-funcional

Todas as instruções verbais do Treinador centradas sobre o desempenho físico quer do ponto de vista do tipo de esforço solicitado quer das capacidades motoras mobilizadas do atleta e da equipa.

Categoria Psicológica

Todas as instruções verbais do Treinador centradas sobre aspectos pessoais, sócio-afectivos e relacionais do atleta e da equipa.

Categoria Equipa Adversária

Caracterização Geral

Todas as instruções verbais do Treinador centradas em aspectos tácticos, técnicos, físicos ou psicológicos da equipa adversária na generalidade.

Caracterização Sub-Grupo de Jogadores

Todas as instruções verbais do Treinador centradas em aspectos tácticos, técnicos, físicos ou psicológicos de sub-grupos de jogadores da equipa adversária.

Caracterização Jogador Individual

Todas as instruções verbais do Treinador centradas em aspectos tácticos, técnicos, físicos ou psicológicos de jogadores da equipa adversária.

Outras Dominantes

Todas as instruções verbais do Treinador centradas em aspectos de contexto de jogo, leis do jogo, equipa de arbitragem ou resultado desportivo referentes a jogos da equipa adversária.

Categoria Outras dominantes do rendimento desportivo

Refere-se às informações transmitidas verbalmente pelo Treinador acerca de aspectos que se relacionam com a competição mas que não são directamente relativas à própria equipa ou à equipa adversária. Consideramos como sub-categorias o contexto do jogo, as leis do jogo, a equipa de arbitragem, e o resultado desportivo.

Contexto do jogo

Refere-se às informações transmitidas verbalmente pelo Treinador acerca da importância que o jogo (competição) encerra em termos classificativos ou da competição a preparar, do terreno de jogo, das condições climatéricas, do comportamento dos espectadores, e do momento do jogo.

Leis do Jogo

Refere-se às informações transmitidas verbalmente pelo Treinador relativamente às leis do jogo de Futebol.

Equipa de arbitragem

Refere-se às informações transmitidas verbalmente pelo Treinador acerca da equipa de arbitragem e comportamentos a ter pelos jogadores em relação a esta.

Resultado desportivo

Refere-se às informações transmitidas verbalmente pelo Treinador acerca do resultado desportivo alcançado ou a alcançar no jogo (competição).

Categoria Gestão da Sessão

Refere-se às informações verbais transmitidas pelo Treinador aos jogadores ou a qualquer outro elemento (da equipa técnica, staff técnico, entre outros) que se encontre na palestra (reunião) com o objectivo de gerir a sessão (início e fim da sessão, por exemplo) e os comportamentos adequados (postura e comportamentos que não estejam em conformidade com a atenção necessária ao que o Treinador pretende transmitir, por exemplo).

Categoria Outros

Refere-se a outras informações transmitidas verbalmente pelo Treinador que não se incluem nas categorias precedentes.

Categoria Sem Conteúdo

Refere-se a informações transmitidas verbalmente pelo Treinador cujo conteúdo, sendo possível transcrever, não é claro.

Categoria Indeterminado

Refere-se a informações transmitidas verbalmente pelo Treinador que não se conseguem transcrever.

Dimensão “A quem?”

Categoria Equipa

Refere-se às informações transmitidas verbalmente pelo Treinador a todos os jogadores da equipa.

Categoria Sub-grupo de jogadores

Refere-se às informações transmitidas verbalmente pelo Treinador a um conjunto de jogadores, pertencentes a um mesmo sector ou zona do campo de jogo. Consideramos como sub-categorias os guarda-redes, os defesas (subdivididos em centrais e em laterais), os médios (subdivididos em defensivos, em interiores e em ofensivos), os avançados (subdivididos em extremos e avançados), e outros (jogadores com relação em termos do modelo de jogo como, por exemplo, um defesa lateral e um médio interior).

Guarda-redes

Defesas

- Defesas centrais
- Defesas laterais

Médios

- Defensivos
- Interiores
- Ofensivos

Avançados

- Extremos
- Avançados

Outros

Categoria Jogador Individual

Refere-se às informações transmitidas verbalmente pelo Treinador a um só jogador. Consideramos como sub-categorias o guarda-redes, o defesa-lateral, o defesa-central, o médio defensivo, o médio interior, o médio ofensivo, o extremo, e o avançado.

- Guarda-redes
- Defesa lateral
- Defesa central
- Médio defensivo
- Médio interior
- Médio ofensivo
- Extremo
- Avançado

Categoria Outros

Refere-se às informações transmitidas verbalmente pelo Treinador a um elemento da equipa técnica, staff ou outro que não a um jogador, sub-grupo de jogadores ou equipa.

Dimensão “Como?”

Categoria Informação Avaliativa Positiva

O Treinador avalia a prestação do(s) jogador(es) ou da equipa de uma forma simples, não especificando pormenores sobre a avaliação. A expressão utilizada assume carácter positivo e reflecte uma aprovação.

Categoria Informação Avaliativa Negativa

O Treinador avalia a prestação do(s) jogador(es) ou da equipa de uma forma simples, não especificando pormenores sobre a avaliação. A expressão utilizada assume um carácter negativo e reflecte uma desaprovação.

Categoria Informação Prescritiva

O Treinador transmite ao(s) jogador(es) ou à equipa a forma como devem efectuar qualquer tarefa ou função em futuras execuções, propondo um novo comportamento, referindo e justificando os critérios de êxito e/ou erros a não efectuar.

Categoria Informação Descritiva

O Treinador transmite ao(s) jogador(es) ou à equipa a forma como realizaram determinada função ou tarefa, ou transmite informação sobre como os jogadores ou equipa adversária realizaram determinada função ou tarefa. O treinador transmite aos jogadores informações relativamente ao que espera que aconteça em determinada momento ou competição.

Categoria Questionamento

O Treinador formula questões relacionadas com a natureza dos objectivos do jogo, ou qualquer outro aspecto relacionado com as demais categorias como, por exemplo, o estado físico (categoria energético-funcional) do(s) atleta(s).

Categoria Encorajamento/Pressão

O Treinador estimula o(s) jogador(es) levando-o(s) a intensificar(em) o(s) seu(s) esforço(s) aumentando o empenhamento em determinada acção ou momento da competição.

Categoria Afectividade Positiva

O Treinador intervém verbalmente de modo a demonstrar satisfação com o comportamento do(s) jogador(es). Daí, elogia, apresenta o jogador como exemplo, entre outros.

Categoria Afectividade Negativa

O Treinador intervém verbalmente de modo a demonstrar insatisfação com o comportamento do(s) jogador(es) ou equipa, criticando.

Fiabilidade Intra-observador

Testámos a fiabilidade intra-observador verificando a percentagem de acordos intra-observador a partir da fórmula de Bellack (Van der Mars, 1989), com um intervalo de 30 dias.

Foram observadas 297 unidades de informação correspondentes a 10,6% da amostra total de 2807 unidades de informação, valor mínimo estipulado pela literatura (Tabachnick & Fidell, 1989).

Os valores obtidos encontraram-se dentro dos limites referenciados na literatura da especialidade (Van Der Mars, 1989), ou seja, a percentagem de acordos foi superior a 80%.

Para as dimensões “A quem?” e “Quando?” a percentagem de acordos foi de 100%, para a dimensão “Como?” a percentagem foi de 96% e para a dimensão “O quê?” foi de 97%.

Tabela 1 Fiabilidade Intra-observador

Dimensões e Categorias	Fiabilidade Intra-observador
Dimensão "COMO?"	95,96%
<i>Afectividade Negativa</i>	99,33%
<i>Afectividade Positiva</i>	99,33%
<i>Encorajamento/Pressão</i>	100%
<i>Informação Avaliativa Negativa</i>	99,66%
<i>Informação Avaliativa Positiva</i>	99,66%
<i>Informação Descritiva</i>	98,32%
<i>Informação Prescritiva</i>	99,66%
<i>Questionamento</i>	100%
Dimensão "O QUÊ?"	97,30%
<i>Categoria Equipa Adversária</i>	99,66%
<i>Categoria Física</i>	100%
<i>Categoria Gestão da Sessão</i>	99,66%
<i>Categoria Outras Dominantes</i>	100%
<i>Categoria Outros</i>	98,99%
<i>Categoria Psicológica</i>	99,33%
<i>Categoria Tática</i>	99,66%
<i>Categoria Técnica</i>	100%
<i>Indeterminado</i>	100%
<i>Sem Conteúdo</i>	97,30%
Dimensão "A QUEM?"	100%
<i>Categoria Equipa</i>	100%
<i>Categoria Jogador Individual</i>	100%
<i>Categoria Outros</i>	100%
<i>Categoria Sub-Grupo de Jogadores</i>	100%
Dimensão "QUANDO?"	100%
<i>Pré-jogo</i>	100%
<i>Intervalo</i>	100%
<i>Pós-jogo</i>	100%

Procedimentos

Contactámos o Seleccionador Nacional da Selecção Sub21 de Portugal com vista a elucidar acerca dos objectivos e metodologia da investigação aqui detalhada, tendo obtido a permissão e o consentimento informado para a realização da investigação proposta.

De seguida, efectuámos um questionário demográfico tendo obtido as seguintes referências: o treinador jogou futebol profissional, tendo sido internacional pelo seu país; tem o 12º ano de escolaridade; no início da investigação tinha 40 anos de idade; possui o curso de treinadores UEFA PRO; é treinador desde a época 2006-2007; treina a selecção nacional sub21 desde a época 2010-2011.

Posteriormente definimos a calendarização das observações a realizar a partir do começo da época 2013-2014 em Agosto de 2014, procurando recolher o maior número de palestras possível durante a fase de qualificação, que para a Selecção em questão decorreu de Setembro de 2013 a Setembro de 2014.

A recolha das informações transmitidas nas palestras foi efectuada com o recurso a uma câmara de filmar Sony HDR-PJ260VE.

De referir que a recolha de dados por intermédio de vídeo, portanto em condições ecológicas, não condicionou a acção ou intervenção do treinador em causa por se tratar de alguém que já tem as suas palestras filmadas desde a época 2008-2009 e pelo investigador.

Seguidamente procedemos à transcrição das palestras e divisão das informações transmitidas pelo Seleccionador Nacional em unidades de informação.

Procedemos à codificação das unidades de informação através da ficha de observação mencionada acima.

Análise dos Dados

Utilizámos o *software* de análise qualitativa MAXQDA 11 para a codificação e posterior análise das unidades de informação.

Efectuámos uma análise descritiva dos dados obtidos.

CAPÍTULO II

Estudo 1

As Palestras Pré-Jogo do Treinador de Futebol

Resumo

As palestras pré-jogo representam um espaço importante na preparação da competição, sendo o último momento ao dispor do treinador para transmitir mensagens num ambiente controlado.

Este estudo teve como objectivo analisar as palestras pré-jogo de um treinador de futebol no contexto de uma selecção nacional.

Foi utilizada uma metodologia de estudo de caso único com observação participante. A amostra consistiu num total de nove palestras pré-jogo, tendo sido analisadas as unidades de informação transmitidas pelo treinador através de um sistema de observação adaptado do SAPCI e do SOTA.

Os resultados obtidos demonstram que a duração média das palestras foi de cerca de 14 minutos, nos quais o treinador transmitiu uma média de 185 unidades de informação.

O treinador transmitiu preferencialmente mensagens de conteúdo tático, cerca de 40%, quase totalmente sobre o modelo de jogo da equipa, cerca de 95%, com particular enfoque nos esquemas táticos ofensivos e defensivos e no momento de organização ofensiva.

As mensagens relativas à equipa adversária representaram cerca de 15% da palestra.

O treinador dirigiu as suas mensagens predominantemente à equipa, em cerca de 68%, e o seu discurso foi feito essencialmente nas formas descritiva ou prescritiva, em cerca de 48% e 35% das vezes, respectivamente.

Palavras-Chave: prelecção pré-jogo, reunião de preparação, comunicação do treinador, relação treinador-atleta.

Abstract

The pre-match briefings represent an important place when it comes to the preparation of the competition, being the last moment at the coach's disposal in order to convey messages in a controlled environment.

This study aims to analyse a football coach's pre-match briefings in a national team context.

A single case study methodology was used with participant observation. The sample consisted of a total of nine pre-match briefings, having been analyzed the information units conveyed by the coach through an observation system adapted from SAPCI and SOTA.

Results show that the average duration of the briefings was circa 14 minutes, in which the coach conveyed an average of 185 information units.

The coach conveyed preferably tactical content messages, circa 40%, almost all of them regarding the team's model of play, circa 95%, with particular emphasis on offensive and defensive set-pieces and offensive organization.

Messages regarding the opposition team represented circa 15% of the briefing.

The coach directed his messages mainly to the whole team, circa 68%, and his speech was essentially made in a descriptive or prescriptive way, circa 48% and 35%, respectively.

Keywords: pre-match talk, pre-match team meeting, coach communication, coach-athlete relationship.

A comunicação ocupa um papel de destaque no contexto do treino desportivo, independentemente do género dos atletas, do seu escalão etário e do tipo de desporto, seja este individual ou coletivo.

Além de um papel de destaque, a comunicação assume posição crucial e fundamental para o sucesso ou insucesso de um correcto processo de treino ou competição.

No futebol, onde um treinador tem de gerir plantéis de mais de 20 jogadores jogando apenas 11 de cada vez com direito a um máximo de 3 substituições, a capacidade comunicacional é relevante não só na transmissão de informações referentes ao modelo de jogo que o treinador quer implementar e/ou a informações tático-estratégicas relativas aos adversários, mas também na própria gestão das emoções dos jogadores, quer pela definição clara de regras de funcionamento do grupo, motivação dos jogadores, entre outros.

Para Del Bosque, actual seleccionador AA de Espanha, a capacidade de comunicar é complicada de considerar na medida em que a mesma mensagem transmitida pelo treinador é recebida de diferentes formas pelos jogadores, assumindo que um treinador irá numas vezes ter sucesso a comunicar e noutras falhará (Riolo & Paillet, 2011).

No processo de comunicação Deschamps acredita que o acto de dizer não é suficiente, sendo as palavras escolhidas, a entoação e a emoção com que são proferidas crucial, estando a credibilidade do treinador em jogo quase todos os dias (Riolo & Paillet, 2011).

Frank Rijkaard promove uma analogia entre a vida quotidiana e o contexto desportivo, mais especificamente no caso do Futebol, observando que as pessoas são todas diferentes, derivando daqui a necessidade de avaliar os jogadores e procurar comunicar com cada um de forma que a mensagem a transmitir chegue da melhor forma (Cordobés, 2010a).

Segundo Deschamps, actual seleccionador de França, o importante na comunicação com os jogadores é repetir as mensagens utilizando certas palavras-chave que se mantenham constantes (Riolo & Paillet, 2011).

Leroy partilha desta opinião, crendo que a utilização destas permite passar mensagens de forma rápida, sendo necessário ao treinador o uso de um vocabulário adaptado a cada jogador porque estes não têm todos o mesmo acesso à linguagem do treinador, muitas vezes por motivo de possuírem distintas línguas maternas (Riolo & Paillet, 2011).

No Futebol o treinador tem a possibilidade de comunicar com os jogadores e intervir sobre o jogo, principalmente, em dois momentos que são a palestra antes do jogo e a palestra ao intervalo (Pacheco, 2005).

Com isto referimo-nos às possibilidades do treinador procurar causar impacto na sua equipa no sentido do resultado desejado na competição que se encontra a disputar, sendo que existe, também, outro momento importante que é a palestra depois do jogo que poderá influenciar o que vão ser os dias de treino e o jogo seguintes.

A palestra antes do jogo é o último momento anterior à competição que o treinador tem para motivar os seus jogadores, relembrar alguns aspectos que considere essenciais para o jogo em questão, optando predominantemente por um de dois distintos tipos de palestra ora mais emocional ora mais informacional, respectivamente.

No contexto de Selecção tanto o tempo para treinar como o tempo disponível para comunicar com os jogadores, transmitir-lhes mensagens, por intermédio de conversas individuais ou palestras, é bastante limitado, contrariamente ao que se verifica num contexto de Clube.

É importante, no dia do jogo, relembrar aos jogadores os aspectos essenciais, táticos e estratégicos, treinados para o jogo em causa e observados em sessões de vídeo de análise do adversário (Pacheco, 2005), sendo que no contexto de uma Selecção assume fulcral importância a escolha minuciosa e astuta das informações a serem transmitidas em todo este processo devido ao constrangimento temporal já abordado.

Pain e Hardwood (2007) num estudo com atletas e treinadores das selecções jovens de Futebol inglesas e cientistas do desporto, verificaram a importância do feedback e reflexão continuadas sobre o desempenho dos atletas pela parte destes e dos treinadores, verificando a necessidade de feedback específico sobre o desempenho sendo a falta de feedback percebido como algo negativo. Verificaram, igualmente, que a falta de informação relativa aos seus adversários era um dos grandes factores que influenciavam negativamente o seu desempenho.

Pain e Hardwood (2007) também verificaram como um dos aspectos negativos acerca do processo de treino a percepção de passagem de muito tempo em reuniões de preparação.

Relativamente às palestras pré-jogo e ao intervalo, Del Bosque considera que não se deve transmitir uma quantidade excessiva de informação aos jogadores, pois deve-se procurar ser o mais concreto possível para que a informação passada seja produtiva para os jogadores, de maneira a que estes não dispersem a sua atenção (Cordobés, 2010b).

Está claro, igualmente, para Del Bosque que antes dos jogos se tem de fazer referência aos mesmos, no entanto as rotinas de trabalho da equipa devem já estar assimilados e durante a semana ou dias que antecederem o jogo já se foram transmitindo informações pertinentes relativas a este (Cordobés, 2010b).

Para Capello, actual seleccionador da Rússia, o vídeo é o aspecto mais importante na preparação de um jogo, servindo igualmente para os treinos, pois permite confirmar certos aspectos e desbloquear determinadas situações (Riolo & Paillet, 2011).

Aproveitando esta visão acerca da utilização do vídeo e fazendo a ligação com o estudo de Nelson e colegas (2011), Groom, Cushion e Nelson (2011), numa investigação com treinadores das selecções nacionais de Futebol inglesas, verificaram que a apresentação de vídeos com análise de desempenho aos jogadores dependia de factores contextuais (ambiente social, treino e apresentação de filosofia, formato da apresentação, design da apresentação, e processo de apresentação), abordagem de apresentação (vídeos motivacionais, análise dos adversários, feedback do desempenho, modelação do desempenho, revisão do desempenho, e treino) e objectivo final pretendido (alteração de comportamento, facilitar a aprendizagem, melhorar a eficácia, e aumentar a motivação).

Entre os aspectos mencionados para cada uma das categorias acima referidas, ressaltamos a importância atribuída pelos treinadores à enorme atenção e cuidado com que se deve preparar o vídeo, se é dirigido a um jogador individualmente, grupo de jogadores ou à equipa inteira, a possibilidade de prover aos jogadores mais feedback sobre os seus desempenhos, a preocupação de não passar uma ideia errada relativamente à análise dos adversários por intermédio do processo de edição e selecção dos vídeos a mostrar, a relação entre as sessões de vídeo e a prática em termos de treino a que os jogadores são expostos, a possibilidade de melhorar a aprendizagem dos atletas alterando o seu comportamento através de um processo próximo de análise de vídeo e prática no terreno, e, por fim, a já abordada importância da confiança na relação treinador-atleta.

Segundo Leroy, apesar de tudo ser preparado antes de um jogo, devendo ser feita uma montagem de 8 a 10 minutos quando se prepara a análise de um jogo para abordar com

os jogadores com recurso aos vídeos, nada deve estar preparado no intervalo do jogo (Riolo & Paillet, 2011).

Aguirre, por seu lado, defende uma montagem de vídeo de 10 a 12 minutos, com uma compilação de acções regulares da equipa adversária no decurso dos jogos anteriores (Cordobés, 2010b).

Sven-Göran Eriksson, ex-seleccionador de Inglaterra, tem palestras com uma duração de entre 5 e 10 minutos antes de sair do hotel onde a equipa se encontra concentrada, focando em aspectos acerca do adversário, mais concretamente pontos fortes que a sua equipa deve acautelar e pontos a explorar (Grout & Perrin, 2004).

Consideramos pertinente mencionar o que diz Eriksson a este propósito visto que se reporta a um contexto, de selecção nacional, em análise neste estudo:

“I talk about our way to play, but it’s just for five or ten minutes, and it’s more or less a repetition of what I’ve done during practice. With the national team, when you have them together for two or three days, what you do is try to organize them. There’s not a lot of technical work because we don’t have time to do that. So the pre-match talk is repetition of what they should already know from practice. Then we go to the stadium, and just before the game starts I say a few words – just what’s importante. That depends on how I see the players looking. Are they concentrating? Are they white in the face? Are they nervous? So it depends.” (Grout & Perrin, 2004, p. 269).

De referir ainda que relativamente à comunicação dos jogadores que vão ou não jogar, Woods e Thatcher (2009) reportaram que a preparação própria dos jogadores suplentes para a competição era restringida por uma fraca comunicação com o treinador, ocorrendo incompreensão ou insatisfação por parte dos atletas ao não serem informados da sua posição relativamente ao jogo ou serem apenas alertados para isso a maioria das vezes uma hora antes do início do jogo, sendo sugerido pelos autores a reflexão acerca da comunicação com estes jogadores por forma a destes ser retirado o melhor rendimento.

Em estudos centrados nas palestras iniciais e nos momentos de pausa verificou-se que a instrução é predominantemente prescritiva, auditiva e dirigida à equipa, quer após a vitória quer após a derrota, sendo que quando perde o treinador emite maior quantidade de informação, mais avaliação negativa e é mais prescritivo, e existe dominância da

informação transmitida acerca do adversário, soluções táticas e componente psicológica (Pina & Rodrigues, 1997; Pina & Rodrigues, 1999).

Finalmente, abordamos a investigação de Pacheco (2005) centrada em treinadores de Futebol e nas palestras em dia de jogo destes, tendo verificado que a informação transmitida é essencialmente prescritiva, de dominante tático-estratégica, com particular enfoque nas táticas colectivas ofensiva e defensiva e na equipa adversária.

Os treinadores atribuem maior importância às variáveis relacionadas com a performance desportiva, o resultado desportivo e o contexto do jogo, nas outras dominantes do rendimento desportivo. Na dominante psicológica os treinadores enfatizam as capacidades volitivas, directamente relacionadas com a superação e o empenhamento, seguidas da auto-confiança e da concentração.

Castelo (2009) considera que a palestra pré-competitiva (ou reunião de preparação para a competição) representa o final da preparação para o jogo com a equipa adversária que se segue, sendo de cariz essencialmente teórico acerca das duas equipas.

Representa, desta forma, a última vez em que o treinador se dirige de forma sistematizada aos seus jogadores, procurando a afinação e compreensão por parte deste sobre a forma como irão aplicar o plano estratégico delineado e treinado.

A palestra pré-competitiva deve ocorrer num local que garanta boas condições de comunicação entre treinador e jogadores, que lhes seja familiar (obviamente nos jogos em casa), devendo o treinador socorrer-se de quadros, maquetas do campo de jogo com peças móveis, computador com projector, *tablets*, entre outros, para facilitar a transmissão e recepção das suas mensagens.

O treinador é o elemento responsável pela palestra, podendo ser coadjuvado pelos seus treinadores-adjuntos na apresentação ou explicação aos jogadores do que pretende abordar, devendo apenas participar nestas reuniões quem o faz de forma habitual, independentemente da importância do jogo, do valor do adversário e da situação da própria equipa.

A palestra deverá ocorrer entre 24 e 2 horas antes do início do jogo, e deverá ter uma duração ideal de 30 minutos, não devendo exceder os 45 minutos (Castelo, 2009).

A palestra deve, então, ser conceptualizada e preparada com antecedência, por forma a garantir um formato que assegure uma lógica para os jogadores, sabendo que existem jogadores cuja atenção se foca mais em aspectos auditivos, outros em visuais, outros até mais cinestésicos, ou seja, que necessitam de algum tipo de contacto (Santos, 2012).

Segundo Santos (2012) é importante iniciar a palestra captando a atenção de todos os jogadores para seguidamente o treinador transmitir as mensagens pretendidas.

Castelo (2009) propõe ainda uma metodologia para a conceptualização e operacionalização desta palestra, considerando que o treinador deve numa fase inicial e de forma rápida (2 a 4 minutos) abordar questões organizativas referentes ao jogo, seguida de aspectos tático-estratégicos (contexto do jogo, caracterização do árbitro, caracterização da equipa adversária, plano estratégico da sua equipa, comparar as duas equipas, prever posições mudanças que ocorram na equipa adversária e como a sua equipa se deverá reajustar, precisar as missões táticas dos seus jogadores, e insistir nos comportamentos técnico-táticos fundamentais para defrontar o adversário apelando às capacidades psicológicas dos seus jogadores).

Este autor alerta ainda para a necessidade de variar a forma e a locução da reunião.

O objectivo deste estudo é, então, o de analisar o conteúdo das palestras pré-jogo de um treinador de alto rendimento em contexto de Selecção Nacional, tratando-se de um contexto cujo acesso é muito restrito e cuja investigação visa responder a uma necessidade a este nível contribuindo desta forma para o corpo de conhecimento acerca da comunicação dos treinadores no futebol.

Método

Utilizamos uma metodologia de investigação qualitativa de estudo de caso único com observação participante.

Participantes

Foram analisadas as palestras pré-jogo do treinador da Selecção Nacional Sub21 de Portugal que disputou a qualificação para o Europeu Sub21 2015 na República Checa.

Amostra

Foram analisadas nove palestras pré-jogo, duas de jogos particulares e sete de jogos oficiais, entre Agosto de 2013 e Setembro de 2014.

Consideramos palestra pré-jogo a última efectuada no espaço temporal entre 24h e 2h antes do começo da competição, ou seja, não foram consideradas as intervenções do treinador nos momentos antes da entrada em campo por parte dos jogadores.

Tabela 2 Informação dos jogos cujas palestras pré-jogo fizeram parte da amostra.

Jogo	Competição	Data	Duração	Material
Portugal 5-2 Suíça	Particular	14/08/2013	21'22"	Portátil/Projector/Tela/Marcadores
Portugal 5-1 Noruega	Oficial	05/09/2013	16'44"	Portátil/Projector/Tela/Ponteiro
Portugal 6-1 Polónia	Particular	10/09/2013	06'52"	Portátil/Projector/Tela/Marcadores
Portugal 3-0 Israel	Oficial	10/10/2013	11'26"	Portátil/Televisão
Azerbaijão 0-2 Portugal	Oficial	15/10/2013	08'30"	Portátil/Projector/Tela/Quadro/ Marcadores
Portugal 2-0 Macedónia	Oficial	05/03/2014	10'01"	Portátil/Projector/Tela/Ponteiro/ Quadro/Marcadores
Macedónia 0-1 Portugal	Oficial	23/05/2014	12'56"	Portátil/Projector/Tela/Ponteiro/ Quadro/Marcadores
Noruega 1-2 Portugal	Oficial	04/09/2014	22'22"	Portátil/Projector/Tela/Ponteiro/ Quadro/Marcadores
Portugal 3-1 Azerbaijão	Oficial	09/09/2014	14'25"	Portátil/Projector/Tela/Ponteiro/ Quadro/Marcadores

Instrumento

O instrumento de registo e categorização da informação utilizado foi uma adaptação do *Systematic Analysis of Pedagogical Content Interventions* (SAPCI) (Gilbert, Trudel, Gaumond & Larocque, 1999) e do Sistema de Observação do Treinador e do Atleta (SOTA) (Rodrigues, Rosado, Sarmiento, Ferreira & Veiga, 1997) para a análise sistemática do conteúdo das palestras do treinador.

A adaptação do SAPCI e do SOTA advém não apenas da busca de maior quantidade de informação, mas também da necessidade expressa por Potrac, Brewer, Kones, Armour e Hoff (2000) quando referem a pertinência de considerar as especificidades culturais, e não

só, de cada desporto aquando da elaboração e desenvolvimento de um sistema de observação.

A adaptação do SAPCI prendeu-se, essencialmente, à dimensão “O quê?” onde nos socorremos da obra de Castelo (2009) para a definição de categorias específicas do Futebol, e à dimensão “Como?” onde utilizamos referências do *Sistema de Observação do Comportamento do Treinador* (SOTA) (Rodrigues, Rosado, Sarmento, Ferreira & Veiga, 1997).

Procedimentos

Foram registadas as palestras pré-jogo do Seleccionador Sub21 de nove dos 10 jogos realizados entre Agosto de 2013 e Setembro de 2014, representando os dois jogos particulares efectuados e sete dos oito jogos oficiais.

As palestras pré-jogo decorreram todas ou na unidade hoteleira ou centro de estágio onde a Selecção Nacional Sub21 se encontrava a estagiar.

Ocorreram 2 a 6 horas antes do começo dos jogos, devendo-se esta variação a variáveis contextuais como aspectos a abordar na palestra, distância do local de estágio ao local do jogo, horário das refeições, entre outros.

A recolha das informações transmitidas nas palestras pré-jogo foi efectuada com o recurso a uma câmara de filmar Sony HDR-PJ260VE.

Seguidamente procedemos à transcrição das palestras e divisão das informações transmitidas pelo Seleccionador Nacional em unidades de informação.

Procedemos à codificação das unidades de informação através da ficha de observação mencionada acima.

Análise dos Dados

Utilizámos o *software* de análise qualitativa MAXQDA 11 para a codificação e posterior análise das unidades de informação.

Efectuámos uma análise descritiva dos dados obtidos.

Resultados

Observámos as seguintes frequências e percentagens de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo, as quais apresentamos por dimensão de acordo com o sistema de observação utilizado.

Foram analisadas 1662 unidades de informação transmitidas ao longo das 9 palestras pré-jogo observadas, que perfazem uma média de 185 unidades de informação.

Dimensão O QUÊ?

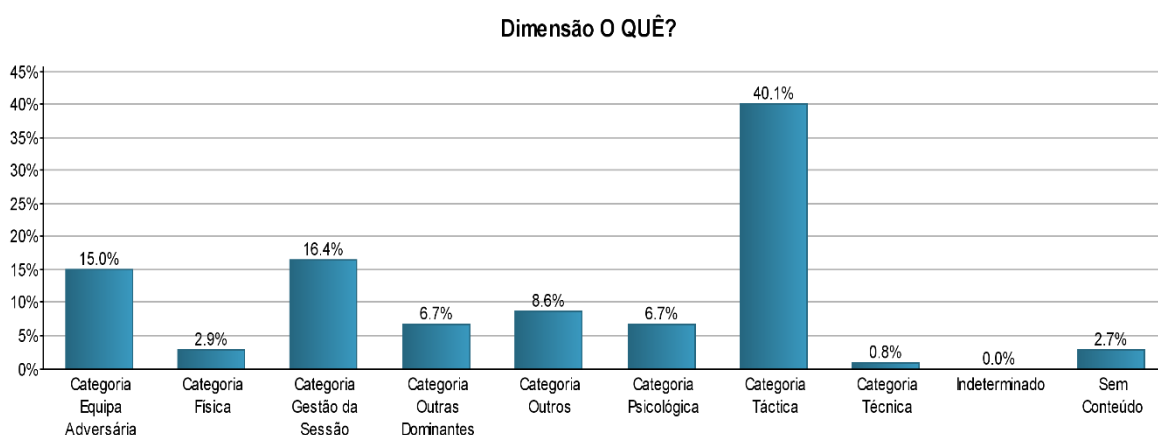


Gráfico 1 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão O QUÊ?

Como podemos verificar (tabela 2 e gráfico 1) a maior percentagem média de unidades de informação transmitidas são referentes à categoria Tática com 40,13%, seguida da categoria Gestão da Sessão com 16,43% e da categoria Equipa Adversária com 14,98%. Estas percentagens são equivalentes a uma média de 74, 30 e 28 unidades de informação transmitidas respectivamente.

As categorias Outros, Psicológica e Outras Dominantes apresentam valores ainda relevantes de 8,6%, 6,74% e 6,68% respectivamente.

As categorias Física, Técnica e Sem Conteúdo não apresentam valores relevantes nas palestras pré-jogo analisadas com 2,9%, 0,8% e 2,7% respectivamente, não tendo sido registadas unidades de informação da categoria Indeterminado.

Tabela 3 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão O QUÊ?

Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Categoria Equipa Adversária	249	14,98	28
Categoria Física	48	2,89	5
Categoria Gestão da Sessão	273	16,43	30
Categoria Outras Dominantes	111	6,68	12
Categoria Outros	143	8,60	16
Categoria Psicológica	112	6,74	12
Categoria Tática	667	40,13	74
Categoria Técnica	14	0,84	2
Indeterminado	0	0,00	0
Sem Conteúdo	45	2,71	5
Total	1662	100,00	185
Missing	0	0,00	0
Total	1662	100,00	185

Aprofundando a análise à categoria Tática verificamos que a quase totalidade das unidades de informação transmitidas são referentes à sub-categoria Modelo de Jogo com 95,65% correspondentes a uma média de 71 unidades de informação (tabela 3).

Com valores residuais verificamos ainda a ocorrência de unidades de informação referentes à Constituição da Equipa, 3,90%, e às Acções Colectivas Ofensivas, 0,45%.

Tabela 4 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Categoria Tática da Dimensão O QUÊ?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Acções Colectivas Defensivas	0	0,00	0
Acções Colectivas Ofensivas	3	0,45	0
Constituição da Equipa	26	3,90	3
Modelo de Jogo	638	95,65	71
Total	667	100,00	74
Missing	0	0,00	0
Total	667	100,00	74

Tabela 5 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Acções Colectivas Ofensivas da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Combinações Táticas	0	0,00	0
Compensações/Desdobramentos Ofensivos	0	0,00	0
Cortinas/ecrãs	0	0,00	0
Deslocamentos Ofensivos	3	100,00	0
Temporização	0	0,00	0

Total	3	100,00	0
Missing	0	0,00	0
Total	3	100,00	0

Analisando a sub-categoria Modelo de Jogo (tabela 4) verificamos que a maioria das unidades de informação são referentes aos Esquemas Táticos Ofensivos, 39,34%, Esquemas Táticos Defensivos, 34,95%, e Organização Ofensiva com 17,24%.

Com percentagens inferiores a 5% encontramos as restantes sub-sub-categorias Organização Defensiva, Transição Ofensiva e Transição Defensiva.

Tabela 6 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Esquemas Táticos Defensivos	223	34,95	25
Esquemas Táticos Ofensivos	251	39,34	28
Organização Defensiva	16	2,51	2
Organização Ofensiva	110	17,24	12
Sistema Tático	12	1,88	1
Transição Defensiva	4	0,63	0
Transição Ofensiva	22	3,45	2
Total	638	100,00	71
Missing	0	0,00	0
Total	638	100,00	71

Quando aprofundamos a análise às unidades de informação referentes aos Esquemas Táticos Ofensivos (tabela 6) verificamos uma maior prevalência de Pontapés de Canto, com 56,57% e uma média de 16 unidades de informação por palestra, e de Livre Lateral, com 35,06% e uma média de 10 unidades de informação, seguido de Livre Frontal, com 7,97% e uma média de 2 unidades de informação, e Penalty com apenas 0,4%.

Tabela 7 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Táticos Ofensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Lançamento de Linha Lateral	0	0,00	0
Livre Frontal	20	7,97	2
Livre Lateral	88	35,06	10
Penalty	1	0,40	0
Pontapé de Baliza	0	0,00	0
Pontapé de Canto	142	56,57	16
Pontapé de Saída	0	0,00	0
Total	251	100,00	28

Missing	0	0,00	0
Total	251	100,00	28

Quando aprofundamos a análise às unidades de informação referentes aos Esquemas Tácticos Defensivos (tabela 7) verificamos uma maior prevalência de Livre Lateral e Pontapé de Canto, com 48,88% e 47,98% e uma média de 12 unidades de informação, respectivamente, seguido de Livre Frontal e Lançamento de Linha Lateral, com 2,69% e 0,45% e uma média de 6 e 1 unidades de informação, respectivamente.

Tabela 8 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Tácticos Defensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Lançamento de Linha Lateral	1	0,45	0
Livre Frontal	6	2,69	1
Livre Lateral	109	48,88	12
Penalty	0	0,00	0
Pontapé de Baliza	0	0,00	0
Pontapé de Canto	107	47,98	12
Pontapé de Saída	0	0,00	0
Total	223	100,00	25
Missing	0	0,00	0
Total	223	100,00	25

As sub-categorias Acções Individuais Ofensivas e Defensivas da categoria Técnica não apresentaram uma grande ocorrência de unidades de informação (tabelas 8 e 9).

Tabela 9 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Ofensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Cabeceamento	1	8,33	0
Condução de Bola	1	8,33	0
Cruzamento	0	0,00	0
Drible/Finta	2	16,67	0
Lançamento de Linha Lateral	0	0,00	0
Passe	3	25,00	0
Protecção de Bola	0	0,00	0
Recepção/Controlo de Bola	2	16,67	0
Remate	1	8,33	0
Simulação	0	0,00	0
Técnica do Guarda-Redes	2	16,67	0
Total	12	100,00	1
Missing	0	0,00	0
Total	12	100,00	1

Tabela 10 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Defensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Cabeceamento Defensivo	0	0,00	0
Carga	0	0,00	0
Desarme	0	0,00	0
Intercepção	0	0,00	0
Técnica do Guarda-Redes Defensiva	2	100,00	0
Total	2	100,00	0
Missing	0	0,00	0
Total	2	100,00	0

Relativamente à Categoria Outras Dominantes (tabela 10) a relevar as sub-categorias Resultado Desportivo, com 69,37% e uma média de 9 unidades de informação, seguido de Contexto do Jogo e Leis do Jogo, com 18,02% e 12,61% e uma média de 2 unidades de informação, respectivamente.

Tabela 11 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Categoria Outras Dominantes da Dimensão O QUÊ?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Contexto do Jogo	20	18,02	2
Equipa de Arbitragem	0	0,00	0
Leis do Jogo	14	12,61	2
Resultado Desportivo	77	69,37	9
Total	111	100,00	12
Missing	0	0,00	0
Total	111	100,00	12

Quando observamos os dados referentes à categoria Equipa Adversária (tabela 11) constatamos que a maior prevalência de unidades de informação transmitidas se centraram na Caracterização da Equipa, com 70,68% e uma média de 20 unidades de informação, seguido de Caracterização Jogador Individual e Sub-Grupo de Jogadores, com 20,88% e 2,41% e uma média de 6 e 1 unidades de informação, respectivamente.

Tabela 12 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Sub-Categoria Equipa Adversária da Dimensão O QUÊ?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Caracterização Equipa	176	70,68	20
Caracterização Jogador Individual	52	20,88	6
Caracterização Sub-Grupo de Jogadores	6	2,41	1
Categoria Outras Dominantes	15	6,02	2

Total	249	100,00	28
Missing	0	0,00	0
Total	249	100,00	28

Dimensão A QUEM?

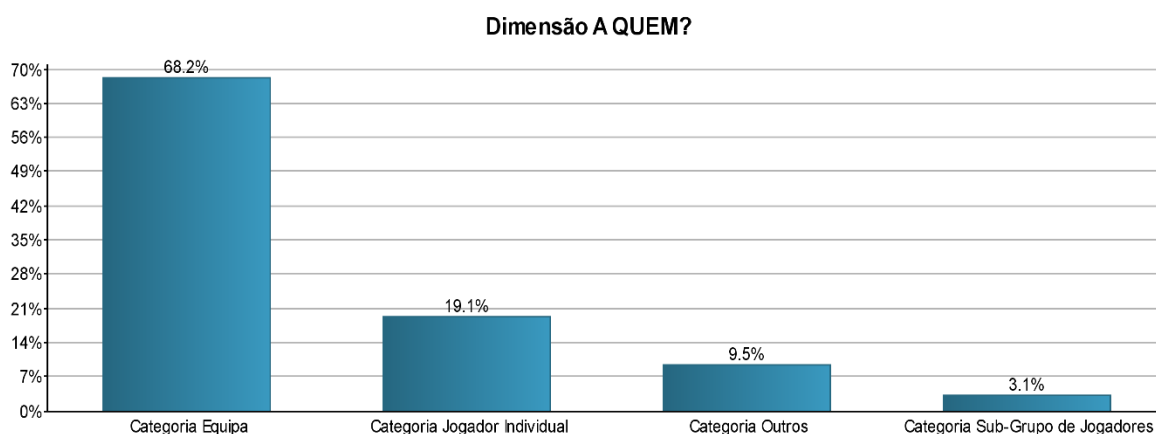


Gráfico 2 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão A QUEM?

Constatamos (tabela 12 e gráfico 2) que as unidades de informação foram maioritariamente dirigidas à Equipa, com 68,23%, seguido da categoria Jogador Individual, com 19,13%, e das categorias Outros e Sub-Grupo de Jogadores, com 9,51% e 3,13% respectivamente.

Tabela 13 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão A QUEM?

Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Categoria Equipa	1134	68,23	126
Categoria Jogador Individual	318	19,13	35
Categoria Outros	158	9,51	18
Categoria Sub-Grupo de Jogadores	52	3,13	6
Total	1662	100,00	185
Missing	0	0,00	0
Total	1662	100,00	185

No que à categoria Sub-Grupo de Jogadores diz respeito não apresentaram uma grande ocorrência de unidades de informação (tabela 13).

Tabela 14 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Categoria Jogador Individual da Dimensão A QUEM?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Avançados	5	9,62	1
Defesas	6	11,54	1
Guarda-Redes	0	0,00	0
Médios	8	15,38	1
Outros	33	63,46	4
Total	52	100,00	6
Missing	0	0,00	0
Total	52	100,00	6

Quando aprofundamos acerca da direcção das unidades de informação da categoria Jogador Individual verificamos que as posições de Ponta de Lança com 23,9%, de Médio Interior com 20,44% e de Médio Defensivo com 15,72%, representam as sub-categorias mais registadas.

As sub-categorias Extremo, Médio Ofensivo e Guarda-Redes, com 1,89%, 4,40% e 7,86% respectivamente, foram as posições com menos unidades de informação dirigidas de forma individual (tabela 14).

Tabela 15 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Categoria Jogador Individual da Dimensão A QUEM?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Defesa Central	41	12,89	5
Defesa Lateral	41	12,89	5
Extremo	6	1,89	1
Guarda-Redes	25	7,86	3
Médio Defensivo	50	15,72	6
Médio Interior	65	20,44	7
Médio Ofensivo	14	4,40	2
Ponta de Lança	76	23,90	8
Total	318	100,00	35
Missing	0	0,00	0
Total	318	100,00	35

Dimensão COMO?

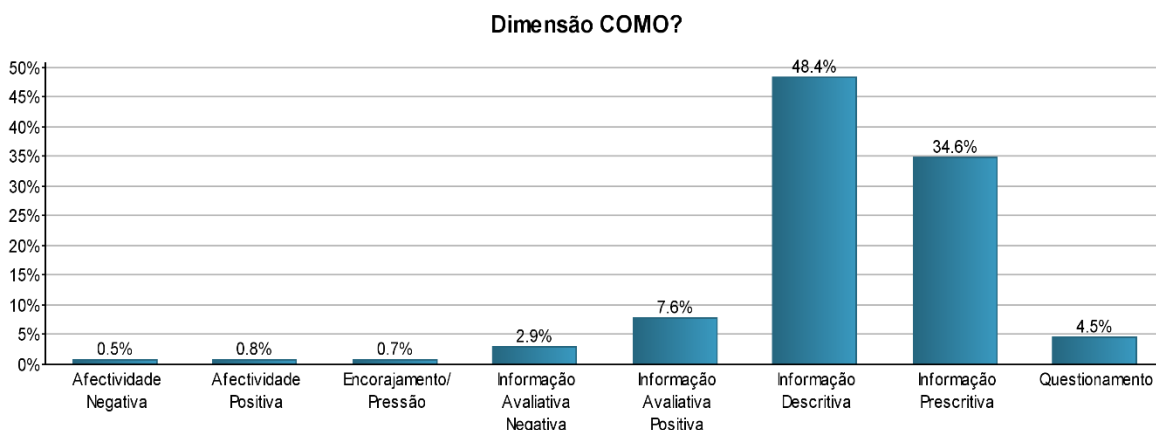


Gráfico 3 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão **COMO?**

Constatamos que as categorias Descritiva com 48,38% e a Prescritiva com 34,6% foram as mais utilizadas na forma como o treinador observado transmitiu as unidades de informação aos jogadores (tabela 15 e gráfico 3).

Posteriormente verificam-se taxas mais reduzidas para a utilização de Informação Avaliativa Positiva, com 7,64%, Questionamento, com 4,45%, e Informação Avaliativa Negativa com 2,89%.

Com percentagens inferiores a 1% observamos a Afectividade Positiva, a Afectividade Negativa e o Encorajamento/Pressão.

Tabela 16 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pré-jogo referentes à Dimensão **COMO?**

Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Afectividade Negativa	9	0,54	1
Afectividade Positiva	13	0,78	1
Encorajamento/Pressão	12	0,72	1
Informação Avaliativa Negativa	48	2,89	5
Informação Avaliativa Positiva	127	7,64	14
Informação Descritiva	804	48,38	89
Informação Prescritiva	575	34,60	64
Questionamento	74	4,45	8
Total	1662	100,00	185
Missing	0	0,00	0
Total	1662	100,00	185

Discussão

Análise e interpretação geral

As palestras pré-jogo analisadas neste estudo tiveram uma média de duração equivalente a 13 minutos e 51 segundos, ou seja, consideravelmente abaixo, menos de metade, do tempo proposto por Castelo (2009) como duração ideal, 30 minutos. Foram realizadas nos locais onde a equipa se encontrou a estagiar, quer em centros de treino ou unidades hoteleiras entre 4 a 2 horas antes do começo dos jogos.

Esta duração vai de encontro às referências abordadas neste estudo que indicavam a importância de realizar palestras curtas e que não se caracterizem por uma quantidade excessiva de informação transmitida aos jogadores.

Comparativamente ao reportado por Pacheco (2002), também na modalidade de futebol, constatamos que se trata de uma média abaixo dos 19 minutos e 17 segundos e de 19 minutos e 7 segundos de treinadores da 2ª divisão-B (equivalente a uma 3ª liga) e treinadores da 1ª liga, respectivamente.

De relevar, no entanto, que no estudo realizado por Pacheco (2002) foram consideradas as palestras realizadas antes da entrada dos jogadores em campo.

Santos (2003), em contexto de 2ª divisão-B, reportou uma média semelhante à deste estudo, de cerca de 13%, sendo que os treinadores de futebol cujas palestras foram analisadas no seu estudo as efectuaram menos de 2 horas antes do jogo.

A duração máxima foi de 21 minutos e 22 segundos logo na primeira palestra pré-jogo analisada. Este dado é relevante pois tratou-se do primeiro jogo, um particular, em que o treinador teve a possibilidade de convocar todos os jogadores que entendesse da geração, isto é, teve à sua disposição 23 jogadores dos quais 10 integraram pela primeira vez um estágio da Selecção Sub21.

Este facto ajuda a explicar, em parte, uma maior duração da palestra pré-jogo até pelo facto de se ter tratado de um estágio de 3 dias em que o tempo para treinar e reunir os jogadores antes do jogo não foi muito.

A duração mínima foi de 6 minutos e 52 segundos verificada no segundo e último jogo de preparação da amostra. Este jogo coincidiu com o último de 2 jogos de um estágio de 10

dias, em que o treinador contava já com algumas sessões de treino e palestras realizadas com os jogadores, ou seja, não sentindo a necessidade de transmitir uma grande quantidade de mensagens aos jogadores.

Verificamos igualmente que em todas as palestras o treinador recorreu a meios audiovisuais para transmitir mensagens aos jogadores, nomeadamente um portátil e um projector ou televisão, tendo geralmente recorrido também a quadros e marcadores.

Estes recursos audiovisuais passaram essencialmente pela mostragem de um vídeo com duração entre 5 e 10 minutos.

O vídeo geralmente contém imagens ou situações da última sessão de treino antes do jogo, normalmente uma sessão em que são treinados esquemas tácticos ofensivos e defensivos ou ainda algumas situações de treinos anteriores que possam ter interesse em termos da estratégia a adoptar no jogo.

O vídeo contém sempre imagens ou situações da equipa adversária, nomeadamente a forma como actua nos seus esquemas tácticos ofensivos e defensivos, golos marcados e sofridos em jogos anteriores ou ainda algumas situações a explorar ou a ter em atenção.

As palestras decorreram sempre nos locais de estágio em que a Selecção se encontrou a estagiar, tenham sido unidades hoteleiras ou centros de estágio, em auditórios próprios para o efeito.

Nas palestras estiveram presentes os quatro elementos da equipa técnica, sendo o treinador responsável pela condução da palestra e um dos treinadores adjuntos responsável pela mostragem de imagens ou vídeos através do portátil, e todos os jogadores convocados.

O treinador transmitiu uma média de 185 unidades de informação nas palestras.

Este valor ficou muito acima da média reportada por Santos (2003), de 95 unidades de informação, Pacheco (2002) que verificou 79 unidades de informação com uma variação de 38, e também acima do verificado por Rosa (2003) de 63 unidades de informação nas palestras pré-jogo no Voleibol.

Já outra investigação conduzida no hóquei em patins (Lourenço, 2013) reportou uma média de 137 unidades de informação em palestras pré-jogo.

Mesquita, Farias, Oliveira e Pereira (2009) reportaram uma média de 183 intervenções em contexto de treino por parte de treinadores de futebol em camadas jovens.

A outro nível de comparação, mesmo que abusiva dado tratar-se de outra modalidade e outros escalões, podemos utilizar os dados de Gilbert e colegas (1999) que reportaram uma média de 101 intervenções em jogo e 60 intervenções em treino.

O maior número de unidades de informação verificados neste estudo pode dever-se ao facto de termos analisado a última palestra efectuada entre 24h e 2h antes do jogo, ao passo que as outras investigações se centraram na análise das palestras efectuadas mesmo antes de os jogadores entrarem em competição.

Pode também dever-se à forma utilizada para definir unidades de informação.

O treinador dirigiu-se sempre à equipa nos momentos que antecedem a entrada dos jogadores em campo, tratando-se de uma palestra muito curta, 1 a 2 minutos, onde relembrou aspectos que considerava fundamentais na sequência do que havia já referido na palestra pré-jogo ou algum aspecto verificado no aquecimento ou da própria equipa ou da equipa adversária.

Dimensão “O quê?”

No que à Dimensão “O quê?” diz respeito verificamos que o conteúdo predominante foi de cariz táctico, com uma média de 74 unidades de informação, representando 40,13% das mensagens transmitidas.

Este valor fica aquém dos reportados por Santos (2003) e Pacheco (2002) que verificaram percentagens de 55,5% e 60,2%, respectivamente, de conteúdo estratégico-táctico em palestras pré-jogo no futebol e dos 64,9% reportados por Rosa (2003) no voleibol, tendo Lourenço (2013) constatado um valor muito próximo no hóquei em patins, de 39,8%.

A quase totalidade desta informação, mais de 95%, corresponde a aspectos relacionados com o modelo de jogo da equipa, com 71 unidades de informação, sendo as restantes 3 relativas à constituição da equipa.

Mais de 75% da informação relativa ao modelo de jogo foi específica dos esquemas tácticos ofensivos, com 39,34%, e defensivos, com 34,95%, correspondendo a 28 e 25 unidades de informação, respectivamente.

Estes números vão de encontro a uma opção declarada do treinador, tal como referido acima, de abordar geralmente situações de esquemas táticos treinados na sessão de treino que antecede a competição, verificando-se aqui uma coerência entre o tipo de informação mostrada e a informação transmitida.

Nessas sessões de treino o treinador opta por treinar sempre pontapés de canto, livres laterais e quase sempre livres frontais também.

Estas opções ficam claras na medida em que transmite 16 e 10 unidades de informação, respectivamente, referentes aos pontapés de canto e livres laterais. Isto deve-se a aspectos relacionados com a execução destes esquemas táticos e a movimentações e zonas que pretende ver ocupadas pelos seus jogadores.

Como exemplos de mensagens relativas à execução de pontapés de canto podemos verificar:

“Esta é outra solução, canto curto passe na entrada da área.”, onde o treinador, através do recurso ao vídeo, aborda diferentes possibilidades perante a forma como o adversário defende este tipo de situações, por exemplo.

“Jogador A. Jogador A atenção a esta distância primeiro jogador, Jogador B, e entre ele e tu, Jogador A. Jogador A, atenção a isto Jogador A.”, onde o treinador corrige posicionamentos dos jogadores, através do recurso ao vídeo.

“Bom serviço é sempre difícil defender naquela zona.”, onde o treinador, através de reforço positivo, pretende demonstrar a pertinência de executar os pontapés de canto de determinada forma até pela dificuldade que criam no adversário.

Como exemplos de mensagens relativas à execução de livres laterais podemos verificar:

“Pronto, aqui sempre um homem na frente do primeiro homem.”, onde o treinador indica ou corrige o posicionamento a adoptar pelos jogadores.

“Tentar bater a bola na direcção do 2º poste, a cair aqui.”, onde o treinador indica como pretende que seja executado o livre lateral em termos de direcção e intensidade.

“E atenção à 2ª bola malta da entrada da área.”, onde o treinador procura alertar determinados jogadores para a importância da sua concentração e posicionamento na

sequência deste tipo de jogadas, neste caso procurando evitar a possibilidade de o adversário contra-atacar após um livre a favor da própria equipa.

Defensivamente, verifica-se uma distribuição mais equitativa, ou seja, de 12 unidades de informação referentes quer aos pontapés de canto e livres laterais defensivos.

O treinador procura corrigir posicionamentos e definir as missões tácticas de cada jogador, sendo que defende estes esquemas tácticos à zona (Silva, 2014)

Como exemplos de mensagens relativas à defesa de pontapés de cantos podemos verificar:

“Esta é a zona perigosa. É a zona que eu quero defender.”, onde o treinador indica qual ou quais os espaços que considera mais importantes defender, através do recurso ao vídeo por exemplo.

“Jogador A, lateral não sai, não sai do poste para bola curta ok?”, onde o treinador refere uma missão táctica individual em termos do posicionamento defensivo neste tipo de jogadas.

“Quando o Jogador B está a disputar aqui, toda a gente, Jogador B ou Jogador C, toda a gente na linha dele”, onde o treinador refere qual ou quais os comportamentos colectivos a adoptar pelos jogadores quando ocorre uma situação.

Como exemplos de mensagens relativas à defesa de livres laterais podemos verificar:

“Posicionamento diferente, pé direito pé esquerdo, rotação interna, rotação externa.”, onde o treinador explica e explicita, com recurso ao vídeo, as diferenças de posicionamento que os jogadores devem adoptar consoante o jogador adversário que vai executar o livre seja destro ou canhoto.

“Pá qualquer bola que nós não tenhamos uma reacção muito rápida pode dar um milésimo de segundo que é fatal”, onde o treinador alerta para a importância da concentração e prontidão dos jogadores neste tipo de situações que têm um impacto grande a nível do resultado dos jogos, como veremos abaixo.

Apesar de as referências aos esquemas tácticos, momentos do jogo de futebol (Castelo, 2009), se deverem também a uma opção metodológica já abordada, não deixam de fazer

sentido à luz até do que a investigação tem reportado acerca da sua importância na medida em que são momentos que decidem muitos jogos.

No Europeu de 2004 verificou-se que 44,1% dos golos surgiram na sequência de ataque organizado, 35,6% na sequência de esquemas tácticos e 20,3% após contra-ataques (Yiannakos & Armatas, 2006).

No que aos golos obtidos através de esquemas tácticos, verificou-se que a maioria era alcançada na sequência de pontapés-de-canto (40%), seguido de livres directos ou indirectos, penalties e lançamentos de linha lateral (30, 25 e 5% respectivamente).

Numa análise à forma como foram obtidos os golos no Campeonato do Mundo de 2006 constatou-se que 47,1% o tinham sido após ataque organizado, 32,6% na sequência de esquemas tácticos e 20,3% após contra-ataques, assim como 36,4% haviam surgido após passes longos, 23,6% de combinações tácticas, 20% na sequência de remates directos e 16,4% a culminarem jogadas individuais (os auto-golos representaram 3,6% da totalidade dos golos marcados), e ainda que a maioria dos golos é obtida dentro da área de grande penalidade (51,3%), seguida da área de baliza e de fora da área de grande penalidade (32,17 e 16,52% respectivamente), sendo estes resultados semelhantes aos referentes ao Europeu de 2004 (Armatas & Yiannakos, 2010; Yiannakos & Armatas, 2006).

O momento de organização ofensiva representou cerca de 17% do conteúdo táctico transmitido pelo treinador, equivalente a uma média de 12 unidades de informação.

Como exemplos de mensagens acerca deste momento ofensivo verificamos:

“O espaço vai aparecer. Se nós circularmos rápido, o espaço vai aparecer” e “Acelerar o jogo quando surgir oportunidade, acelerar o jogo, finalizar.”, onde o treinador, dentro do que são os princípios de jogo ofensivos da equipa, incita os jogadores a uma rápida circulação de bola ao mesmo tempo que os tranquiliza e assegura que dessa forma vão conseguir criar espaços e atacar o adversário.

“Obrigam a movimentar a equipa adversária.” onde, novamente vincando a iniciativa que a equipa assume em determinados jogos, o treinador procura que os jogadores desgastem o adversário tendo a bola em sua posse, através da rápida circulação referida atrás.

A gestão da sessão representou 16,43% do conteúdo transmitido pelo treinador, representando uma média de 30 unidades de informação.

Estes dados devem-se, essencialmente, ao facto de o treinador ter de dar indicações ao treinador adjunto responsável pelo manuseamento do portátil aquando da mostragem de imagens ou vídeos.

Como exemplos deste tipo de mensagens podemos verificar:

“Pára, pára quando estiver a bater Adjunto A”.

Algumas destas unidades de informação são também utilizadas pelo treinador para iniciar, introduzir, terminar ou gerir algum momento específico da palestra.

Como exemplos deste tipo de mensagens podemos verificar:

“Vamos ver aqui alguns aspectos em relação à, ao treino de ontem.” e “Pá isto são alguns momentos, não tivemos o tempo para analisar isto, isto é um estágio muito curto”, onde o treinador refere que vão analisar algumas situações de treino na palestra, referindo uma dos constrangimentos do trabalho em contexto de selecção nacional como o é o tempo, tal como já referimos.

“Atenção aqui a alguns aspectos que vamos, que vamos focar na equipa deles.”, onde o treinador refere que vão abordar situações referentes à equipa adversária.

Finalmente, e como 3ª categoria mais verificada no discurso do treinador encontramos as referências à equipa adversária, com 14,98% e uma média de 28 unidades de informação.

Como exemplos de mensagens referentes à equipa adversária podemos verificar:

“Pá, muito, a transição deles muito através da condução.”, onde o treinador caracteriza, por exemplo, a forma como o adversário costuma agir em certos momentos do jogo.

“Acontece, já ontem falamos um bocadinho nisto, os centrais vão muito em cima do homem. Às vezes isto acontece.”, onde o treinador faz uma caracterização de um grupo de jogadores adversários, neste caso os defesas centrais, seja em termos tácticos, como é o caso, seja em termos técnicos, físicos ou psicológicos.

“Este é o tal número 19, pé direito, faz muitas vezes isto”, onde o treinador caracteriza um jogador adversário, com recurso ao vídeo, procurando elucidar os jogadores de determinadas acções que o jogador regularmente efectua.

Este valor é muito próximo do verificado por Pacheco (2002) em contexto de 1ª Liga, 15,9%, tendo a média global do seu estudo ficado abaixo, em 11,1%, muito por causa dos valores em contexto de 2ª divisão-B, de apenas 3,8%. No estudo efectuado por Santos (2003) também em contexto de 2ª divisão-B, os valores obtidos foram de apenas 4,3%.

Estes valores também vão de encontro à opção tomada pelo treinador de utilizar as palestras pré-jogo para transmitir mensagens relativas à forma de jogar do adversário, especialmente em esquemas tácticos.

Não é, então, de admirar que o treinador opte por uma caracterização mais geral da equipa adversária, com 20 unidades de informação, e apenas 6 para a caracterização individual de jogadores adversários específicos.

Na investigação levada a cabo por Lourenço (2013), em hóquei em patins, verificou-se uma percentagem mais elevada que neste estudo, de 29%, de referências à equipa adversária, sendo que o autor referiu que uma das palestras analisadas que contribuíram para esta média elevada se prendeu com o facto de o treinador em questão ter tido necessidade de descrever aspectos relacionados com a caracterização da equipa adversária na palestra pré-jogo por não o ter podido efectuar durante a semana de trabalho.

Já no voleibol Rosa (2003) constatou uma percentagem de 41,4% de informações relativas à equipa adversária, que resultaram numa média de 26 unidades de informação contrastante com as 37 relativas à própria equipa.

A categoria Outros, que representou 8,6% e uma média de 16 unidades de informação transmitidas pelo treinador, consubstancia mensagens transmitidas pelo treinador referentes a aspectos que, não se enquadrando nas restantes categorias mais específicas, se relacionam indirectamente com o jogo ou não têm qualquer relação.

Como exemplos de mensagens da Categoria Outros podemos verificar:

“Antes de começar esta, esta parte. Alguém vos falou alguma coisa para depois do jogo?”, em que o treinador aborda, por exemplo, aspectos realtivos ao programa diário a cumprir;

“Em relação ao nosso treino de ontem, algum, só para lembrar algumas coisas, principalmente para quem está há menos tempo conosco.”, em que o treinador se refere a aspectos relativos a comportamentos/attitudes do ponto de vista relacional ou a aspectos relativos a situações táticas, técnicas ou estratégicas;

“Alguns de vocês têm experiência já de seleções mais jovens, à medida que isto vai subindo a coisa vai piorando sempre.”, onde o treinador se refere à dificuldade de defrontar alguns adversários, cuja evolução ao longo do seu percurso de formação é bastante grande;

“Pá, vocês conhecem com certeza pá não digo daqui para baixo que isto já, conhecem o Suker não? Conhecem ou não?”, em que o treinador questiona os jogadores acerca de aspectos que não estão relacionados com o adversário ou com o jogo, mas sim, por exemplo, com o espaço competitivo em que se encontram.. Neste caso, o treinador transmite mensagens sobre jogadores de classe mundial que participaram nos Europeus Sub21.

Dimensão “A quem?”

No que à dimensão “A quem?” diz respeito constatamos que o treinador se dirige predominantemente à equipa, com 68,23% e uma média de 126 unidades de informação, individualizando a informação em 19,13% e 35 unidades de informação.

Como exemplos de mensagens dirigidas à equipa podemos verificar:

“Eu já vos disse. Ofensivamente, pá, simplicidade.”, *“Qualidade, qualidade, qualidade no nosso jogo, também.”*, *“Paciência, também pus aqui paciência.”* e *“Pronto, mas esta paciência tem que ter objectividade. Ok?”*, onde o treinador faz referência a um conjunto de aspectos técnicos, táticos e psicológicos no caso, que considera importantes que a equipa retenha e apresente perante um adversário que se espera apresentar-se com uma estratégia de jogo predominantemente defensiva.

A nível individual podemos verificar as seguintes mensagens:

“Jogador A quando apareces aparece aparece por este lado do defesa” e *“Jogador B sempre, sempre à frente do primeiro homem Jogador B”*, onde o treinador dá indicações referentes a missões táticas individuais dos jogadores.

A categoria Outros aparece com quase 10% das referências e uma média de 18 unidades de informação essencialmente pelo facto de o treinador se dirigir ao seu treinador adjunto.

Como exemplos de mensagens dirigidas a outras pessoas que não aos jogadores podemos verificar:

“Este é o extremo não é Adjunto A?” e “Podes, pode seguir Adjunto A, pode seguir.”

Pacheco (2002) reportou uma percentagem de 61,8% de informação dirigida à equipa e 33% a nível individual, registando a categoria sub-grupo de jogadores apenas 5,2%. Na mesma linha Santos (2003) verificou percentagens de 75,7%, 15,9% e 8,4% de informações dirigidas à equipa, individualmente e a sub-grupos de jogadores, respectivamente.

Já Rosa (2003) também verificou em contexto de voleibol a maior predominância de informações transmitidas à equipa, 49,2%, contudo os treinadores dirigiram-se em cerca de 20% a sub-grupos de jogadores, apenas se dirigindo individualmente em 5,8%.

Lourenço (2013), em contexto de hóquei em patins, verificou que os treinadores se dirigiram quase exclusivamente à equipa, 98,2%, e apenas em 1,2% a jogadores individualmente.

Dimensão “Como?”

No que à dimensão “Como?” diz respeito, quase metade da forma como o treinador transmite a informação é descritiva, 48,4%, com uma média de 89 unidades de informação, descrevendo situações que está a mostrar através das imagens ou vídeo, como foram efectuadas determinadas acções no treino ou como o adversário efectuou determinadas acções nas situações em análise.

Como exemplos de mensagens transmitidas de forma descritiva podemos verificar:

“Fizeram um golo exactamente assim, nesta, no Suíça-Alemanha.” e “Tentativa de cruzamento. Lá está. Por parte da Polónia, tentativa de cruzamento nas costas.”, onde o treinador refere ou descreve, com recurso ao vídeo por exemplo, algumas das características da equipa adversária.

Posteriormente verificamos cerca de 35% e uma média de 64 unidades de informação de forma prescritiva, onde o treinador essencialmente refere aos jogadores como realizar determinadas acções em jogo.

Como exemplos de mensagens transmitidas de forma prescritiva podemos verificar:

“Em termos defensivos agressividade.”, “Pá eu quero, quero-vos sentir uma equipa dinâmica.” e “Pá quero, quero sentir uma equipa agressiva.”, onde o treinador prescreve à equipa o que pretende desta em termos tácticos e psicológicos, neste caso, perante um adversário que se espera com qualidade e capacidade para discutir o jogo, ou seja, um adversário que vá ter a posse de bola em certos momentos.

Constatamos aqui uma inversão relativamente aos dados reportados por Santos (2003) e Pacheco (2002) que observaram uma maior predominância de informação transmitida de forma prescritiva, com 79,2% e 56,4%, seguido de informação descritiva, 17,5% e 18,6%, e questionamento, 2,5% e 9,9%, respectivamente.

Consideramos que esta diferença se pode justificar com a diferença metodológica de análise de palestras realizadas ainda no centro de estágio em contraste com as realizadas já no balneário antes da entrada dos jogadores em campo.

Neste estudo, até pela mostragem de vídeo com análise de situações de treino e jogo, o treinador descreve, naturalmente, algumas das situações em maior número, ao passo que será aceitável que um treinador mesmo antes da entrada dos jogadores em campo se socorra predominante de informações mais prescritivas.

Rosa (2003) verificou em contexto de voleibol que os treinadores se dirigiram, também, predominantemente de forma descritiva, 40,9%, seguido da forma encorajamento/pressão, 25%, e da forma prescritiva, 20,1%.

Lourenço (2013) verificou percentagens próximas das categorias descritiva e prescritiva com cerca de 49% e 48%, respectivamente, com as restantes categorias a apresentarem valores pouco significativos, em contexto de hóquei em patins.

De notar ainda que 14 unidades de informação, 7,64%, são transmitidas de forma avaliativa positiva. Estes valores devem-se essencialmente a referências à forma como foram executadas situações de treino que estão a ser visionadas.

Como exemplos de mensagens em que o treinador avaliou positivamente podemos verificar:

“Boa linha, aqui a disputar com a linha do homem que está a disputar de cabeça” e “Bons serviços Jogador A.”, onde o treinador reforça positivamente quer comportamentos táticos defensivos da equipa, como na primeira frase, quer a execução técnica de livres laterais por parte de um jogador, como na segunda frase.

Limitações da investigação e direcções futuras

Este estudo apresenta algumas limitações que passamos a abordar.

A amostra foi pequena, nove palestras pré-jogo, mesmo apesar de ser semelhante a outras investigações realizadas.

Tratando-se de um estudo de caso, este estudo permite obter uma ideia já razoável acerca da caracterização da instrução do treinador cujas palestras foram analisadas, no entanto seria pertinente ter uma amostra maior.

Por outro lado a análise aqui efectuada centrou-se na codificação das unidades de informação transmitidas pelo treinador, ou seja, apenas se consideraram as mensagens verbais transmitidas pelo treinador.

Seria pertinente procurar avaliar, futuramente, não apenas as mensagens verbalmente transmitidas mas também a comunicação não-verbal, seja o tom de voz, gestos, entoação, entre outros.

Como acabámos de referir, este estudo focou-se nas mensagens transmitidas pelo treinador, sendo que um processo de comunicação passa pela existência de um emissor, de uma mensagem emitida e de um receptor, sendo que a forma como este último percebe e processa a mensagem pode ser muito ou pouco semelhante à intenção do emissor.

Assim sendo, seria interessante em estudos futuros procurar saber, previamente à palestra, que mensagens pretende o treinador transmitir, de que forma e a quem. Posteriormente, faria sentido que após a palestra se questionasse o treinador, e possivelmente elementos da sua equipa técnica presentes na reunião, acerca do modo como a percebeu e como acredita ter passado as mensagens desejadas.

Concomitantemente, seria importante perceber junto dos jogadores, os receptores, que mensagens perceberam, processaram e inclusivamente retiveram.

Tal como Potrac, Brewer, Kones, Armour e Hoff (2000) advogaram, pode ser também pertinente realizar entrevistas interpretativas aos treinadores observados, com vista a complementar os dados obtidos por intermédio dos sistemas de observação e melhor compreender as interações complexas existentes no processo de treino e competição desportivas bem como os processos de comunicação do treinador, percebendo os contextos em que se desenrolam e de alguma forma como estes afectam esses processos.

Serão, igualmente, necessários mais estudos no contexto de selecções nacionais, que já comparámos e distinguimos do contexto de clube (Silva, 2014), nos seus diversos escalões, bem como neste último de forma a ser possível criar um corpo de conhecimento mais forte e verificar se as opções que os treinadores tomam em termos de palestras pré-jogo variam e diferem na medida das diferenças existentes entre estes contextos.

Futuramente faria sentido procurar analisar as palestras que antecedem o dia de jogo, quer no contexto de clube quer no contexto de selecção nacional, pois como verificamos as palestras pré-jogo são condicionadas, de alguma forma, pela existência ou não de palestras e informações transmitidas aos jogadores nos dias antecedentes.

Um aspecto que também consideramos relevante aqui mencionar prende-se com a ficha de observação utilizada, criada ou adaptada a utilizar neste tipo de investigações.

Creemos que as diferenças verificadas entre as diversas fichas utilizadas nalgumas das investigações que aqui utilizámos como referencial de comparação se justificam em grande medida pelas necessidades de resposta a realidades distintas, isto é, por servirem de elemento de análise de tipos de desportos diferentes.

No entanto seria preferível que se caminhasse para uma uniformização em determinadas dimensões de análise ou em determinadas categorias, algo que possibilitaria um grau de comparação mais interessante e forte do que aquele que podemos constatar actualmente. Permitindo, naturalmente, que as dimensões ou categorias que analisam conteúdos mais específicos e exclusivos de cada modalidade sejam de facto distintos e que possibilitem a criação de um corpo de conhecimento específico e vasto de cada modalidade.

Simultaneamente, existe para nós uma limitação vinculada a este tipo de investigação que não pode ser olvidada e que se relaciona também com a ficha de observação e/ou metodologia adoptada. Quando analisamos a instrução de um treinador focando-nos nas mensagens verbais por si transmitidas e daí extrapolando conclusões, temos de atentar ao facto de que as fichas não são absolutamente conclusivas.

Pretendemos com isto dizer que se um treinador está a dar uma palestra, onde estão presentes vários jogadores, não é por ele se dirigir à equipa que todos o estão a ouvir ou, pelo contrário, se o treinador se dirige individualmente a um jogador pode muito bem ter a intenção de projectar a mensagem para um outro colega, sub-grupo de jogadores ou equipa na totalidade.

Da mesma forma, uma determinada mensagem transmitida pelo treinador, que é posteriormente transcrita, transformada em unidade ou unidades de informação e codificada, pode ter sido dita num contexto ou numa forma que tivesse a intenção de ter um impacto psicológico, por exemplo, sendo que no entanto se enquadra numa categoria diferente, quando analisado de forma absoluta crua e no absoluto respeito pelas regras científicas.

Finalmente, e considerando o agora exposto, consideramos muito pertinente que sejam realizados mais estudos de caso sobre esta matéria mesmo que aceitando que neste estudo o facto de o investigador fazer parte da equipa técnica do treinador cujas palestras foram analisadas pode, efectivamente, ter levado a uma definição de unidades de informação e consequente interpretação que está condicionada pelos forte conhecimento que existe acerca do treinador, que advém de vários anos de trabalho em conjunto.

Conclusão

As palestras pré-jogo do treinador de uma Selecção Nacional Sub21 analisadas nesta investigação apresentaram uma duração média de cerca de 14 minutos, foram realizadas nos locais de estágio em que a equipa se encontrou concentrada e entre 4 e 2 horas antes do início dos jogos.

Nas palestras pré-jogo o treinador transmitiu uma média de 185 unidades de informação, das quais cerca de 40% foram referentes a aspectos tácticos, onde o modelo de jogo, em particular os esquemas tácticos ofensivos e defensivos e o momento de organização ofensiva, representou cerca de 95%.

O treinador dirigiu-se preferencialmente à equipa em cerca de 68% das suas mensagens, e fê-lo de forma descritiva ou prescritiva em 48% e 35% das vezes.

Por se tratar de um estudo de caso único não é possível generalizar quaisquer conclusões devendo o investigador ser cuidadoso neste aspecto, sendo que é possível desenvolver ou melhorar teoria já existente (Willig, 2001).

Dado o contexto específico em que foram analisadas as palestras pré-jogo neste estudo, numa selecção nacional, os resultados parecem apontar essencialmente para uma maior relevância de aspectos tácticos dirigidos à equipa de forma descritiva.

Propostas de intervenção prática

Ao nível da conceptualização de uma palestra pré-jogo consideramos importante:

- Definir de forma concreta e sistematizada os aspectos que se pretendem abordar e mensagens a transmitir, por forma a assegurar uma organização da palestra que seja perceptível aos jogadores;
- Definir de forma exacta quais as mensagens que se consideram prioritárias transmitir, e que preferencialmente não sejam em excesso, e quais as que são acessórias, por forma a assegurar que as primeiras sejam forçosamente veiculadas ao passo que as segundas sejam transmitidas consoante o tempo disponível e percepção por parte do treinador da concentração/atenção dos jogadores;
- Em caso de utilização de vídeo:
 - Procurar que não ultrapasse 10 minutos de duração;
 - Organizar e agrupar sequências de imagens ou vídeos referentes a conteúdos específicos;
 - Evitar utilizar mais de 2/3 imagens ou vídeos para ilustrar determinado aspecto, tendo presente que não é tanto pela repetição exaustiva de uma mesma mensagem mas mais pela qualidade da imagem/mensagem que é transmitida, que os jogadores atribuirão a devida importância e relevância;
 - Quando existam imagens ou vídeos da equipa adversária seleccionados da totalidade de um jogo, ou seja, da 1ª e 2ª parte, evitar que não estejam organizados cronologicamente em cada sequência/separador e;
 - Quando existam imagens ou vídeos da equipa adversária seleccionados de mais de um jogo, evitar ter em cada sequência/separador situações que alternem em

termos do equipamento (cor da camisola por exemplo) utilizado pelos jogadores adversários.

- Em caso de utilização de quadros tácticos ou *flipcharts*:
 - Garantir marcas ou marcadores com cores diferentes e que sejam distinguíveis, principalmente caso se exponha ou exponham sistemas tácticos ou outros posicionamentos da própria equipa ou adversária;
 - Escrever mensagens de forma tónica, curta, de preferência com recurso a uma palavra, que sejam facilmente perceptíveis e assimiladas pelos jogadores.

Ao nível da operacionalização de uma palestra pré-jogo consideramos importante:

- Assegurar um espaço que permita ao treinador observar todos os jogadores enquanto comunica;
- Assegurar um espaço com boas condições de visibilidade e acústica (disposição das cadeiras, luminosidade, ruído interno ou externo ao espaço), em caso de mostragem de imagens ou vídeos em tela ou televisão, por parte dos jogadores;
- Assegurar um espaço com uma temperatura ambiente amena, que assegure conforto;
- Procurar garantir que não existam dispositivos móveis (portáteis, *tablets*, telemóveis, entre outros) ligados, ou então que estejam sem som, durante a palestra;
- Procurar assegurar que os jogadores estão sentados de forma correcta nas cadeiras;
- Captar a atenção dos jogadores no início da palestra;
- Procurar garantir o contacto visual com os jogadores durante a palestra;
- Procurar utilizar a mesma taxonomia, conceitos e definições em termos de modelo de jogo, análise da equipa adversária, entre outros, por forma a facilitar a associação das palavras às imagens/mensagens que o treinador pretende que os jogadores processem e assimilem;
- Variar a entoação e as expressões faciais/corporais durante a transmissão de mensagens, procurando não ficar sempre no mesmo sítio, evitando uma palestra monótona e em tom monocórdico;
- Em caso de análise e transmissão de mensagens relativas à equipa adversária:
 - Ser preciso e conciso na análise;
 - Evitar caracterizar exaustivamente o adversário;

- Referir e abordar apenas e simplesmente aspectos que tenham sido efectivamente observáveis e regulares nos jogos do adversário, evitando desta forma quaisquer assunções ou aspectos que tenham ocorrido de forma esporádica e sem relevância;
- Definir quais os pontos forte e fraco da equipa adversária, ou seja, qual o aspecto com o qual ter maior cuidado e atenção do ponto de vista defensivo e qual o aspecto a explorar ofensivamente;
- Referenciar qual ou quais os jogadores-chave.
- Repetir palavras ou mensagens consideradas chave;
- Perguntar se existem dúvidas ou se os jogadores estão a perceber o que se lhes está a transmitir;
- A palestra não deve ultrapassar os 30 minutos de duração, devendo de preferência ter até 20 minutos;
- Perceber, sentir, o nível de receptividade dos jogadores durante a palestra por forma a captar a sua atenção ou até terminar a palestra caso se entenda melhor transmitir certas mensagens noutras condições.

Referências

- Armatas, V. & Yiannakos, A. (2010). Analysis and evaluation of goals scored in 2006 World Cup. *Journal of Sport and Health Research*, 2(2), 119-128.
- Castelo, J. (2009). *Futebol. Organização Dinâmica do Jogo* (3ªed.). Centro de Estudos de Futebol da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Cordobés, P. (2010). *Entrevistas ABFutbol II* (1ªed.). ABFutbol.
- Cordobés, P. (2010). *Entrevistas ABFutbol I* (1ªed.). ABFutbol.
- Gilbert, W., Trudel, P., Gaumont, S. & Larocque, L. (1999). Development and application of an instrument to analyse pedagogical content interventions of ice hockey coaches. *Sociology of Sport Online*, 2(2). Recuperado em 6 fevereiro, 2014, de: <http://physed.otago.ac.nz/sosol/v2i2/v2i2a2.htm>
- Groom, R., Cushion, C. & Nelson, L. (2011). The delivery of video-based performance analysis by England youth soccer coaches: towards a grounded theory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23:1, 16-32.
- Grout, J. & Perrin, S. (2004). *Mind Games. Inspirational lessons from the world's finest sports stars*. (1ªed.). Capstone Publishing Limited.
- Lourenço, H.A.C. (2013). Comparação entre o conhecimento declarativo e processual – estudo de caso. Análise da preleção de um treinador de hóquei em patins. Tese de Mestrado em Treino Desportivo na Especialidade de Alto Rendimento. Lisboa: Faculdade de Educação Física e Desporto – Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Mesquita, I., Farias, C., Oliveira, G. & Pereira, F. (2009). A intervenção pedagógica sobre o conteúdo do treinador de futebol. *Revista brasileira de Educação Física e Esporte*, 23:1, 25-38.
- Nelson, L.J., Potrac, P. & Groom, R. Receiving video-based feedback in elite ice-hockey: a player's perspective. *Sport, Education and Society*, 1, 1-22.
- Pacheco, R. (2005). *Segredos de Balneário* (2ªed.). Prime Books.
- Pacheco, R.M.G. (2002). Caracterização da intervenção do treinador na reunião de preparação da equipa para a competição no futebol. Estudo comparativo de treinadores da 1ª Liga e da 2ª Divisão-B no escalão de seniores masculinos. Tese de Mestrado em Ciências do Desporto, Treino de Alto Rendimento Desportivo. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física – Universidade do Porto.
- Pain, M.A. & Harwood, C. (2007). The performance environment of the England youth soccer teams. *Journal of Sports Sciences*, 25:12, 1307-1324.
- Pina, R. & Rodrigues, J. (1999). “Análise da instrução na competição em voleibol”, in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº6. F.M.H.-Serviço de Edições. Lisboa. pp 45-53.

- Pina, R. & Rodrigues, J. (1997). "Análise do comportamento do treinador em competição. Estudo dos episódios de informação em voleibol", in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº5. F.M.H.-Serviço de Edições. Lisboa. pp 71-89.
- Riolo, D. & Paillet, C. (2011). *Secrets de Coachs*. (1ªed.). Hugo & Cie.
- Rosa, G.C.M.O.P. (2003). A Intervenção do Treinador de Voleibol na Reunião de Preparação da Equipa para a Competição. Tese de Mestrado em Ciências do Desporto, de Treino de Alto Rendimento Desportivo. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física – Universidade do Porto.
- Santos, A.M.C. (2003). Análise da instrução na competição em futebol. Estudo das Expectativas e dos Comportamentos de Treinadores da 2ª Divisão B, na Prelecção de Preparação e na Competição. Tese de Mestrado em Treino de Alto Rendimento. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana – Universidade Técnica de Lisboa.
- Santos, L. (2012). *A preparação do jogo*. In Marco, A. & Pedro S. (Eds.), *Andebol um caminho para o alto rendimento*, (1ªed.). Lisboa: Visão e Contextos.
- Silva, A.M.C. (2014). Por dentro da Selecção Nacional de Futebol Sub-21 (2010-2012). Relatório de Estágio em Treino Desportivo, especialização em Alto Rendimento na área do futebol. Lisboa: Faculdade de Educação Física e Desporto – Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Willig, C. (2001). *Introducing Qualitative Research in Psychology. Adventures in theory and method*. (1ªed.). Open University Press.
- Woods, B. & Thatcher, J. (2009). A qualitative exploration of substitutes' experiences in soccer. *The Sport Psychologist*, 23, 451-469.
- Yiannakos, A. & Armatas, V. (2006). Evaluation of the goal scoring patterns in European Championship in Portugal 2004. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 6(1), 178-188.

CAPÍTULO III

Estudo 2

As Palestras ao Intervalo do Treinador de Futebol

Resumo

As palestras ao intervalo são o último momento ao dispor do treinador para transmitir mensagens num ambiente controlado durante a competição.

Este estudo teve como objectivo analisar as palestras ao intervalo de um treinador de futebol no contexto de uma selecção nacional.

Foi utilizada uma metodologia de estudo de caso único com observação participante. A amostra consistiu num total de nove palestras ao intervalo, tendo sido analisadas as unidades de informação transmitidas pelo treinador através de um sistema de observação adaptado do SAPCI e do SOTA.

Os resultados obtidos demonstram que a duração média das palestras foi de cerca de 5 minutos, nos quais o treinador transmitiu uma média de 87 unidades de informação.

O treinador transmitiu preferencialmente mensagens de conteúdo tático, cerca de 41%, quase totalmente sobre o modelo de jogo da equipa, cerca de 90%, com particular enfoque no momento de organização ofensiva e em menor escala os momentos de organização defensiva e esquemas táticos ofensivos e defensivos.

As mensagens relativas à equipa adversária representaram cerca de 9% da palestra.

O treinador dirigiu as suas mensagens predominantemente à equipa, em cerca de 59%, sendo aproximadamente 32% individualizadas.

O discurso do treinador foi feito essencialmente nas formas descritiva ou prescritiva, cerca de 34% e 29%, respectivamente, verificando-se 14% de encorajamento/pressão.

Palavras-Chave: prelecção ao intervalo, intervalo, comunicação do treinador, relação treinador-atleta.

Abstract

The half-time briefings are the last moment at a coach's disposal in order to convey messages in a controlled environment during competition.

This study aims to analyse a football coach's half-time briefings in a national team context.

A single case study methodology was used with participant observation. The sample consisted of a total of nine half-time briefings, having been analyzed the information units conveyed by the coach through an observation system adapted from SAPCI and SOTA.

Results show that the average duration of the briefings was circa 5 minutes, in which the coach conveyed an average of 87 information units.

The coach conveyed preferably tactical content messages, circa 41%, almost all of them regarding the team's model of play, circa 90%, with particular emphasis on offensive organization and in a minor degree on the defensive organization and offensive and defensive set-pieces moments.

Messages regarding the opposition team represented circa 9% of the briefing.

The coach directed his messages mainly to the whole team, circa 59%, with approximately 32% being made individually.

The coach's speech was essentially made in a descriptive or prescriptive way, circa 34% and 29%, respectively, and hustle accounted for about 14%.

Keywords: half-time talk, half-time, team meeting, coach communication, coach-athlete relationship.

O período de intervalo no futebol consubstancia um momento deveras importante para o treinador.

É verdade que antes de a competição decorrer, seja nos treinos seja em palestras, o treinador deve procurar preparar a equipa da melhor forma possível, seja no que ao seu estilo de jogo diz respeito seja na abordagem estratégica específica para o adversário em questão, para que esta esteja capacitada para colocar em prática o plano de jogo, mesmo considerando a elevada imprevisibilidade, além da transitoriedade e aleatoriedade presentes num jogo de futebol (Castelo, 2009).

Também é verdade que durante a competição o treinador pode assumir uma influência, maior ou menor consoante vários constrangimentos próprios à competição, no decorrer da mesma pelos comportamentos que assume no banco de suplentes e, por conseguinte, mensagens transmitidas para os seus jogadores, verbais ou outras, percebidas e percebidas nem sempre da mesma forma por todos os jogadores, bem como por substituições que decida efectuar.

No entanto, é no intervalo, à falta de *timeouts* que se verificam noutras modalidades, que o treinador pode num contexto mais controlado, regra geral em balneário, transmitir mensagens aos jogadores e tentar modificar o curso do jogo, reforçando aspectos que a equipa esteja a efectuar com sucesso ou corrigindo outros em que não esteja a corresponder.

Pode ser uma palestra que sirva simplesmente para encorajar os jogadores para a 2ª parte (Grout & Perrin, 2004).

Roberto Mancini, actual treinador do Inter de Milão, afirma “*You can have different situations depending on the performance and whether we made a lot of mistakes, and depending maybe also on my confidence at that moment. (...) During half-time it is important for the players to have a 10-minute rest and to recover because they spend a lot of energy. After, we talk for five minutes on specifics, tactics for the second half.*” (Carson, 2013, p. 137).

Já Sven Göran-Eriksson, ex-seleccionador de Inglaterra, quando a sua equipa está a perder ou a jogar mal procura focar-se no que ele precisa de fazer para encorajar um melhor resultado em detrimento de apenas expressar o seu desagrado ou desalento (Grout & Perrin, 2004).

“In half-time, if we are behind, you have to be positive. You have to give the players the right advice about what to do in the second half. At half-time I first give the players a few minutes before I start talking, so they are calm. Then it’s important at half-time that you don’t talk about everything that happened in the first half, because they can’t take it all in. You have to concentrate on two or three things, which will help to change the performance in the second half. You can’t give them ten or fifteen details, because they can’t take in that much information” (Grout & Perrin, 2004, p.271).

Nas palestras dos tempos de pausa, Cloes e colegas (1993) reportaram que os treinadores aumentaram consideravelmente a quantidade de informação tática transmitida em comparação com o decurso do jogo (de 7,5 para 33,6%), sendo a informação ofensiva prioritária, e cerca de 50% das intervenções são referentes a elogios ou do foro psicológico (23,5 e 21,9% respectivamente), verificando uma distribuição equilibrada entre informação individual e colectiva, constatando que é o momento principal de intervenção dos treinadores.

No Voleibol verificou-se que os treinadores transmitem predominantemente informação que concerne à sua própria equipa quer durante o jogo, momentos de pausa ou substituições, sendo o seu conteúdo preferencialmente não específico, tendo sido verificadas diferenças no que aos destinatários diz respeito, isto é, o treinador transmite informação predominantemente individual durante o jogo, colectiva nos descontos de tempo e exclusivamente individual aquando das substituições (Botelho, Mesquita e Moreno, 2005).

Del Corral, Barros e Prieto-Rodriguez (2007) analisaram os factores que determinavam a realização da 1ª substituição por parte dos treinadores (fosse esta realizada ao intervalo ou no decurso da 2ª parte), verificando que as equipas visitadas têm uma maior probabilidade de alterar a equipa ao intervalo do que as visitantes, não se verificando diferenças significativas quando se analisam as substituições efectuadas na 2ª parte apenas.

Estes autores verificaram também que as equipas que estão a ganhar um jogo fazem a sua 1ª substituição mais tarde do que quando estão a perder, sejam visitadas ou visitantes, as substituições ofensivas surgem, preferencialmente, antes das defensivas quando a vitória ainda não está assegurada, e quanto maior for a qualidade do adversário mais tarde ocorrerá a 1ª substituição.

Em estudos centrados nas palestras iniciais e nos momentos de pausa verificou-se que a instrução é predominantemente prescritiva, auditiva e dirigida à equipa, quer após a vitória quer após a derrota, sendo que quando perde o treinador emite maior quantidade de informação, mais avaliação negativa e é mais prescritivo, e existe dominância da informação transmitida acerca do adversário, soluções táticas e componente psicológica (Pina & Rodrigues, 1997; Pina & Rodrigues, 1999).

No intervalo, o treinador deve procurar manter-se calmo, controlado, procurar garantir a congruência entre a linguagem verbal e não-verbal que está a transmitir, e centrar a atenção dos atletas nas situações que podem controlar, apontando causas para os erros cometidos associado a instruções para os evitar, instruir e motivar aumentando a sensação de confiança dos atletas sobre aspectos em que estiveram bem e que devem potenciar (Rosado & Mesquita, 2009).

Castelo (2009), abordando a especificidade da direcção do jogo por parte dos treinadores de Futebol, refere como premissas a predisposição dos jogadores para se deixarem dirigir, o uso de medidas directivas e meios apropriados, o conhecimento das necessidades individuais dos jogadores consignadas às da equipa e as capacidades de ouvir e observar como pedras basilares para um bom desempenho deste processo.

O treinador deve apresentar-se num estado físico e intelectual óptimo no decurso do jogo, sendo que este acarreta a necessidade de observar simultaneamente as duas equipas, aspecto onde muitos treinadores optam por centrar o seu *focus* na própria equipa.

Como aspectos prioritários de análise durante o jogo, Castelo (2009) sugere que o treinador se foque nos seguintes:

- Analisar de forma sistemática o sistema tático, métodos de jogo, jogadores-chave, nas fases ofensiva e defensiva, da equipa adversária;
- Avaliar o cumprimento e potenciais alterações ao plano de jogo da própria equipa;
- Comunicar com os jogadores (linguagem verbal e não-verbal)
- Optar por feedbacks positivos a jogadores mais emotivos e menos experientes e evitar repreender de forma expressiva os jogadores, acima de tudo se não com o intuito de os ajudar;
- Manter controlo das emoções, procurando equilíbrio nas demonstrações das mesmas;

- Estar atento e reagir em conformidade às alterações promovidas pelo treinador adversário;

Ao intervalo, o treinador deverá gerir os 10 a 15 minutos de que dispõe para garantir primeiramente alguma recuperação física aos jogadores, aproveitando os primeiros minutos (3 a 5 minutos) para serem observados pela equipa médica, evitando quaisquer tipo de discussões ou troca de ideias.

Outro ex-seleccionador inglês, da selecção sub21, David Platt, assume, por exemplo, que nem sempre deu algum tempo para os jogadores serem observados pelo departamento médico e que isso mudou com o tempo:

“I made the mistake early on of going in and talking when the physios were still looking at injuries and giving people ice and talking to players. If you do that, you don’t get the focus. (...) Now I usually give the physios a minute or two to look at players. Then I make sure everybody is in and ask if everybody is alright.” (Grout & Perrin, 2004, p. 272).

Seguidamente prover instruções curtas, claras e afirmativas e sobretudo de cariz tático, de ambas as fases do jogo, criticando apenas se directamente em associação a instruções e conselhos, e transmitir mensagens sobre a própria equipa e sobre o adversário, ajustando individual ou colectivamente no aspecto tático, anunciar a equipa que iniciará a segunda parte e relembrar que o jogo só terminará quando o árbitro apitar (Castelo, 2009).

A este propósito David Platt refere:

“(...) I hit the four serious points that come from the first half. Then I can go round the room on an individual basis to raise other points which revolve around an individual or a group of two or three together.” (Grout & Perrin, 2004, pp. 272-273).

Ainda segundo Santos (2012), sair da palestra em estado de activação elevado, por intermédio de uma frase com cariz emocional, pode ter um impacto importante.

O objectivo deste estudo é, então, o de analisar o conteúdo das palestras ao intervalo de um treinador de alto rendimento em contexto de Selecção Nacional, tratando-se de um contexto cujo acesso é muito restrito e cuja investigação visa responder a uma necessidade a este nível contribuindo desta forma para o corpo de conhecimento ainda pouco explorado acerca da comunicação dos treinadores no futebol.

Método

Utilizamos uma metodologia de investigação qualitativa de estudo de caso único com observação participante.

Participantes

Foram analisadas as palestras ao intervalo do treinador da Selecção Nacional Sub21 de Portugal que disputou a qualificação para o Europeu Sub21 2015 na República Checa.

Amostra

Foram analisadas nove palestras ao intervalo, duas de jogos particulares e sete de jogos oficiais, entre Agosto de 2013 e Setembro de 2014.

Tabela 17 Informação dos jogos cujas palestras ao intervalo fizeram parte da amostra.

Jogo	Competição	Data	Duração	Material
Portugal 5-2 Suíça	Particular	14/08/2013	04'15"	Quadro/Marcas
Portugal 5-1 Noruega	Oficial	05/09/2013	05'20"	Quadro/Marcas
Portugal 6-1 Polónia	Particular	10/09/2013	03'40"	Nada a reportar
Portugal 3-0 Israel	Oficial	10/10/2013	05'48"	Nada a reportar
Azerbaijão 0-2 Portugal	Oficial	15/10/2013	04'39"	Quadro/Marcas/Marcadores
Portugal 2-0 Macedónia	Oficial	05/03/2014	06'04"	Nada a reportar
Macedónia 0-1 Portugal	Oficial	23/05/2014	03'22"	Nada a reportar
Noruega 1-2 Portugal	Oficial	04/09/2014	06'07"	Nada a reportar
Portugal 3-1 Azerbaijão	Oficial	09/09/2014	07'32"	Portátil/Projector

Instrumento

O instrumento de registo e categorização da informação utilizado foi uma adaptação do *Systematic Analysis of Pedagogical Content Interventions* (SAPCI) (Gilbert, Trudel, Gaumond & Larocque, 1999) e do Sistema de Observação do Treinador e do Atleta (SOTA) (Rodrigues, Rosado, Sarmiento, Ferreira & Veiga, 1997) para a análise sistemática do conteúdo das palestras do treinador.

A adaptação do SAPCI e do SOTA advém não apenas da busca de maior quantidade de informação, mas também da necessidade expressa por Potrac, Brewer, Kones, Armour e Hoff (2000) quando referem a pertinência de considerar as especificidades culturais, e não só, de cada desporto aquando da elaboração e desenvolvimento de um sistema de observação.

A adaptação do SAPCI prendeu-se, essencialmente, à dimensão “O quê?” onde nos socorremos da obra de Castelo (2009) para a definição de categorias específicas do Futebol, e à dimensão “Como?” onde utilizamos referências do *Sistema de Observação do Comportamento do Treinador* (SOTA) (Rodrigues, Rosado, Sarmento, Ferreira & Veiga, 1997).

Procedimentos

Contactámos o Seleccionador Nacional da Selecção Sub21 de Portugal com vista a elucidar acerca dos objectivos e metodologia da investigação aqui detalhada, tendo obtido a permissão e o consentimento informado para a realização da investigação proposta.

Posteriormente definimos a calendarização das observações a realizar a partir do começo da época 2013-2014 em Agosto de 2014, procurando recolher o maior número de palestras possível durante a fase de qualificação, que para a Selecção em questão decorreu de Setembro de 2013 a Setembro de 2014.

Foram registadas as palestras ao intervalo de nove dos 10 jogos realizados entre Agosto de 2013 e Setembro de 2014, representando os dois jogos particulares efectuados e sete dos oito jogos oficiais.

As palestras ao intervalo ocorreram nos balneários dos locais dos jogos, durante os 15 minutos de duração do intervalo entre as 1ª e 2ª partes dos jogos.

A recolha das informações transmitidas nas palestras ao intervalo foi efectuada com o recurso a uma câmara de filmar Sony HDR-PJ260VE.

Seguidamente procedemos à transcrição das palestras e divisão das informações transmitidas pelo Seleccionador Nacional em unidades de informação.

Procedemos à codificação das unidades de informação através da ficha de observação mencionada acima.

Análise dos Dados

Utilizámos o *software* de análise qualitativa MAXQDA 11 para a codificação e posterior análise das unidades de informação.

Efectuámos uma análise descritiva dos dados obtidos.

Resultados

Observámos as seguintes frequências e percentagens de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo, as quais apresentamos por dimensão de acordo com o sistema de observação utilizado.

Foram analisadas 780 unidades de informação transmitidas ao longo das nove palestras ao intervalo observadas, que perfazem uma média de 87 unidades de informação.

Dimensão O QUÊ?

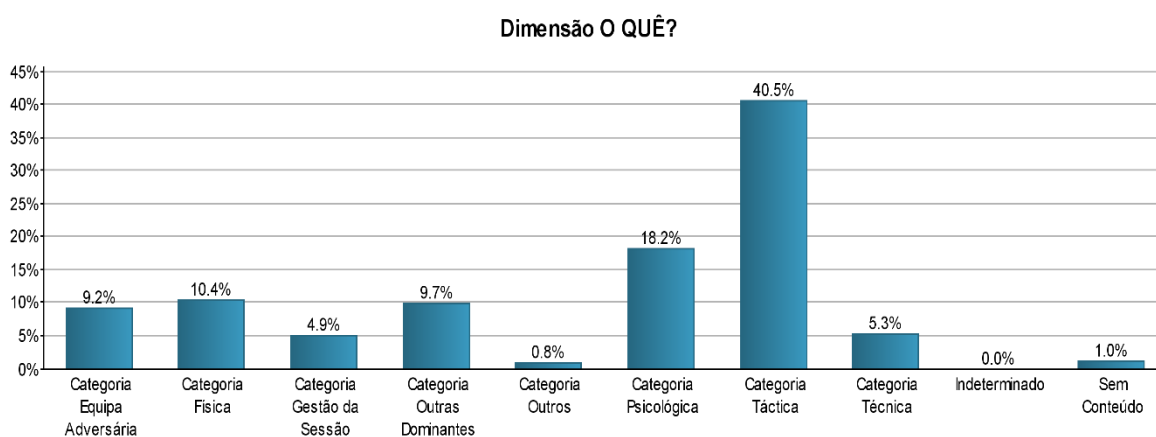


Gráfico 4 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão O QUÊ?

Como podemos verificar (tabela 17 e gráfico 4) as maiores percentagens médias de unidades de informação transmitidas são referentes às categorias Tática com 40,51%, Psicológica com 18,21% e Física com 10,38%, correspondentes a uma média de 35, 16 e 9 unidades de informação respectivamente.

As categorias Outras Dominantes com 9,74% e Equipa Adversária com 9,23% apresentam ainda valores relevantes.

Com menor preponderância registamos as categorias Técnica com 5,26% e Gestão da Sessão com 4,87%, e com valores pouco representados verificamos as categorias Sem Conteúdo com 1,03% e Outros com 0,77%, não se tendo registado unidades de informação da categoria Indeterminado.

Tabela 18 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão O QUÊ?

Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Categoria Equipa Adversária	72	9,23	8
Categoria Física	81	10,38	9
Categoria Gestão da Sessão	38	4,87	4
Categoria Outras Dominantes	76	9,74	8
Categoria Outros	6	0,77	1
Categoria Psicológica	142	18,21	16
Categoria Tática	316	40,51	35
Categoria Técnica	41	5,26	5
Indeterminado	0	0,00	0
Sem Conteúdo	8	1,03	1
Total	780	100,00	87
Missing	0	0,00	0
Total	780	100,00	87

Aprofundando a categoria Tática verificamos que 92,41% das unidades de informação são referentes à sub-categoria Modelo de Jogo e os restantes 7,59% à sub-categoria Constituição da Equipa (tabela 18).

Tabela 19 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Tática da Dimensão O QUÊ?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Acções Colectivas Defensivas	0	0,00	0
Acções Colectivas Ofensivas	0	0,00	0
Constituição da Equipa	24	7,59	3
Modelo de Jogo	292	92,41	32
Total	316	100,00	35
Missing	0	0,00	0
Total	316	100,00	35

Relativamente à sub-categoria Modelo de Jogo podemos verificar uma maior prevalência de unidades de informação referentes a Organização Ofensiva, com 64,73% e uma média de 21, seguido de Organização Defensiva, com 14,04% e uma média de 5 (tabela 19).

Com menor ocorrência verificamos Esquemas Táticos Defensivos e Esquemas Táticos Ofensivos, com 6,16% e 5,82% e uma média de 2 unidades de informação, respectivamente, seguido das restantes sub-sub-categorias com valores inferiores a 5%.

Tabela 20 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Esquemas Táticos Defensivos	18	6,16	2
Esquemas Táticos Ofensivos	17	5,82	2
Organização Defensiva	41	14,04	5
Organização Ofensiva	189	64,73	21
Sistema Tático	14	4,79	2
Transição Defensiva	9	3,08	1
Transição Ofensiva	4	1,37	0
Total	292	100,00	32
Missing	0	0,00	0
Total	292	100,00	32

Quando analisamos detalhadamente as sub-sub-categorias Esquemas Táticos Ofensivos e Defensivos importa-nos referenciar a ocorrência de Livre Lateral e Pontapé de Canto nos primeiros, com uma média de 1 unidade de informação, e Lançamento de Linha Lateral nos segundos, com uma média de 2 unidades de informação, tendo sido registadas 3 unidades de informação no total das nove palestras referentes a Pontapé de Canto (tabela 20 e 21).

Tabela 21 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Táticos Ofensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Lançamento de Linha Lateral	0	0,00	0
Livre Frontal	0	0,00	0
Livre Lateral	9	52,94	1
Penalty	0	0,00	0
Pontapé de Baliza	0	0,00	0
Pontapé de Canto	8	47,06	1
Pontapé de Saída	0	0,00	0
Total	17	100,00	2
Missing	0	0,00	0
Total	17	100,00	2

Tabela 22 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Táticos Defensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Lançamento de Linha Lateral	15	83,33	2
Livre Frontal	0	0,00	0
Livre Lateral	0	0,00	0
Penalty	0	0,00	0

Pontapé de Baliza	0	0,00	0
Pontapé de Canto	3	16,67	0
Pontapé de Saída	0	0,00	0
Total	18	100,00	2
Missing	0	0,00	0
Total	18	100,00	2

Quanto à categoria Técnica, mais precisamente à sub-categoria Acções Individuais Ofensivas há a registar a ocorrência de unidades de informação sobre Drible/Finta, Passe e Condução de Bola, com uma média de 2, 1 e 1 respectivamente (tabela 22), sendo que na sub-categoria Acções Individuais Defensivas apenas há a registar a ocorrência de 1 unidade de informação nas 9 palestras da Técnica do Guarda-Redes Defensiva (tabela 23).

Tabela 23 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Ofensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Cabeceamento	1	2,50	0
Condução de Bola	7	17,50	1
Cruzamento	0	0,00	0
Drible/Finta	15	37,50	2
Lançamento de Linha Lateral	0	0,00	0
Passe	12	30,00	1
Protecção de Bola	0	0,00	0
Recepção/Controlo de Bola	3	7,50	0
Remate	2	5,00	0
Simulação	0	0,00	0
Técnica do Guarda-Redes	0	0,00	0
Total	40	100,00	4
Missing	0	0,00	0
Total	40	100,00	4

Tabela 24 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Defensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Cabeceamento Defensivo	0	0,00	0
Carga	0	0,00	0
Desarme	0	0,00	0
Intercepção	0	0,00	0
Técnica do Guarda-Redes Defensiva	1	100,00	0
Total	1	100,00	0
Missing	0	0,00	0
Total	1	100,00	0

Na categoria Outras Dominantes (tabela 24) verificamos a maior ocorrência de unidades de informação de Resultado Desportivo e Contexto do Jogo, com 44,74% e 43,42% e uma média de 4 unidades de informação, respectivamente, seguido de Leis do Jogo e Equipa de Arbitragem, com 6,58% e 5,26% e uma média de 1 e 0, respectivamente.

Tabela 25 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Outras Dominantes da Dimensão O QUÊ?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Contexto do Jogo	33	43,42	4
Equipa de Arbitragem	4	5,26	0
Leis do Jogo	5	6,58	1
Resultado Desportivo	34	44,74	4
Total	76	100,00	8
Missing	0	0,00	0
Total	76	100,00	8

No que à categoria Equipa Adversária diz respeito (tabela 25) verificamos uma maior prevalência de Caracterização Equipa e Caracterização Jogador Individual, com 66,67% e 26,39% e uma média de 5 e 2 unidades de informação, respectivamente. As sub-categorias Caracterização Sub-Grupo de Jogadores e Outras Dominantes apresentaram valores inferiores a 5%.

Tabela 26 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Equipa Adversária da Dimensão O QUÊ?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Caracterização Equipa	48	66,67	5
Caracterização Jogador Individual	19	26,39	2
Caracterização Sub-Grupo de Jogadores	3	4,17	0
Categoria Outras Dominantes	2	2,78	0
Total	72	100,00	8
Missing	0	0,00	0
Total	72	100,00	8

Dimensão A QUEM?

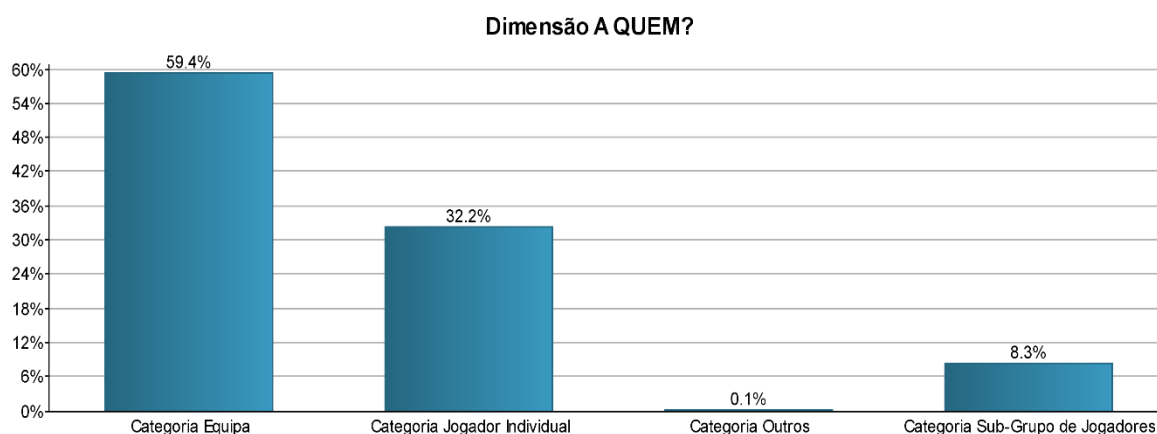


Gráfico 5 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão A QUEM?

Podemos constatar (tabela 26 e gráfico 5) que a maioria da informação transmitida pelo treinador foi dirigida à Equipa, com 59,36% e uma média de 51 unidades de informação.

Posteriormente verificamos que a categoria Jogador Individual apresenta uma ocorrência de 32,18% e uma média de 28 unidades de informação, ao passo que a Sub-Grupo de Jogadores o treinador se dirigiu 8,33% das vezes com uma média de 7 unidades de informação, sendo que a categoria Outros apresenta valores quase nulos, 0,13%.

Tabela 27 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão A QUEM?

Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Categoria Equipa	463	59,36	51
Categoria Jogador Individual	251	32,18	28
Categoria Outros	1	0,13	0
Categoria Sub-Grupo de Jogadores	65	8,33	7
Total	780	100,00	87
Missing	0	0,00	0
Total	780	100,00	87

A análise à categoria Sub-Grupo de Jogadores (tabela 27) revela que foram os Médios o grupo a quem o treinador se dirigiu com maior prevalência, com 49,23% e uma média de 4 unidades de informação, seguido dos Defesas com uma média de 2 unidades, e com 1 os Avançados e Outros, não se tendo registado ocorrências para os Guarda-Redes.

Tabela 28 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Jogador Sub-Grupo de Jogadores da Dimensão A QUEM?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Avançados	6	9,23	1
Defesas	14	21,54	2
Guarda-Redes	0	0,00	0
Médios	32	49,23	4
Outros	13	20,00	1
Total	65	100,00	7
Missing	0	0,00	0
Total	65	100,00	7

Quando o treinador se dirigiu individualmente aos jogadores (tabela 28) foi a sub-categoria Ponta de Lança que apresentou maior prevalência, com 22,71% e uma média de 6 unidades de informação.

Com uma média de 5 unidades de informação verificamos as sub-categorias Defesa Lateral e Médio Interior, seguidas de Defesa Central, Extremo e Guarda-Redes com uma média de 3 e, por último, Médio Defensivo e Médio Ofensivo com uma média de 1 unidade de informação.

Tabela 29 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Categoria Jogador Individual da Dimensão A QUEM?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Defesa Central	27	10,76	3
Defesa Lateral	43	17,13	5
Extremo	30	11,95	3
Guarda-Redes	24	9,56	3
Médio Defensivo	10	3,98	1
Médio Interior	48	19,12	5
Médio Ofensivo	12	4,78	1
Ponta de Lança	57	22,71	6
Total	251	100,00	28
Missing	0	0,00	0
Total	251	100,00	28

Dimensão COMO?

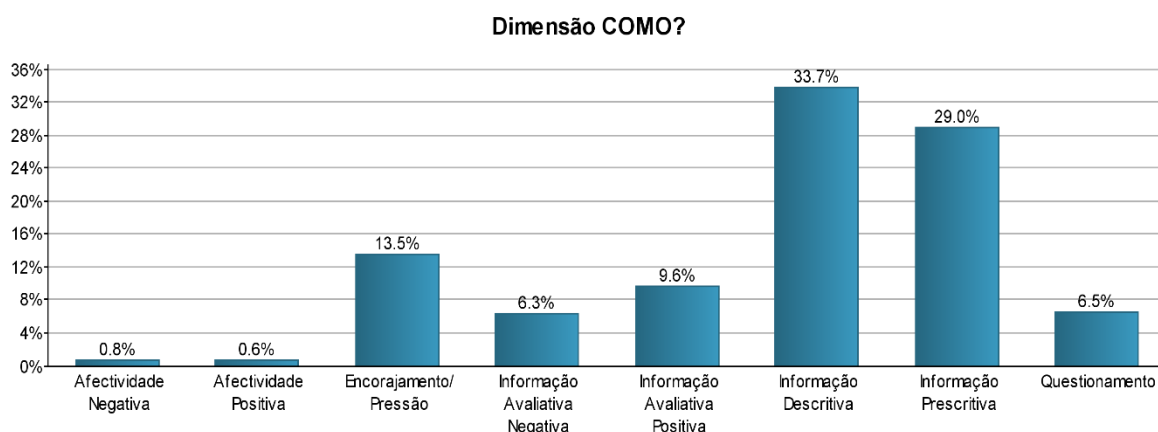


Gráfico 6 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão COMO?

Constatamos que as categorias Descritiva com 33,72% e a Prescritiva com 28,97% foram as mais utilizadas na forma como o treinador observado transmitiu as unidades de informação aos jogadores, resultando numa média de 29 e 25 unidades de informação, respectivamente (tabela 29 e gráfico 6).

Posteriormente verificamos as categorias Encorajamento/Pressão e Informação Avaliativa Positiva, com 13,46% e 9,62% e uma média de 12 e 8 unidades de informação respectivamente.

Com menor prevalência verificamos as categorias Questionamento, Informação Avaliativa Negativa com 6,54% e 6,28% e uma média de 6 e 5 unidades de informação, respectivamente.

Com valores residuais registaram-se a Afectividade Negativa e a Afectividade Positiva, com percentagens inferiores a 1% e uma média de 1 unidade de informação.

Tabela 30 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras ao intervalo referentes à Dimensão COMO?

Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Afectividade Negativa	6	0,77	1
Afectividade Positiva	5	0,64	1
Encorajamento/Pressão	105	13,46	12
Informação Avaliativa Negativa	49	6,28	5

Informação Avaliativa Positiva	75	9,62	8
Informação Descritiva	263	33,72	29
Informação Prescritiva	226	28,97	25
Questionamento	51	6,54	6
Total	780	100,00	87
Missing	0	0,00	0
Total	780	100,00	87

Discussão

Análise e interpretação geral

As palestras analisadas neste estudo ocorreram todas em balneário, nos estádios onde decorreram os respectivos jogos, tendo tido uma duração média de 5 minutos e 12 segundos.

De referir que a duração dos intervalos foi de 15 minutos, sendo inclusivamente esta a duração estabelecida no regulamento de competição dos jogos da qualificação para o Europeu 2015 na República Checa.

A duração mínima foi de 3 minutos e 40 segundos, no segundo e último jogo de preparação realizado pela equipa, e a máxima foi de 7 minutos e 32 segundos, sendo que este valor não representa verdadeiramente o período durante o qual o treinador se dirigiu aos jogadores pois teve a necessidade de ainda no período destinado à sua recuperação de os incitar a descansar e hidratar, apenas iniciando uns minutos depois as mensagens que quis transmitir.

Pegando precisamente nesta última ideia aproveitamos para aclarar que o treinador opta sempre por dar um período de cerca de 5 minutos iniciais onde os jogadores devem ser observados pelo departamento médico, hidratar e repousar em silêncio.

Esta opção vai de encontro na totalidade aos princípios referidos por Castelo (2005).

O treinador transmitiu em média 87 unidades de informação nas palestras ao intervalo, estando este número acima dos valores médios reportados por Pacheco (2002) e Rosa (2003) em palestras pré-jogo no futebol e no voleibol, respectivamente.

Dimensão “O quê?”

No que à dimensão “O quê?” diz respeito, os aspectos táticos foram os predominantes com 40,51% e uma média de 35 unidades de informação, consubstanciando na sua grande maioria informações relativas ao modelo de jogo, mais de 90%, e as restantes referentes à constituição da equipa, com menos de 10%.

Estes valores são inferiores aos reportados por Pacheco (2002) e Santos (2003) ao nível de palestras pré-jogo, em que treinadores de futebol transmitiram uma percentagem de 60,2% e 55,5%, respectivamente, de informações tático-estratégicas.

Também relativamente às palestras pré-jogo no voleibol (Rosa, 2003) este valor ficou abaixo do verificado que se fixou em 64,9%.

Já no hóquei em patins Lourenço (2013) verificou uma percentagem semelhante de cerca de 40% em palestras pré-jogo.

A maioria das mensagens transmitidas pelo treinador centraram-se no momento de organização ofensiva da equipa, com 64,73% e uma média de 21 unidades de informação.

Como exemplos de mensagens transmitidas acerca da organização ofensiva verificamos:

“Agora para para apanharmos o Jogador A, ou o Jogador B ou Jogador C nestas posições ou o Jogador D temos que circular rápido”, onde o treinador se dirige à equipa referindo que para conseguirem colocar os avançados no sector ofensivo em situação de vantagem espaço-temporal, por exemplo perante um adversário que esteja a basear o seu jogo predominantemente no momento de jogo de organização defensiva com forte concentração e aglomeração de jogadores no seu sector defensivo, teriam de efectuar uma circulação de bola mais rápida por forma a que quando a bola chegasse aos avançados estes não tivessem já sob marcação.

“Atenção, Jogador E. Atenção Jogador E, atenção Jogador F. Entrada da área pá, ou tem certeza que vai sair a jogar e que vai passar bem ou então bate a bola na frente.”, onde o treinador alerta certos jogadores para que, na etapa de construção do processo ofensivo ou no momento de transição ofensiva após recuperação de bola, não corram riscos no sector do meio-campo defensivo ou entrada do sector do meio-campo.

De seguida verificamos uma média de 5 unidades de informação referentes ao momento de organização defensiva da equipa e uma média de 2 relativas aos esquemas tácticos ofensivos e defensivos.

Como exemplos de mensagens transmitidas acerca da organização defensiva verificamos:

“Jogador G fechar por fora a linha de passe.”, onde o treinador prescreve a um dos avançados que condicione a etapa de construção do processo ofensivo do adversário, quando este se encontra a circular a bola pelos seus jogadores mais recuados, forçando ou condicionando-o a progredir com a bola em jogo interior e não exterior.

“Pá se os gajos vêm com bola controlada sem pressão, nunca ficar de frente para eles”, onde o treinador prescreve à equipa que retire profundidade atentando à forma como posiciona os seus apoios com vista a evitar que o adversário consiga explorar o espaço nas costas da defesa, isto em etapa de bloco defensivo ou em momento de transição defensiva. É um aspecto particularmente importante perante equipas que têm boa capacidade de passe longo e efectuar desmarcações em profundidade, por exemplo.

Curiosamente foram os lançamentos laterais defensivos que mereceram uma maior quantidade de mensagens transmitidas, podendo isto ser justificado, em parte, pelo pouco tempo disponível para treinar, característico de um contexto de selecção nacional (Silva, 2014).

Em mensagens como *“Nos lançamentos de linha lateral contra pá não adianta, mesmo que o jogador deles vá para cinco metros de quem vai lançar, deixa-o estar. Deixa-o estar lá.”* e *“Atenção lançamentos, este jogador nunca pode ser batido por cima”*, o treinador prescreve alguns comportamentos a adoptar ou não corrigindo, por exemplo, aspectos que verificou na primeira parte.

Esta predominância de mensagens relativas a aspectos ofensivos, em que a equipa tem a posse de bola, pode dever-se ao facto de a equipa ter mais qualidade que a maioria dos adversários ou, no mínimo, não sendo inferior em termos de qualidade a nenhum dos adversários que defrontou.

Em termos do ranking inicial através do qual foram formados os grupos de qualificação, Portugal encontrava-se no pote 2, ou seja, em termos teóricos e de definição dos grupos, Portugal seria a 2ª melhor equipa do seu grupo.

Este aspecto fica de alguma forma claro quando verificamos que a Selecção Sub21 venceu 14 jogos consecutivos, um recorde a nível nacional, e venceu todos os 10 jogos da fase de qualificação, oito relativos à fase de grupos e dois relativos ao Play-off, um recorde internacional na medida em que em 20 anos deste formato de qualificação nunca uma Selecção havia conseguido vencer todos os jogos da fase de qualificação.

Assim sendo, podemos considerar que a Selecção Sub21, pela sua qualidade e forma de jogar (Silva, 2014) assumiu muitas vezes a iniciativa do jogo, tendo a posse de bola, logo constatamos aqui a relação com a maioria das mensagens transmitidas pelo treinador.

A este propósito, alguma investigação já abordou e comparou qualitativamente as equipas, sua capacidade de ter a posse de bola, entre outros.

Numa análise efectuada sobre o Campeonato do Mundo de 2010 foi verificado que as equipas vencedoras obtiveram percentagens de posse de bola significativamente superiores às perdedoras, efectuam um maior número de passes certos, e obtiveram uma maior percentagem de ataques efectivos e um número significativamente maior de ataques que terminaram com remate à baliza do adversário (Janković, Leontijević, Pašić & Jelušić, 2011).

Collet (2013) constatou que a capacidade de uma equipa ter maior percentagem de posse de bola era um preditor de resultados positivos quer a nível de competições nacionais, competições europeias e, ainda, a nível das competições internacionais de selecções. Este indicador via o seu efeito diminuído quando se compararam equipas de nível qualitativo semelhante.

A categoria psicológica representou 18,21% do conteúdo da palestra do treinador, com uma média de 16 unidades de informação. Como exemplos destas mensagens verificamos:

“Não adianta ficarmos enervados por eles estarem ali no chão, não adianta.”, onde o treinador procura que os jogadores mantenham o foco naquilo que podem controlar, isto é, a forma como competem com a bola em jogo seja no processo ofensivo seja no processo defensivo, em vez de se desconcentrarem com determinadas atitudes do adversário sobre as quais não têm qualquer controlo.

Este tipo de mensagem é importante e relevante, por exemplo, perante adversários que optam estrategicamente por tentar quebrar o ritmo de jogo, demorando a repor a bola em jogo ou deixando-se cair ou ficar no relvado com indícios de lesão de forma sistemática. É comum ocorrer frente a adversários de qualidade inferior em situação de empate ou em situação de vantagem destes no resultado.

Considerando que o tempo útil de jogo no futebol pode rondar os 54 minutos (Lago-Peñas, Rey & Lago-Ballesteros, 2012) dos 90 minutos regulamentares, perante equipas que optem por o tipo de postura descrito é fundamental que o treinador procure manter a concentração dos jogadores no que eles podem controlar não dispendendo energias necessárias para o tempo em que a bola efectivamente está em jogo.

“Em termos de determinação é isto que eu quero, a partir de determinada altura. É isto que eu quero.”, onde o treinador procura reforçar positivamente a forma como os jogadores passaram a encarar o jogo no decorrer deste.

Relativamente aos estudos acima comparados verificamos que este valor é superior ao reportado por Lourenço (2013) que verificou uma percentagem de 11%, Rosa (2003) 11,6% e Pacheco (2002) 16,6%. Já Santos (2003) constatou uma percentagem de 35% de conteúdo psicológico nas palestras pré-jogo de treinadores de futebol em divisões secundárias.

Finalmente, verificamos as categorias física, outras dominantes e equipa adversária, todas com cerca de 10% e uma média de 9, 8 e 8 unidades de informação, respectivamente.

A nível físico verificamos mensagens como:

“Descansa bem, respira bem”, “Ninguém está muito cansado? Ninguém está de rastos?”, “Jogador A como é que estás?”, onde o treinador procura assegurar num primeiro momento que os jogadores repousem, para posteriormente questioná-los acerca da sua condição física com vista a perceber eventuais problemas ou condicionantes físicas que possam existir e que possam levar à necessidade de substituição ou de, pelo menos, colocar algum ou alguns jogadores a fazer aquecimento.

“Intensidade é a chave deste jogo, não é a qualidade”, onde o treinador faz referência ao facto de o aspecto físico ser mais decisivo que a qualidade de jogo num dado contexto, por

exemplo num relvado em más condições que impossibilite uma boa circulação de bola, característica do modelo de jogo da equipa (Silva, 2014).

Este aspecto é particularmente relevante num contexto de selecção nacional pois caracteriza-se por pouco tempo disponível para treinar e mesmo passar mensagens aos jogadores. Queremos com isto dizer que havendo pouco tempo e sendo ele investido na sua parte útil em treino relativo ao modelo de jogo da equipa, princípios gerais e específicos ofensivos e defensivos, perante um adversário ou contexto – caso de um relvado em más condições - que não estejam a permitir a sua aplicação, urge que a equipa consiga perceber o que o jogo está a pedir e actuar, entenda-se adaptar, em conformidade.

Muitas vezes, por motivo das características de um contexto de selecção nacional e ainda mais nos escalões de formação ou fase de transição júnior-sénior, os jogadores ou equipa não se conseguem adaptar a este tipo de constrangimentos, daí que o intervalo seja um momento de oportunidade para que o treinador consiga transmitir estas mensagens aos jogadores.

Nas outras dominantes o discurso do treinador centrou-se no contexto de jogo e no resultado, representando estes aspectos uma média de 4 unidades de informação e cerca de 90% da categoria.

Em termos de contexto de jogo mensagens como:

“E a 2ª parte em termos de passagem de tempo vai ser pior.”, onde o treinador alerta para o que espera do jogo em termos de estratégia do adversário em função do resultado que se verifica.

“Eu sei, eu sei que o campo não está tão bom como parece. Ok?”, onde o treinador caracteriza o estado do relvado, por exemplo.

Quanto ao resultado do jogo:

“Já fizemos uma coisa importante que é sair na frente”, onde o treinador aborda a importância de marcar golo primeiro que o adversário, ainda mais na primeira parte.

“Vamos malta, estamos dentro do objectivo 0 golos sofridos”, onde o treinador se refere, por exemplo, a objectivos intermédios que estejam estabelecidos para o jogo, como neste caso o evitar sofrer golos.

“Mas ainda, os gajos, é o que eu vos digo 1-0 com estas equipas um biqueiro para a frente um gajo que se isola um gajo que escorrega e vão dois pontos à vida. Ok?”, onde o treinador alerta a equipa para a necessidade de continuar a procurar aumentar a vantagem.

Um aspecto aqui referenciado e que representa, igualmente, um dado muito importante para os treinadores é o de numa grande percentagem de jogos (73,21% no Mundial de 2006) serem as equipas que marcam primeiro as que os vencem (Armatas & Yiannakos, 2010).

Relativamente ao adversário, cujo conteúdo representou 9,23%, as mensagens centraram-se essencialmente na equipa, com 66,67%, e a nível individual, com 26,39%, e uma média de 5 e 2 unidades de informação, respectivamente.

“Se os outros, se continuarmos a obrigá-los a esta intensidade, eles acabam por cair”, onde o treinador procura assegurar à equipa que o adversário fisicamente irá ter as suas capacidades diminuídas com o decorrer do jogo caso a equipa continue, através da sua circulação de bola por exemplo, a forçá-los a desgastarem-se.

“Jogador A os gajos epá é profundidade. Profundidade, profundidade, profundidade”, onde o treinador caracteriza a estratégia que o adversário adoptou na primeira parte ou mesmo aquilo que o caracteriza ofensivamente o modelo de jogo do adversário, referindo-se à forma como o adversário procura explorar o espaço nas costas dos defesas no seu processo ofensivo.

Este valor é superior ao reportado por Santos (2003), de 4,3%, inferior ao verificado por Pacheco (2002) de 11,1%, por Lourenço (2013) de 29% e por Rosa (2003) de 41,4%.

A categoria Outros, que representou 0,77% e uma média de 1 unidade de informação transmitida pelo treinador, consubstancia mensagens transmitidas pelo treinador referentes a aspectos que, não se enquadrando nas restantes categorias mais específicas, se relacionam indirectamente com o jogo ou não têm qualquer relação.

Este baixo valor referente à categoria Outros permite concluir que o treinador utiliza o intervalo para transmitir mensagens específicas ou directamente relacionadas com o jogo.

“Jogador A? Não interessa.” e *“Jogador B já está.”*, são exemplos de mensagens onde, por exemplo, o treinador abordava a situação física de jogadores que já não iriam participar na 2ª parte do jogo.

Dimensão “A quem?”

No que à dimensão “A quem?” diz respeito verificamos uma média de 51 unidades de informação transmitidas à equipa, representando 59,36%, e uma média de 28 transmitidas individualmente, representando 32,18%. O treinador apenas dirigiu 8,33% do conteúdo da sua intervenção, equivalente a uma média de 7 unidades de informação, a sub-grupos de jogadores.

De seguida, exemplos de mensagens transmitidas a estas diferentes categorias:

“Perdemos a bola rápido a cair em cima deles.”, onde o treinador refere a forma como a equipa tem pressionado o adversário no momento de transição defensiva.

“Bem Jogador A a sair quando eles começam, quando percebes que eles estão a ir para dentro.”, onde o treinador avalia positivamente o comportamento táctico defensivo de um jogador quando em etapa de bloco defensivo pressiona o adversário.

“Problema. Jogador B, Jogador C, acabem com essa tendência de vir buscar a bola no pé.”, onde o treinador refere um problema que constatou no decurso da primeira parte, no caso a constante aproximação dos médios interiores aos defesas na etapa de construção do processo ofensivo em 4-4-2 losango, em que a equipa perde profundidade no seu jogo ao aumentar a concentração de jogadores no sector do meio-campo defensivo ou no início do sector do meio-campo e se torna incapaz de criar e explorar espaços na organização defensiva do adversário.

Nas palestras pré-jogo também em futebol, Santos (2003) e Pacheco (2002) verificaram percentagens de 53,4% e 61,8% do conteúdo transmitido à equipa, 15,9% e 33%, respectivamente transmitido de forma individual e 8,4% e 5,2% transmitido a sub-grupos de jogadores.

No voleibol em palestras pré-jogo Rosa (2003) verificou uma menor percentagem de informações dirigidas à equipa, de 49,2%, seguido de sub-grupos de jogadores, com

19,7%, ao passo que a informação transmitida pelos treinadores individualmente se fixou em 5,8%.

Nas palestras pré-jogo no hóquei patins, Lourenço (2013) verificou que o treinador se dirigiu quase exclusivamente à equipa, com 98,2%, transmitindo a restante informação de forma individual, com 1,2%.

Dimensão “Como?”

No que à dimensão “Como?” diz respeito o treinador transmitiu informações essencialmente de forma descritiva e prescritiva, representando 33,72% e 28,97%, respectivamente, o que equivaleu a uma média de 29 e 25 unidades de informação assim veiculadas.

Como exemplos de mensagens transmitidas de forma descritiva verificamos:

“Temos dois exemplos ou três já que a bola entrou ali, nós pressionamos, ele joga para trás, continuamos a pressão e ele acaba por nos entregar a bola. Está ok?” e “Não quer dizer que tu vás levar para dentro, mas só, só o teu movimento para dentro neste, nesta altura, obriga o gajo que está a tapar o Jogador A a fazer ligeiro, ligeiro movimento dentro senão tu vais sozinho.”, onde o treinador descreve aspectos que verificou na primeira parte ou descreve o tipo de acção a realizar pela equipa ou jogadores na segunda parte.

De forma prescritiva, aqui ficam alguns exemplos:

“O que eu não quero é que isto aconteça, que a bola entre entre nas nossas costas”, onde o treinador prescreve que não quer que a equipa permita que o adversário explore o espaço nas costas da defesa por incapacidade de a equipa retirar profundidade no processo defensivo.

“Jogador A, quando estás 1contra1 vai logo embora.”, onde o treinador prescreve que um avançado, por exemplo, quando em processo ofensivo e apenas com a marcação de um adversário o tente ultrapassar fintando ou conduzindo a bola, através da sua velocidade.

Em termos das mensagens transmitidas de forma descritiva, o valor verificado neste estudo fica acima dos reportados por Santos (2003) e Pacheco (2002) em palestras pré-jogo, tendo sido de 17,5% e 18,6% respectivamente.

Já ao nível de informação prescritiva verificamos que o valor obtido fica abaixo dos reportados pelos mesmos autores, tendo estes obtido 79,2% e 56,4% respectivamente.

É possível que antes dos jogos os treinadores optem por transmitir informações predominantemente prescritivas relativas ao que os jogadores devem efectuar, ao passo que ao intervalo o treinador já pode avaliar positiva ou negativamente algumas situações ocorridas bem como elogiar ou criticar o comportamento dos jogadores.

Posteriormente, verificamos que o treinador transmitiu uma média de 12 unidades de informação na forma de encorajamento/pressão, que representou 13,5% do conteúdo, e ainda uma média de 8 de informação avaliativa positiva, que representou 9,6%, que contrastou com a média de 5 unidades de informação avaliativa negativa, representando 6,28%.

Como exemplos de mensagens de encorajamento verificamos:

“Vamos lá embora ãh? Vamos lá embora malta” e “Jogador A, quando estás a jogar, aquele gajo 1contra1 tu vais as vezes que quiseres, tu também.”, onde o treinador se dirige à equipa ou individualmente, por exemplo, incitando e encorajando.

Mensagens transmitidas de forma avaliativa positiva e negativa constatamos:

“Bem Jogador B excelente a descobrir lá o jogador” e “Bem Jogador C, bem Jogador D, bem Jogador E, Jogador F bem na linha.”, onde o treinador avalia individual ou sectorialmente, por exemplo, determinada acção ou acções dos jogadores.

“Apesar de estarmos a circular rápido não estamos a circular bem. Ok?” e “Falhámos, falhámos ali três/quatro passes que não, que não, não devíamos ter falhado, mas a intensidade é essa.”

Limitações da investigação e direcções futuras

Este estudo apresenta algumas limitações que passamos a abordar.

A amostra foi pequena, 9 palestras ao intervalo, mesmo apesar de ser semelhante a outras investigações realizadas.

Tal facto assumiu outras condicionantes que se relacionaram com o resultado desportivo, pois em nenhuma palestra a Selecção Sub21 esteve, por exemplo, a perder.

Não que o facto de estar a perder pudesse alterar substancialmente os dados obtidos, no entanto a análise do conteúdo de palestras ao intervalo com essa condição reforçaria a força dos resultados obtidos.

Tratando-se de um estudo de caso, este estudo permite obter uma ideia já razoável acerca da caracterização da instrução do treinador cujas palestras foram analisadas, no entanto seria pertinente ter uma amostra maior.

Por outro lado a análise aqui efectuada centrou-se na codificação das unidades de informação transmitidas pelo treinador, ou seja, apenas se consideraram as mensagens verbais transmitidas pelo treinador.

Seria pertinente procurar avaliar, futuramente, não apenas as mensagens verbalmente transmitidas mas também a comunicação não-verbal, seja o tom de voz, gestos, entoação, entre outros.

Como acabámos de referir, este estudo focou-se nas mensagens transmitidas pelo treinador, sendo que um processo de comunicação passa pela existência de um emissor, de uma mensagem emitida e de um receptor, sendo que a forma como este último percebe e processa a mensagem pode ser muito ou pouco semelhante à intenção do emissor.

Assim sendo, seria interessante em estudos futuros procurar saber, previamente à palestra, que mensagens pretende o treinador transmitir, de que forma e a quem. Posteriormente, faria sentido que após a palestra se questionasse o treinador, e possivelmente elementos da sua equipa técnica presentes na reunião, acerca do modo como a percebeu e como acredita ter passado as mensagens desejadas.

Concomitantemente, seria importante perceber junto dos jogadores, os receptores, que mensagens perceberam, processaram e inclusivamente retiveram.

Tal como Potrac, Brewer, Kones, Armour e Hoff (2000) advogaram, pode ser também pertinente realizar entrevistas interpretativas aos treinadores observados, com vista a complementar os dados obtidos por intermédio dos sistemas de observação e melhor

compreender as interações complexas existentes no processo de treino e competição desportivas bem como os processos de comunicação do treinador, percebendo os contextos em que se desenrolam e de alguma forma como estes afectam esses processos.

Serão, igualmente, necessários mais estudos no contexto de selecções nacionais, que já comparámos e distinguimos do contexto de clube (Silva, 2014), nos seus diversos escalões, bem como neste último de forma a ser possível criar um corpo de conhecimento mais forte e verificar se as opções que os treinadores tomam em termos de palestras pré-jogo variam e diferem na medida das diferenças existentes entre estes contextos.

Um aspecto que também consideramos relevante aqui mencionar prende-se com a ficha de observação utilizada, criada ou adaptada a utilizar neste tipo de investigações.

Creemos que as diferenças verificadas entre as diversas fichas utilizadas nalgumas das investigações que aqui utilizámos como referencial de comparação se justificam em grande medida pelas necessidades de resposta a realidades distintas, isto é, por servirem de elemento de análise de tipos de desportos diferentes.

No entanto seria preferível que se caminhasse para uma uniformização em determinadas dimensões de análise ou em determinadas categorias, algo que possibilitaria um grau de comparação mais interessante e forte do que aquele que podemos constatar actualmente. Permitindo, naturalmente, que as dimensões ou categorias que analisam conteúdos mais específicos e exclusivos de cada modalidade sejam de facto distintos e que possibilitem a criação de um corpo de conhecimento específico e vasto de cada modalidade.

Simultaneamente, existe para nós uma limitação vinculada a este tipo de investigação que não pode ser olvidada e que se relaciona também com a ficha de observação e/ou metodologia adoptada. Quando analisamos a instrução de um treinador focando-nos nas mensagens verbais por si transmitidas e daí extrapolando conclusões, temos de atentar ao facto de que as fichas não são absolutamente conclusivas.

Pretendemos com isto dizer que se um treinador está a dar uma palestra, onde estão presentes vários jogadores, não é por ele se dirigir à equipa que todos o estão a ouvir ou, pelo contrário, se o treinador se dirige individualmente a um jogador pode muito bem ter a intenção de projectar a mensagem para um outro colega, sub-grupo de jogadores ou equipa na totalidade.

Da mesma forma, uma determinada mensagem transmitida pelo treinador, que é posteriormente transcrita, transformada em unidade ou unidades de informação e codificada, pode ter sido dita num contexto ou numa forma que tivesse a intenção de ter um impacto psicológico, por exemplo, sendo que no entanto se enquadra numa categoria diferente, quando analisado de forma absoluta crua e no absoluto respeito pelas regras científicas.

Finalmente, e considerando o agora exposto, consideramos muito pertinente que sejam realizados mais estudos de caso sobre esta matéria mesmo que aceitando que neste estudo o facto de o investigador fazer parte da equipa técnica do treinador cujas palestras foram analisadas pode, efectivamente, ter levado a uma definição de unidades de informação e consequente interpretação que está condicionada pelo forte conhecimento que existe acerca do treinador, que advém de vários anos de trabalho em conjunto.

Conclusão

As palestras ao intervalo do treinador de uma Selecção Nacional Sub21 analisadas nesta investigação apresentaram uma duração média de cerca de 5 minutos, foram realizadas nos balneários dos estádios de futebol em que a equipa estava a jogar.

Nas palestras ao intervalo o treinador transmitiu uma média de 87 unidades de informação, das quais cerca de 41% foram referentes a aspectos tácticos, onde o modelo de jogo, em particular o momento de organização ofensiva e em menor escala o de organização defensiva, representou cerca de 92%.

O treinador dirigiu-se preferencialmente à equipa em cerca de 59% das suas mensagens, e fê-lo de forma descritiva ou prescritiva em 34% e 29% das vezes.

Por se tratar de um estudo de caso único não é possível generalizar quaisquer conclusões devendo o investigador ser cuidadoso neste aspecto, sendo que é possível desenvolver ou melhorar teoria já existente (Willig, 2001).

Dado o contexto específico em que foram analisadas as palestras ao intervalo neste estudo, numa selecção nacional, os resultados parecem apontar essencialmente para uma maior relevância de aspectos tácticos dirigidos à equipa de forma descritiva ou prescritiva.

Propostas de intervenção prática

Ao nível da conceptualização de uma palestra ao intervalo consideramos importante:

- Definir de forma concreta e sistematizada os aspectos que se pretendem abordar e mensagens a transmitir decorrentes da análise da primeira parte, por forma a assegurar uma organização da palestra que seja perceptível aos jogadores;
- Definir de forma exacta quais as mensagens que se consideram prioritárias transmitir, e que preferencialmente não sejam em excesso;
- Em caso de utilização de vídeo:
 - Procurar que não ultrapasse os 2/3 minutos de duração,
 - Mostrar apenas 1 imagem ou vídeo de cada aspecto que se queira relevar.
- Em caso de utilização de quadros tácticos ou *flipcharts*:
 - Garantir marcas ou marcadores com cores diferentes e que sejam distinguíveis, principalmente caso se exponha ou exponham sistemas tácticos ou outros posicionamentos da própria equipa ou adversária;
 - Escrever mensagens de forma tónica, curta, de preferência com recurso a uma palavra, que sejam facilmente perceptíveis e assimiladas pelos jogadores.

Ao nível da operacionalização de uma palestra ao intervalo consideramos importante:

- Garantir que os jogadores se encontram em silêncio e em repouso após a entrada no baneário;
- Prover o departamento médico de 3/5 minutos para verificarem o estado físico e/ou procederem a eventuais tratamentos/cuidados aos jogadores;
- Captar a atenção dos jogadores no início da palestra;
- Procurar garantir o contacto visual com os jogadores durante a palestra;
- Procurar utilizar a mesma taxonomia, conceitos e definições em termos de modelo de jogo, análise da equipa adversária, entre outros, por forma a facilitar a associação das palavras às imagens/mensagens que o treinador pretende que os jogadores processem e assimilem;
- Variar a entoação e as expressões faciais/corporais durante a transmissão de mensagens, procurando não ficar sempre no mesmo sítio, evitando uma palestra monótona e em tom monocórdico;
- Explicitar qual ou quais os aspectos que a equipa deve continuar a fazer/explorar e qual ou quais deve corrigir ou atentar na segunda parte;

- Dirigir-se, também, de forma individual ou sectorial abordando aspectos ofensivos e/ou defensivos particulares das posições ou sectores;
- Repetir palavras ou mensagens consideradas chave;
- Evitar transmitir mensagens que não sejam concretas ou que não consubstanciem aspectos que efectivamente sejam úteis para os jogadores;
- Perguntar se existem dúvidas ou se os jogadores estão a perceber o que se lhes está a transmitir;
- Perguntar como se encontram fisicamente os jogadores por forma a proceder a alguma substituição perante alguma situação impeditiva ou colocar algum ou alguns jogadores a efectuar aquecimento;
- A palestra não deve ultrapassar os 5/8 minutos de duração.

Referências

- Armatas, V. & Yiannakos, A. (2010). Analysis and evaluation of goals scored in 2006 World Cup. *Journal of Sport and Health Research*, 2(2), 119-128.
- Botelho, S., Mesquita, I. & Moreno, M.P. (2005). A intervenção verbal do treinador de voleibol na competição. Estudo comparativo entre equipas masculinas e femininas dos escalões de formação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 2(V), 174-183.
- Carson, M. (2013). *The Manager. Inside the minds of football's leaders*. (1ªed.). Bloomsbury.
- Castelo, J. (2009). *Futebol. Organização Dinâmica do Jogo* (3ªed.). Centro de Estudos de Futebol da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Cloes, M., Delhaes, J-P. & Piéron, M. (1993). Analyse des comportements d'entraîneurs de volley-ball pendant des rencontres officielles. *Sport*, 141(1), 16-25.
- Collet, C. (2013). The possession game? A comparative analysis of ball retention and team success in European and international football, 2007-2010. *Journal of Sports Sciences*, 31:2, 123-136.
- Del Corral, J., Barros, C.P. & Prieto-Rodríguez, J. (2008). The determinants of soccer player substitutions. *Journal of Sports Economics*, 9(2), 160-172.
- Gilbert, W., Trudel, P., Gaumont, S. & Larocque, L. (1999). Development and application of an instrument to analyse pedagogical content interventions of ice hockey coaches. *Sociology of Sport Online*, 2(2). Recuperado em 6 fevereiro, 2014, de: <http://physed.otago.ac.nz/sosol/v2i2/v2i2a2.htm>
- Grout, J. & Perrin, S. (2004). *Mind Games. Inspirational lessons from the world's finest sports stars*. (1ªed.). Capstone Publishing Limited.
- Janković, A., Leontijević, B., Pašić, M. & Jelušić, V. (2011). Influence of certain tactical attacking patterns on the result achieved by the teams participants of the 2010 FIFA World Cup in South Africa. *Physical Culture*, 65(1), 34-45.
- Lago-Peñas, C., Rey, E. & Lago-Ballesteros, J. (2012). The influence of effective playing time on physical demands of elite soccer players. *The Open Sports Sciences Journal*, 5, 188-192.
- Lourenço, H.A.C. (2013). Comparação entre o conhecimento declarativo e processual – estudo de caso. Análise da preleção de um treinador de hóquei em patins. Tese de Mestrado em Treino Desportivo na Especialidade de Alto Rendimento. Lisboa: Faculdade de Educação Física e Desporto – Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Pacheco, R.M.G. (2002). Caracterização da intervenção do treinador na reunião de preparação da equipa para a competição no futebol. Estudo comparativo de treinadores da 1ª Liga e da 2ª Divisão-B no escalão de seniores masculinos. Tese de

Mestrado em Ciências do Desporto, Treino de Alto Rendimento Desportivo. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física – Universidade do Porto.

- Pina, R. & Rodrigues, J. (1999). “Análise da instrução na competição em voleibol”, in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº6. F.M.H.-Serviço de Edições. Lisboa. pp 45-53.
- Pina, R. & Rodrigues, J. (1997). “Análise do comportamento do treinador em competição. Estudo dos episódios de informação em voleibol”, in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº5. F.M.H.-Serviço de Edições. Lisboa. pp 71-89.
- Potrac, P., Brewer, C., Jones, R., Armour, K. & Hoff, J. (2000). Toward an holistic understanding of the coaching process. *Quest*, 52, 186-199.
- Rodrigues, J., Rosado, A., Sarmiento, P., Ferreira, V. & Veiga, A.L. (1997). “O sistema de observação do comportamento do treinador e do atleta (SOTA). Estudo ilustrativo em natação e voleibol”, in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº1,2 e 3. F.M.H.-Serviço de Edições (2ªedição). Lisboa. pp 11-24.
- Rosa, G.C.M.O.P. (2003). A Intervenção do Treinador de Voleibol na Reunião de Preparação da Equipa para a Competição. Tese de Mestrado em Ciências do Desporto, de Treino de Alto Rendimento Desportivo. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física – Universidade do Porto.
- Rosado, A. & Mesquira, I. (2009). “Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução”, in Pedagogia do Desporto, edições FMH. Cruz Quebrada. pp. 69-130.
- Santos, A.M.C. (2003). Análise da instrução na competição em futebol. Estudo das Expectativas e dos Comportamentos de Treinadores da 2ª Divisão B, na Prelecção de Preparação e na Competição. Tese de Mestrado em Treino de Alto Rendimento. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana – Universidade Técnica de Lisboa.
- Santos, L. (2012). *A preparação do jogo*. In Marco, A. & Pedro S. (Eds.), *Andebol um caminho para o alto rendimento*, (1ªed.). Lisboa: Visão e Contextos.
- Silva, A.M.C. (2014). Por dentro da Selecção Nacional de Futebol Sub-21 (2010-2012). Relatório de Estágio em Treino Desportivo, especialização em Alto Rendimento na área do futebol. Lisboa: Faculdade de Educação Física e Desporto – Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Willig, C. (2001). *Introducing Qualitative Research in Psychology. Adventures in theory and method*. (1ªed.). Open University Press.

CAPÍTULO IV

Estudo 3

As Palestras Pós-Jogo do Treinador de Futebol

Resumo

As palestras pós-jogo representam um momento de análise do desempenho desportivo, que permite aos jogadores saber a avaliação que o treinador fez do jogo.

Este estudo teve como objectivo analisar as palestras pós-jogo de um treinador de futebol no contexto de uma selecção nacional.

Foi utilizada uma metodologia de estudo de caso único com observação participante. A amostra consistiu num total de nove palestras pós-jogo, tendo sido analisadas as unidades de informação transmitidas pelo treinador através de um sistema de observação adaptado do SAPCI e do SOTA.

Os resultados obtidos demonstram que a duração média das palestras foi de cerca de 2 minutos e meio, nos quais o treinador transmitiu uma média de 41 unidades de informação.

O treinador transmitiu preferencialmente mensagens relacionados com outras dominantes do rendimento desportivo, quase exclusivamente sobre o resultado, cerca de 28%, seguido de 22% de conteúdo não específico e 19% de conteúdo psicológico.

As mensagens relativas à equipa adversária representaram apenas cerca de 1% da palestra, e as relativas a aspectos tácticos apenas 13%.

O treinador dirigiu as suas mensagens predominantemente à equipa, em cerca de 76%.

O discurso do treinador foi feito essencialmente na forma descritiva, aproximadamente 32%, seguido de afectividade positiva e de prescrições, cerca de 24% e 23%, respectivamente.

Palavras-Chave: prelecção pós-jogo, reunião pós-jogo, comunicação do treinador, relação treinador-atleta.

Abstract

The post-match briefings represent a moment of the sports performance analysis, which allow the players to be aware of their coach's views about the game.

This study aims to analyse a football coach's post-match briefings in a national team context.

A single case study methodology was used with participant observation. The sample consisted of a total of nine post-match briefings, having been analyzed the information units conveyed by the coach through an observation system adapted from SAPCI and SOTA.

Results show that the average duration of the briefings was circa 2 and a half minutes, in which the coach conveyed an average of 41 information units.

The coach conveyed preferably messages related to other dominants of the sports performance, almost exclusively about the result, circa 28%, followed by 22% of nonspecific content and 19% of psychological content.

Messages regarding the opposition team represented only circa 1% of the briefing, and the ones regarding tactical aspects just 13%.

The coach directed his messages mainly to the whole team, circa 76%.

The coach's speech was essentially made in a descriptive way, approximately 32%, followed by praise and prescriptions, circa 24% e 23%, respectively.

Keywords: post-match talk, post-match team meeting, debriefing, coach communication, coach-athlete relationship.

A palestra pós-competitiva serve para avaliar o desempenho e promover a aprendizagem dos atletas, buscando os treinadores potenciais benefícios psicológicos da mesma, devendo igualmente ser solicitada a participação activa dos atletas havendo, ainda, a consciência da importância do poder na relação treinador-atletas para a eficiência e eficácia destes momentos (McArdle, Martin & Lennon, 2010).

Alex Ferguson, conceituado ex-treinador de futebol com uma carreira muito associada ao Manchester United, na sua autobiografia reflecte acerca da evolução das palestras pós-jogo. *“No meu tempo de jogador, os treinadores raramente interpelavam os atletas durante aqueles momentos plenos de adrenalina imediatos ao final das partidas. As primeiras acusações costumavam surgir entre jogadores, muitas vezes durante o duche. (...) Hoje em dia os treinadores têm sempre uma palavra a dizer depois do jogo. Se querem analisar, criticar ou elogiar alguém, há um momento de envolvimento depois do apito final durante o qual a sua influência pode ser útil: 10 a 15 minutos.”* (Ferguson, 2014, p. 129).

Ferguson vai mais longe acerca da relevância das palestras pós-jogo considerando *“I think it’s black and white. If they’ve had a bad performance, I would tell them. I wouldn’t hold back. And once it’s over, we would never revisit it. I would say my piece on a Saturday after a game and that’s finished, we wouldn’t go over it again. I’d have no time to go over it again, I’d have next week to consider. (...) The other important thing is always to tell them the truth. (...) There’s no softening for one player over another player, they’ve all got to understand what black and white means, and they’d also have to understand what I am. Once they accept that, we’d have absolutely no problems.”* (Carson, 2013, p. 143-144).

Outro aspecto relevante a abordar prende-se não apenas com o conteúdo da palestra pós-jogo mas também com a forma, a emoção que se pretende transmitir e algumas vicissitudes relativas a como o conseguir.

Sobre isto parece-nos relevante o que diz Ancelotti quando afirma *“Sometimes we play well and we lose for an individual mistake. Then I don’t say anything. But recently we drew a game because the players were selfish and didn’t want to pass the ball and wanted to score themselves. I killed the players for three days. (...) After the game I spoke in Italian. Usually when I shout, I shout in Italian. I am more fluent in Italian. It doesn’t matter if they don’t understand the words – they understand the sense and the emotion. Sometimes in a foreign language it is very difficult to show what you really feel, and if you don’t have the proper language it is very difficult. One of the most difficult things is to motivate the players. You*

have to use the right expression. Sometimes with a foreign language I don't have the expression – I speak like a computer. This is the most difficult thing. I show something with my volume and body language.” (Carson, 2013, p. 145).

A palestra pós-competitiva serve para avaliar o desempenho e promover a aprendizagem dos atletas, buscando os treinadores potenciais benefícios psicológicos da mesma, devendo igualmente ser solicitada a participação activa dos atletas havendo, ainda, a consciência da importância do poder na relação treinador-atletas para a eficiência e eficácia destes momentos (McArdle, Martin & Lennon, 2010).

No final da competição será importante o treinador assegurar e manter uma rotina de reunir com os atletas para uma palestra pós-competitiva, independentemente do resultado e do cumprimento ou incumprimento do plano de jogo previamente definido (Rosado & Mesquita, 2009).

Estas considerações parecem-nos relevantes pois nem todos os treinadores adoptam esta estratégia, preferindo não realizar este tipo de palestra apontando como razões o facto de nem jogadores nem treinadores estarem num estado emocional nas melhores condições para efectuar uma análise ao que foi o jogo (Santos, 2012).

No final do jogo, o treinador deve partilhar o resultado com toda a equipa, mantendo a intervenção curta, rever possíveis lesões e situações particulares e avaliar de forma global a eficácia da equipa sobretudo assente no processo que levou ao resultado final (Castelo, 2009).

Segundo Santos (2012) a palestra pós-jogo é importante esclarecer os jogadores relativamente ao que o treinador pensa sobre o jogo, contribuir para um discurso comum no que às reacções pós-jogo diz respeito, e pelo facto de o próximo jogo se começar a preparar a partir desse momento.

O objectivo deste estudo é, então, o de analisar o conteúdo das palestras pós-jogo de um treinador de alto rendimento em contexto de Selecção Nacional, tratando-se de um contexto cujo acesso é muito restrito e cuja investigação visa responder a uma necessidade a este nível contribuindo desta forma para o corpo de conhecimento ainda pouco explorado acerca da comunicação dos treinadores no futebol.

Método

Utilizamos uma metodologia de investigação qualitativa de estudo de caso único com observação participante.

Participantes

Foram analisadas as palestras pós-jogo do treinador da Selecção Nacional Sub21 de Portugal que disputou a qualificação para o Europeu Sub21 2015 na República Checa.

Amostra

Foram analisadas nove palestras pós-jogo, duas de jogos particulares e sete de jogos oficiais, entre Agosto de 2013 e Setembro de 2014.

Tabela 31 Informação dos jogos cujas palestras pós-jogo fizeram parte da amostra.

Jogo	Competição	Data	Duração	Material
Portugal 5-2 Suíça	Particular	14/08/2013	04'05"	Nada a reportar
Portugal 5-1 Noruega	Oficial	05/09/2013	02'30"	Nada a reportar
Portugal 6-1 Polónia	Particular	10/09/2013	02'27"	Nada a reportar
Portugal 3-0 Israel	Oficial	10/10/2013	01'37"	Nada a reportar
Azerbaijão 0-2 Portugal	Oficial	15/10/2013	02'45"	Nada a reportar
Portugal 2-0 Macedónia	Oficial	05/03/2014	02'07"	Nada a reportar
Macedónia 0-1 Portugal	Oficial	23/05/2014	03'56"	Nada a reportar
Noruega 1-2 Portugal	Oficial	04/09/2014	01'19"	Nada a reportar
Portugal 3-1 Azerbaijão	Oficial	09/09/2014	01'37"	Nada a reportar

Instrumento

O instrumento de registo e categorização da informação utilizado foi uma adaptação do *Systematic Analysis of Pedagogical Content Interventions* (SAPCI) (Gilbert, Trudel, Gaumond & Larocque, 1999) e do Sistema de Observação do Treinador e do Atleta (SOTA) (Rodrigues, Rosado, Sarmiento, Ferreira & Veiga, 1997) para a análise sistemática do conteúdo das palestras do treinador.

A adaptação do SAPCI e do SOTA advém não apenas da busca de maior quantidade de informação, mas também da necessidade expressa por Potrac, Brewer, Kones, Armour e Hoff (2000) quando referem a pertinência de considerar as especificidades culturais, e não só, de cada desporto aquando da elaboração e desenvolvimento de um sistema de observação.

A adaptação do SAPCI prendeu-se, essencialmente, à dimensão “O quê?” onde nos socorremos da obra de Castelo (2009) para a definição de categorias específicas do Futebol, e à dimensão “Como?” onde utilizamos referências do *Sistema de Observação do Comportamento do Treinador* (SOTA) (Rodrigues, Rosado, Sarmento, Ferreira & Veiga, 1997).

Procedimentos

Foram registadas as palestras pós-jogo do treinador da Selecção Sub21 de nove dos 10 jogos realizados entre Agosto de 2013 e Setembro de 2014, representando os dois jogos particulares efectuados e sete dos oito jogos oficiais.

As palestras pós-jogo decorreram todas nos balneários dos locais dos jogos, 5 a 15 minutos após o fim dos jogos.

A recolha das informações transmitidas nas palestras pré-jogo foi efectuada com o recurso a uma câmara de filmar Sony HDR-PJ260VE.

Seguidamente procedemos à transcrição das palestras e divisão das informações transmitidas pelo Seleccionador Nacional em unidades de informação.

Procedemos à codificação das unidades de informação através da ficha de observação mencionada acima.

Análise dos Dados

Utilizámos o *software* de análise qualitativa MAXQDA 11 para a codificação e posterior análise das unidades de informação.

Efectuámos uma análise descritiva dos dados obtidos.

Resultados

Observámos as seguintes frequências e percentagens de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo, as quais apresentamos por dimensão de acordo com o sistema de observação utilizado.

Foram analisadas 368 unidades de informação transmitidas ao longo das nove palestras pós-jogo observadas, que perfazem uma média de 41 unidades de informação.

Dimensão O QUÊ?

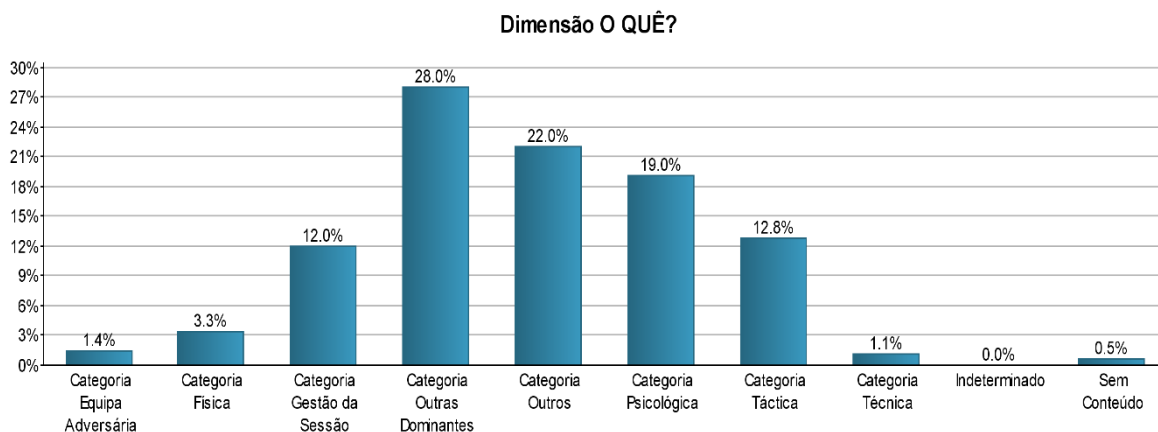


Gráfico 7 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão O QUÊ?

As categorias Outras Dominantes, Outros e Psicológica apresentaram maior número de ocorrências, com 27,99%, 22,01% e 19,02% e uma média de 11, 9 e 8 unidades de informação, respectivamente (tabela 31 e gráfico 7).

Com valores próximos verificamos, seguidamente, as categorias Tática e Gestão da Sessão, com 12,77% e 11,96% e uma média de 5 unidades de informação, respectivamente.

Com percentagens inferiores a 5% e média de unidades de informação de 1 e 0 observamos as categorias Física, Equipa Adversária, Técnica e Sem Conteúdo, não se tendo registo qualquer ocorrência na categoria Indeterminado.

Tabela 32 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão O QUÊ?

Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Categoria Equipa Adversária	5	1,36	1
Categoria Física	12	3,26	1
Categoria Gestão da Sessão	44	11,96	5
Categoria Outras Dominantes	103	27,99	11
Categoria Outros	81	22,01	9
Categoria Psicológica	70	19,02	8

Categoria Tática	47	12,77	5
Categoria Técnica	4	1,09	0
Indeterminado	0	0,00	0
Sem Conteúdo	2	0,54	0
Total	368	100,00	41
Missing	0	0,00	0
Total	368	100,00	41

Quando analisamos as frequências registadas na categoria Tática (tabela 32) verificamos que as sub-categorias Modelo de Jogo e Constituição da Equipa foram as únicas a revelar dados com uma média de 4 e 1 unidades de informação, respectivamente.

Tabela 33 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Tática da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Acções Colectivas Defensivas	0	0,00	0
Acções Colectivas Ofensivas	0	0,00	0
Constituição da Equipa	10	21,28	1
Modelo de Jogo	37	78,72	4
Total	47	100,00	5
Missing	0	0,00	0
Total	47	100,00	5

Relativamente, então, ao Modelo de Jogo (tabela 33) verificamos que a maioria das unidades de informação se centrou na Organização Ofensiva, com 62,16% e uma média de 3 unidades de informação, seguido de Organização Defensiva, com 24,32% e uma média de 1 unidade de informação.

Os Esquemas Táticos Defensivos e a Transição Ofensiva não apresentam expressão em termos médios, representando no entanto 10,81% e 2,70% das unidades de informação transmitidas pelo treinador relativamente ao Modelo de Jogo.

Tabela 34 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Esquemas Táticos Defensivos	4	10,81	0
Esquemas Táticos Ofensivos	0	0,00	0
Organização Defensiva	9	24,32	1
Organização Ofensiva	23	62,16	3
Sistema Tático	0	0,00	0
Transição Defensiva	0	0,00	0
Transição Ofensiva	1	2,70	0
Total	37	100,00	4
Missing	0	0,00	0
Total	37	100,00	4

Dos Esquemas Tácticos Defensivos foi apenas o Livre Lateral referenciado (tabela 34).

Tabela 35 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Sub-Sub-Categoria Esquemas Tácticos Defensivos da Sub-Categoria Modelo de Jogo da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Sub-categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Lançamento de Linha Lateral	0	0,00	0
Livre Frontal	0	0,00	0
Livre Lateral	4	100,00	0
Penalty	0	0,00	0
Pontapé de Baliza	0	0,00	0
Pontapé de Canto	0	0,00	0
Pontapé de Saída	0	0,00	0
Total	4	100,00	0
Missing	0	0,00	0
Total	4	100,00	0

Ao nível da categoria Técnica, como vimos sem expressão mediano cômputo das 9 palestras, constatamos apenas 3 unidades de informação referentes ao Passe e 1 referente à Condução de Bola (tabela 35).

Tabela 36 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Sub-Categoria Acções Individuais Ofensivas da Categoria Técnica da Dimensão O QUÊ?

Sub-Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Cabeceamento	0	0,00	0
Condução de Bola	1	25,00	0
Cruzamento	0	0,00	0
Drible/Finta	0	0,00	0
Lançamento de Linha Lateral	0	0,00	0
Passe	3	75,00	0
Protecção de Bola	0	0,00	0
Recepção/Controlo de Bola	0	0,00	0
Remate	0	0,00	0
Simulação	0	0,00	0
Técnica do Guarda-Redes	0	0,00	0
Total	4	100,00	0
Missing	0	0,00	0
Total	4	100,00	0

Na categoria Outras Dominantes o Resultado Desportivo surge destacado com 83,5% e uma média de 10 unidades de informação (tabela 36). Com uma média de 1 unidade de informação encontramos o Contexto do Jogo e Leis do Jogo com 7,77% e 8,74%, respectivamente.

Tabela 37 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Outras Dominantes da Dimensão O QUÊ?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Contexto do Jogo	8	7,77	1
Equipa de Arbitragem	0	0,00	0
Leis do Jogo	9	8,74	1
Resultado Desportivo	86	83,50	10
Total	103	100,00	11
Missing	0	0,00	0
Total	103	100,00	11

A categoria Adversária, sem expressão média também no cômputo das 9 palestras (tabela 37), apenas foram verificadas 4 unidades de informação referentes à Caracterização Equipa e 1 referente a Outras Dominantes.

Tabela 38 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Equipa Adversária da Categoria Tática da Dimensão O QUÊ?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Caracterização Equipa	4	80,00	0
Caracterização Jogador Individual	0	0,00	0
Caracterização Sub-Grupo de Jogadores	0	0,00	0
Categoria Outras Dominantes	1	20,00	0
Total	5	100,00	1
Missing	0	0,00	0
Total	5	100,00	1

Dimensão A QUEM?

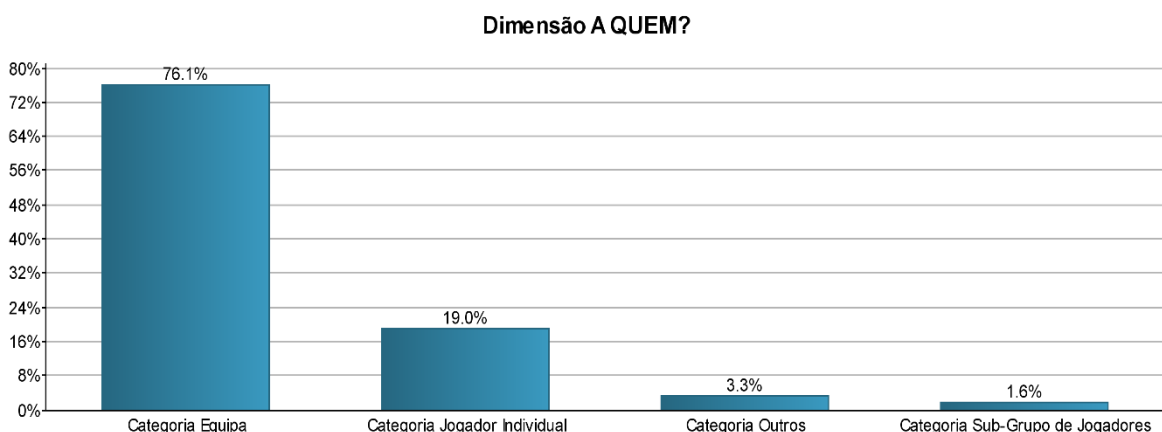


Gráfico 8 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão A QUEM?

O treinador dirigiu-se predominante à Equipa, com 76,09% e uma média de 31 unidades de informação, seguido das restantes categorias, Jogador Individual, Outros e Sub-Grupo de Jogadores, com 19,02% e uma média de 8, 3,26% e 1,26% com uma média de unidade de informação, respectivamente (tabela 38 e gráfico 8).

Tabela 39 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão A QUEM?

Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Categoria Equipa	280	76,09	31
Categoria Jogador Individual	70	19,02	8
Categoria Outros	12	3,26	1
Categoria Sub-Grupo de Jogadores	6	1,63	1
Total	368	100,00	41
Missing	0	0,00	0
Total	368	100,00	41

Relativamente à categoria Sub-Grupo de Jogadores, o treinador dirigiu-se apenas a Outros perfazendo uma média de 1 unidade de informação (tabela 39).

Tabela 40 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Sub-Grupo de Jogadores da Dimensão A QUEM?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Avançados	0	0,00	0
Defesas	0	0,00	0
Guarda-Redes	0	0,00	0
Médios	0	0,00	0
Outros	6	100,00	1
Total	6	100,00	1
Missing	0	0,00	0
Total	6	100,00	1

No que à categoria Jogador Individual diz respeito (tabela 40), foram as posições Médio Interior e Ponta de Lança que registaram maiores ocorrências, com 31,43% e 24,29% e uma média de 2 unidades de informação, respectivamente.

Com uma média de 1 unidade de informação verificamos as posições de Médio Ofensivo, Defesa Central, Defesa Lateral e Extremo, não tendo expressão em termos médios as posições de Guarda-Redes e Médio Defensivo.

Tabela 41 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Categoria Jogador Individual da Dimensão A QUEM?

Sub-Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Defesa Central	5	7,14	1
Defesa Lateral	5	7,14	1
Extremo	9	12,86	1
Guarda-Redes	2	2,86	0
Médio Defensivo	3	4,29	0
Médio Interior	22	31,43	2
Médio Ofensivo	7	10,00	1
Ponta de Lança	17	24,29	2
Total	70	100,00	8
Missing	0	0,00	0
Total	70	100,00	8

Dimensão COMO?

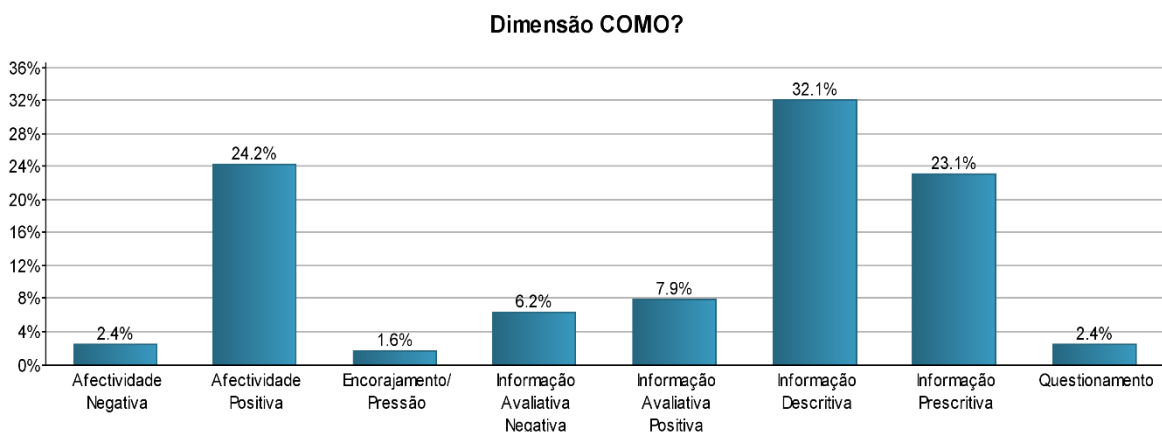


Gráfico 9 Percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão COMO?

O treinador dirigiu-se preferencialmente através de Informação Descritiva, Afectividade Positiva e Informação Prescritiva, com 32,07%, 24,18% e 23,10% média de 13, 10 e 9 unidades de informação, respectivamente (tabela 41 e gráfico 9).

Seguidamente constatamos a Informação Avaliativa Positiva e a Informação Avaliativa Negativa, com 7,88% e 6,25% e uma média de 3 unidades de informação, respectivamente.

Com valores inferiores a 5% e com uma média de 1 unidade de informação por palestra verificamos o Questionamento, a Afectividade Negativa e a Afectividade Positiva.

Tabela 42 Frequência e percentagem de unidades de informação transmitidas nas palestras pós-jogo referentes à Dimensão COMO?

Categoria	Frequência	% Percentagem	Média
Afectividade Negativa	9	2,45	1
Afectividade Positiva	89	24,18	10
Encorajamento/Pressão	6	1,63	1
Informação Avaliativa Negativa	23	6,25	3
Informação Avaliativa Positiva	29	7,88	3
Informação Descritiva	118	32,07	13
Informação Prescritiva	85	23,10	9
Questionamento	9	2,45	1
Total	368	100,00	41
Missing	0	0,00	0
Total	368	100,00	41

Discussão

Análise e interpretação geral

As palestras pós-jogo foram todas efectuadas em balneário, nos estádios onde decorreram os respectivos jogos, tendo sido registada uma duração média de 2 minutos e 29 segundos.

Não havendo qualquer limitação de tempo, ao contrário do que se verifica nas palestras ao intervalo condicionadas pelo limite máximo de 15 minutos consignado para o efeito, podemos considerar esta média como representando um tipo de palestra curta, indo de encontro ao defendido por Castelo (2009).

A duração máxima verificada foi de 4 minutos e 5 segundos, logo no primeiro jogo alvo de análise nesta investigação e que correspondeu ao primeiro jogo, um particular, em que o treinador teve a possibilidade de convocar todos os jogadores que entendesse da geração, isto é, teve à sua disposição 23 jogadores dos quais 10 integraram pela primeira vez um estágio da Selecção Sub21.

A duração mais curta verificada foi de 1 minuto e 19 segundos.

O treinador transmitiu em média 41 unidades de informação, um valor abaixo das 79 e 63 verificadas nas palestras pré-jogo por Pacheco (2002) e Rosa (2003) no futebol e no voleibol, respectivamente, o que é compreensível pela duração mais reduzida do tipo de palestra em análise neste estudo.

Dimensão “O quê?”

No que à dimensão “O quê?” diz respeito verificamos que os aspectos mais referenciados pelo treinador foram referentes a outras dominantes do rendimento desportivo com uma média de 11 unidades de informação, representando cerca de 28% do conteúdo transmitido.

A quase totalidade destas unidades de informação, 10, foram acerca do resultado desportivo, correspondendo no total a pouco mais de 23%.

Verificamos mensagens como:

“Depois disto, pá grande objectivo conseguido, grande objectivo vitória”, “Seis jogos seis vitórias está feito” e “Em relação ao jogo, pá fantástico em termos de resultado”, onde o treinador se refere tanto ao resultado do jogo como a objectivos gerais ou intermédios definidos em relação a este.

Este valor é muito superior ao reportado em investigações realizadas sobre palestras pré-jogo, com Pacheco (2002) a verificar 5,7% e Rosa (2003) 5,1% no voleibol.

Esta diferença considerável pode justificar-se pelo referido por Castelo (2005) como prática aconselhada de partilhar o resultado com a equipa na palestra pós-jogo.

A categoria Outros foi a 2ª com maior número de informações, correspondendo a 9 unidades de informação, representado cerca de 22%.

Este elevado número de mensagens sobre aspectos não enquadrados noutras categorias específicas da ficha de observação prende-se em grande medida com questões relacionadas com o funcionamento do grupo, regras e normas para sermos mais concretos, pois o facto de os estágios ou momentos de concentração da equipa serem espaçados no tempo não permite que haja uma assimilação total destes sem que haja um reforço/controlo permanente.

Mensagens como as seguintes aí se enquadram:

“Pá, nós temos, nós temos hoje, temos que sair do hotel às duas horas. Ok?”, onde o treinador refere, neste caso, um aspecto relativo ao horário que deve ser cumprido,

assumindo este aspecto particular importância quando a equipa está no estrangeiro e com fusos horários diferentes do de Portugal.

“Não interessa o número que levamos para casa aqui na frente.”, “Se é o 10, se é o 14, se é o 17, se é o 9.”, “Interessa a parte que vai aqui. Esta. Ok?”, onde o treinador aborda o aspecto simbólico de representar uma selecção nacional e que isso está acima de questões como o papel de cada um na equipa, titular, suplente utilizado, suplente não utilizado ou não convocado.

A categoria Psicológica apresenta uma média de 5 unidades de informação assim como a Tática e a Gestão da Sessão, apesar de representarem cerca de 19%, 13% e 12%, respectivamente.

A nível psicológico foram das seguintes mensagens as que verificamos:

“Se queremos chegar a algum lado terá de ser como equipa.”, “Quem entra, defender isto com paixão.” e “Para mim o mais importante de hoje, para além do que fizemos em termos técnico-tácticos pá, foi o espírito que vocês demonstraram.”, onde o treinador aborda e reforça aspectos que considera basilares, pilares para o sucesso da equipa.

A nível táctico verificamos as seguintes mensagens, relativamente à constituição da equipa e aos momentos de organização ofensiva e defensiva, que entre eles registaram uma média de 1, 3 e 1 unidades de informação, respectivamente:

“Uma coisa, que para que estes jogos também servem, jogue alguém cinco minutos, dez minutos, quinze minutos, pode ser fundamental.”, onde o treinador refere a importância que um suplente pode ter no jogo independentemente do tempo que esteja em campo.

“Podíamos e devíamos ter mais segurança no jogo ok? Mais segurança.”, onde o treinador se refere à forma como a equipa circulou a bola no processo ofensivo, por exemplo.

“Em termos de linha média temos de ser mais agressivos”, onde o treinador prescreve como a equipa deve actuar em processo defensivo.

Estes dados apresentam diferenças consideráveis para o verificado em investigações mencionadas acima, pois essas apontaram para uma predominância de informações transmitidas de cariz táctico ou táctico-estratégico (Lourenço, 2013; Pacheco, 2002; Rosa, 2003; Santos, 2003).

Dimensão “A quem?”

No que à dimensão “A quem?” diz respeito o treinador dirigiu-se predominantemente ao grupo por inteiro com uma média de 31 unidades de informação, correspondentes a 76,09%.

Como exemplo verificamos as seguintes mensagens transmitidas à equipa:

“No entanto há pormenores, e nós fazemos o treino específico para isso, que todos têm que saber.” e “Toda a gente tem que saber. Não há desculpa de “ah eu não joguei de início”. Não há essa desculpa.”, onde o treinador alerta a equipa para a importância de saberem aquilo que lhes é pedido e solicitado em termos de treino e palestras, que não podendo ser muita informação é aquela o mais pertinente e prioritária possível.

De seguida o treinador dirigiu-se, ainda com uma média de 8 unidades de informação, individualmente aos jogadores numa percentagem de 19%, devendo-se este valor em parte à gestão da palestra.

Como exemplo verificamos as seguintes mensagens transmitidas individualmente:

“Senta aí. Senta aí Jogador A.”, onde o treinador procura garantir que todos os jogadores esteja sentados e atentos antes de abordar aspectos relacionados com o jogo.

“Não tenho que ser eu no banco a dizer ‘Jogador B, Jogador B, Jogador B’ e “Porque aqui chego, estás a jogar do meu lado, noutra campo não vou chegar.”, onde o treinador alerta um jogador para a importância de determinados comportamentos técnico-tácticos que deve ter em campo e que tem de os procurar realizar sem que seja necessária a intervenção do treinador para que o faça necessariamente de forma reactiva.

Comparativamente a palestras pré-jogo verificamos que existe alguma congruência com a predominância e percentagem da direcção das informações transmitidas pelos treinadores em contexto de futebol, com Pacheco (2002) e Santos (2003) a reportarem valores de 61,8% e 75,7% para a equipa e de 33% e 15,9% individualmente, respectivamente.

Lourenço (2013) verificou, num contexto de hóquei em patins, que o treinador se dirigiu quase exclusivamente à equipa antes do jogo, com percentagem de 98,2%, enquanto Rosa (2003), num contexto de Voleibol, verificou que os treinadores se dirigiram também

predominantemente à equipa, 49,2%, dirigindo-se, contudo, de seguida a sub-grupos de jogadores em cerca de 20% e apenas individualmente em 5,8%.

Dimensão “Como?”

No que à dimensão “Como?” diz respeito as mensagens transmitidas pelo treinador foram principalmente descritivas, com uma média de 13 unidades de informação, equivalentes a cerca de 32% do conteúdo total.

Esta forma de intervir serviu para introduzir aspectos a referenciar na palestra:

“Pormenores que eu quero falar. Técnicos.” e “E hoje não vou falar de erros que cometemos, de coisas muito boas que fizemos. Não vou falar disso aqui. Podia falar de coisas muito boas que fizemos, e de alguns erros mas não vou falar.”

Seguidamente o treinador optou pela afectividade positiva com uma média de 10 unidades de informação, representando cerca de 24%, e pela prescrição com uma média de 9, representando cerca de 23%.

Estes valores de afectividade positiva são essencialmente justificados, também mas não só, pelos resultados obtidos, ou seja, tendo os 9 jogos aqui analisados terminado com a vitória da equipa eventualmente o treinador teve razões para elogiar e parabenizar os jogadores por esse facto.

A título de exemplo verificamos as seguintes mensagens:

“Parabéns pela vitória.”, “E estão todos de parabéns pela entrega que têm tido” e “Parabéns pelo comportamento geral, de todo o estágio.”

Como exemplo de mensagens transmitidas de forma prescritiva verificamos:

“Mas independentemente disso, independentemente disso, comportem-se como jogadores da selecção. Ok?”

“Em termos de linha média temos de ser mais agressivos” e “Obrigar a jogar, obrigar a jogar”, onde o treinador se refere a comportamentos a ter em processo defensivo forçando o adversário a jogar sob pressão espaço-temporal.

Outras investigações conduzidas no âmbito das palestras pré-jogo revelaram que as informações eram predominantemente transmitidas na forma descritiva ou prescritiva, e com valores superiores ao verificado nas palestras analisadas neste estudo.

Em contexto de futebol Santos (2003) e Pacheco (2002) verificaram que a informação transmitida foi predominantemente prescritiva, com percentagens de 79,2% e 56,4%, respectivamente, seguida de informação descritiva, com 17,5% e 18,6%, e questionamento, 2,5% e 9,9%, respectivamente.

Rosa (2003) no voleibol verificou que a informação foi predominantemente 40,9% descritiva sendo apenas 20,1% de forma prescritiva, e Lourenço (2013) no hóquei em patins reportou valores quase idênticos de informação transmitida de forma descritiva e prescritiva, com 49% e 48% respectivamente.

Acreditamos que estas diferenças se justificam pela diferença substancial existente entre uma palestra pré-jogo e uma palestra pós-jogo, na medida em que contrariamente ao que se verifica antes da competição, onde o treinador essencialmente prescreve e descreve comportamentos que espera ver realizados pelos jogadores, no fim do jogo o treinador efectua um balanço do que ocorreu no jogo, elogiando ou criticando determinados comportamentos e/ou avaliando-os positiva ou negativamente.

De ressaltar ainda que quer a informação transmitida de forma avaliativa positiva quer negativa assumiram uma média de 3 unidades de informação, correspondendo a cerca de 8% e 6%, respectivamente.

Estes valores são na sua maioria superiores aos verificados nas palestras pré-jogo dos estudos já mencionados (Lourenço, 2013; Pacheco, 2002; Rosa, 2003; Santos, 2003), tendo a informação avaliativa positiva variado entre 0,2% (Santos, 2003) e 5,7% (Pacheco, 2002) e a avaliativa negativa entre 0,1% (Santos, 2003) e 6,1% (Pacheco, 2002).

Limitações da investigação e direcções futuras

Este estudo apresenta algumas limitações que passamos a abordar.

A amostra foi pequena, 9 palestras pós-jogo, mesmo apesar de ser semelhante a outras investigações realizadas.

Tal facto assumiu outras condicionantes que se relacionaram com o resultado desportivo, pois em nenhuma palestra a Selecção Sub21 perdeu ou empatou o jogo.

A análise do conteúdo de palestras pós-jogo tendo ocorrido após os 3 diferentes resultados possíveis em futebol, vitória, empate ou derrota, em contraste com o verificado, poderia consubstanciar diferentes abordagens por parte do treinador.

Tratando-se de um estudo de caso, este estudo permite obter uma ideia já razoável acerca da caracterização da instrução do treinador cujas palestras foram analisadas, no entanto seria pertinente ter uma amostra maior.

Tratando-se de um estudo de caso, este estudo permite obter uma ideia já razoável acerca da caracterização da instrução do treinador cujas palestras foram analisadas, no entanto seria pertinente ter uma amostra maior.

Por outro lado a análise aqui efectuada centrou-se na codificação das unidades de informação transmitidas pelo treinador, ou seja, apenas se consideraram as mensagens verbais transmitidas pelo treinador.

Seria pertinente procurar avaliar, futuramente, não apenas as mensagens verbalmente transmitidas mas também a comunicação não-verbal, seja o tom de voz, gestos, entoação, entre outros.

Como acabámos de referir, este estudo focou-se nas mensagens transmitidas pelo treinador, sendo que um processo de comunicação passa pela existência de um emissor, de uma mensagem emitida e de um receptor, sendo que a forma como este último percebe e processa a mensagem pode ser muito ou pouco semelhante à intenção do emissor.

Assim sendo, seria interessante em estudos futuros procurar saber, previamente à palestra, que mensagens pretende o treinador transmitir, de que forma e a quem. Posteriormente, faria sentido que após a palestra se questionasse o treinador, e possivelmente elementos da sua equipa técnica presentes na reunião, acerca do modo como a percebeu e como acredita ter passado as mensagens desejadas.

Concomitantemente, seria importante perceber junto dos jogadores, os receptores, que mensagens perceberam, processaram e inclusivamente retiveram.

Tal como Potrac, Brewer, Kones, Armour e Hoff (2000) advogaram, pode ser também pertinente realizar entrevistas interpretativas aos treinadores observados, com vista a complementar os dados obtidos por intermédio dos sistemas de observação e melhor compreender as interações complexas existentes no processo de treino e competição desportivas bem como os processos de comunicação do treinador, percebendo os contextos em que se desenrolam e de alguma forma como estes afectam esses processos.

Serão, igualmente, necessários mais estudos no contexto de selecções nacionais, que já comparámos e distinguimos do contexto de clube (Silva, 2014), nos seus diversos escalões, bem como neste último de forma a ser possível criar um corpo de conhecimento mais forte e verificar se as opções que os treinadores tomam em termos de palestras pré-jogo variam e diferem na medida das diferenças existentes entre estes contextos.

Conclusão

As palestras pós-jogo do treinador de uma Selecção Nacional Sub21 analisadas nesta investigação apresentaram uma duração média de cerca de 2 minutos e meio, foram realizadas nos balneários dos estádios de futebol em que a equipa havia estado a jogar.

Nas palestras pós-jogo o treinador transmitiu uma média de 41 unidades de informação, das quais cerca de 28% foram referentes a outras dominantes do rendimento desportivo, mais concretamente a quase totalidade relacionadas com o resultado desportivo.

Aspectos não específicos, categorizados como Outros, representaram cerca de 22% do conteúdo transmitido pelo treinador, ao passo que aspectos psicológicos representaram 19% deste.

O treinador dirigiu-se preferencialmente à equipa em cerca de 76% das suas mensagens, e fê-lo de forma descritiva em cerca de 32%, afectiva positiva e prescritiva em cerca de 24% e 23%, respectivamente.

Por se tratar de um estudo de caso único não é possível generalizar quaisquer conclusões devendo o investigador ser cuidadoso neste aspecto, sendo que é possível desenvolver ou melhorar teoria já existente (Willig, 2001).

Dado o contexto específico em que foram analisadas as palestras pós-jogo neste estudo, numa selecção nacional, os resultados parecem apontar essencialmente para uma maior

relevância de aspectos relacionados com o resultado desportivo dirigidos à equipa de forma descritiva.

Propostas de intervenção prática

Ao nível da conceptualização de uma palestra ao pós-jogo consideramos importante:

- Definir de forma concreta e sistematizada os aspectos que se pretendem abordar e mensagens a transmitir decorrentes da análise da segunda parte em particular e do jogo inteiro no geral;
- Definir de forma exacta quais as mensagens que se consideram prioritárias transmitir, e que preferencialmente não sejam em excesso;
- Em caso de utilização de quadros tácticos ou *flipcharts*:
 - Garantir marcas ou marcadores com cores diferentes e que sejam distinguíveis, principalmente caso se exponha ou exponham sistemas tácticos ou outros posicionamentos da própria equipa ou adversária;
 - Escrever mensagens de forma tónica, curta, de preferência com recurso a uma palavra, que sejam facilmente perceptíveis e assimiladas pelos jogadores.

Ao nível da operacionalização de uma palestra pós-jogo consideramos importante:

- Garantir que os jogadores se encontram em silêncio e em repouso após a entrada no baneário;
- Captar a atenção dos jogadores no início da palestra;
- Procurar garantir o contacto visual com os jogadores durante a palestra;
- Procurar utilizar a mesma taxonomia, conceitos e definições em termos de modelo de jogo, análise da equipa adversária, entre outros, por forma a facilitar a associação das palavras às imagens/mensagens que o treinador pretende que os jogadores processem e assimilem;
- Partilhar o resultado, seja ele qual for, com a equipa, e a forma como o treinador observou e avalia o jogo;
- Avaliar a capacidade de aplicação do plano de jogo definido/treinado, entrega, atitude e qualidade demonstradas individual e/ou colectivamente;
- Reportar-se aos objectivos gerais e/ou intermédios que tenham sido definidos previamente ao jogo, assim como se foram ou não alcançados e em que grau;

- Variar a entoação e as expressões faciais/corporais durante a transmissão de mensagens, procurando não ficar sempre no mesmo sítio, evitando uma palestra monótona e em tom monocórdico;
- Explicitar qual ou quais os aspectos que a equipa deve continuar a fazer/explorar e qual ou quais deve corrigir ou atentar futuramente;
- Dirigir-se, também, de forma individual ou sectorial abordando aspectos ofensivos e/ou defensivos particulares das posições ou sectores;
- Repetir palavras ou mensagens consideradas chave;
- A palestra não deve ultrapassar os 5 minutos de duração.

Referências

- Carson, M. (2013). *The Manager. Inside the minds of football's leaders*. (1ªed.). Bloomsbury.
- Castelo, J. (2009). *Futebol. Organização Dinâmica do Jogo* (3ªed.). Centro de Estudos de Futebol da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Ferguson, A. (2014). *Alex Ferguson – A minha autobiografia*. (1ªed.). Casa das Letras.
- Gilbert, W., Trudel, P., Gaumont, S. & Larocque, L. (1999). Development and application of an instrument to analyse pedagogical content interventions of ice hockey coaches. *Sociology of Sport Online*, 2(2). Recuperado em 6 fevereiro, 2014, de: <http://physed.otago.ac.nz/sosol/v2i2/v2i2a2.htm>
- Lourenço, H.A.C. (2013). Comparação entre o conhecimento declarativo e processual – estudo de caso. Análise da preleção de um treinador de hóquei em patins. Tese de Mestrado em Treino Desportivo na Especialidade de Alto Rendimento. Lisboa: Faculdade de Educação Física e Desporto – Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- McArdle, S., Martin, D., Lennon, A. & Moore, P. (2010). Exploring debriefing in sports: a qualitative perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22:3, 320-332.
- Pacheco, R.M.G. (2002). Caracterização da intervenção do treinador na reunião de preparação da equipa para a competição no futebol. Estudo comparativo de treinadores da 1ª Liga e da 2ª Divisão-B no escalão de seniores masculinos. Tese de Mestrado em Ciências do Desporto, Treino de Alto Rendimento Desportivo. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física – Universidade do Porto.
- Potrac, P., Brewer, C., Jones, R., Armour, K. & Hoff, J. (2000). Toward an holistic understanding of the coaching process. *Quest*, 52, 186-199.
- Rodrigues, J., Rosado, A., Sarmiento, P., Ferreira, V. & Veiga, A.L. (1997). “O sistema de observação do comportamento do treinador e do atleta (SOTA). Estudo ilustrativo em natação e voleibol”, in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº1,2 e 3. F.M.H.-Serviço de Edições (2ªedição). Lisboa. pp 11-24.
- Rosa, G.C.M.O.P. (2003). A Intervenção do Treinador de Voleibol na Reunião de Preparação da Equipa para a Competição. Tese de Mestrado em Ciências do Desporto, de Treino de Alto Rendimento Desportivo. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física – Universidade do Porto.
- Rosado, A. & Mesquira, I. (2009). “Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução”, in Pedagogia do Desporto, edições FMH. Cruz Quebrada. pp. 69-130.
- Santos, A.M.C. (2003). Análise da instrução na competição em futebol. Estudo das Expectativas e dos Comportamentos de Treinadores da 2ª Divisão B, na Preleção de Preparação e na Competição. Tese de Mestrado em Treino de Alto Rendimento. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana – Universidade Técnica de Lisboa.

Santos, L. (2012). *A preparação do jogo*. In Marco, A. & Pedro S. (Eds.), *Andebol um caminho para o alto rendimento*, (1ªed.). Lisboa: Visão e Contextos.

Willig, C. (2001). *Introducing Qualitative Research in Psychology. Adventures in theory and method*. (1ªed.). Open University Press.

Limitações da investigação e direcções futuras

Este estudo apresenta algumas limitações que passamos a abordar.

A amostra foi pequena, 27 palestras divididas por nove pré-jogo, nove ao intervalo e nove pós-jogo, mesmo apesar de ser semelhante a outras investigações realizadas.

Tratando-se de um estudo de caso, este estudo permite obter uma ideia já razoável acerca da caracterização da instrução do treinador cujas palestras foram analisadas, no entanto seria pertinente ter uma amostra maior.

Por outro lado, a análise aqui efectuada centrou-se na codificação das unidades de informação transmitidas pelo treinador, ou seja, apenas se consideraram as mensagens verbais transmitidas pelo treinador.

Seria pertinente procurar avaliar, futuramente, não apenas as mensagens verbalmente transmitidas mas também a comunicação não-verbal, seja o tom de voz, gestos, entoação, entre outros.

Como acabámos de referir, este estudo focou-se nas mensagens transmitidas pelo treinador, sendo que um processo de comunicação passa pela existência de um emissor, de uma mensagem emitida e de um receptor, sendo que a forma como este último percebe e processa a mensagem pode ser muito ou pouco semelhante à intenção do emissor.

Assim sendo, seria interessante em estudos futuros procurar saber, previamente à palestra, que mensagens pretende o treinador transmitir, de que forma e a quem. Posteriormente, faria sentido que após a palestra se questionasse o treinador, e possivelmente elementos da sua equipa técnica presentes na reunião, acerca do modo como a percebeu e como acredita ter passado as mensagens desejadas.

Concomitantemente, seria importante perceber junto dos jogadores, os receptores, que mensagens perceberam, processaram e inclusivamente retiveram.

Tal como Potrac, Brewer, Kones, Armour e Hoff (2000) advogaram, pode ser também pertinente realizar entrevistas interpretativas aos treinadores observados, com vista a complementar os dados obtidos por intermédio dos sistemas de observação e melhor compreender as interacções complexas existentes no processo de treino e competição

desportivas bem como os processos de comunicação do treinador, percebendo os contextos em que se desenrolam e de alguma forma como estes afectam esses processos.

Serão, igualmente, necessários mais estudos no contexto de selecções nacionais, que já comparámos e distinguimos do contexto de clube (Silva, 2014), nos seus diversos escalões, bem como neste último de forma a ser possível criar um corpo de conhecimento mais forte e verificar se as opções que os treinadores tomam em termos de palestras pré-jogo variam e diferem na medida das diferenças existentes entre estes contextos.

Futuramente faria sentido procurar analisar as palestras que antecedem o dia de jogo, quer no contexto de clube quer no contexto de selecção nacional, pois como verificamos as palestras pré-jogo são condicionadas, de alguma forma, pela existência ou não de palestras e informações transmitidas aos jogadores nos dias antecedentes.

Um aspecto que também consideramos relevante aqui mencionar prende-se com a ficha de observação utilizada, criada ou adaptada a utilizar neste tipo de investigações.

Creemos que as diferenças verificadas entre as diversas fichas utilizadas nalgumas das investigações que aqui utilizámos como referencial de comparação se justificam em grande medida pelas necessidades de resposta a realidades distintas, isto é, por servirem de elemento de análise de tipos de desportos diferentes.

No entanto, seria preferível que se caminhasse para uma uniformização em determinadas dimensões de análise ou em determinadas categorias, algo que possibilitaria um grau de comparação mais interessante do que aquele que podemos constatar actualmente, permitindo, naturalmente, que as dimensões ou categorias que analisam conteúdos mais específicos e exclusivos de cada modalidade sejam de facto distintos e que possibilitem a criação de um corpo de conhecimento específico e vasto de cada modalidade.

Simultaneamente, existe uma limitação vinculada a este tipo de investigação que não pode ser olvidada e que se relaciona também com a ficha de observação e/ou metodologia adoptada. Quando analisamos a instrução de um treinador focando-nos nas mensagens verbais por si transmitidas e daí extrapolando conclusões, temos de atentar ao facto de que as fichas não são absolutamente conclusivas.

Pretendemos com isto dizer que se um treinador está a dar uma palestra, onde estão presentes vários jogadores, não é por ele se dirigir à equipa que todos o estão a ouvir ou,

pelo contrário, se o treinador se dirige individualmente a um jogador pode muito bem ter a intenção de projectar a mensagem para um outro colega, sub-grupo de jogadores ou equipa na totalidade.

Da mesma forma, uma determinada mensagem transmitida pelo treinador, que é posteriormente transcrita, transformada em unidade ou unidades de informação e codificada, pode ter sido dita num contexto ou numa forma que tivesse a intenção de ter um impacto psicológico, por exemplo, sendo que, no entanto, se enquadra numa categoria diferente, quando analisado de forma absoluta crua e no absoluto respeito pelas regras científicas.

Finalmente, e considerando o agora exposto, consideramos muito pertinente que sejam realizados mais estudos, sejam de caso ou outros que permitam efectuar maiores e mais concretas generalizações sobre esta matéria.

Conclusões

Quando comparamos as palestras efectuadas em dia de jogo pelo mesmo treinador num contexto de selecção nacional sub21, podemos concluir que:

- As palestras pré-jogo têm uma duração média de cerca de 14 minutos, sendo que ao intervalo e pós-jogo duram em média 5 e 2 minutos e meio, respectivamente. Destas apenas as palestras ao intervalo estão limitadas pelas regras do jogo visto que o intervalo tem a duração máxima de 15 minutos;
- Nas palestras pré-jogo o treinador utilizou diversos meios audiovisuais quando comparado com as palestras ao intervalo e pós-jogo, tais como um portátil, tela, projector, quadro, ponteiro e marcadores. Ao intervalo, por estar condicionado às características dos estádios e balneários onde decorreram os jogos, utilizou esporadicamente um quadro e marcas e apenas uma vez um portátil e um projector, não tendo utilizado nenhum meio audiovisual nas palestras pós-jogo;
- O treinador transmitiu uma maior média de unidades de informação nas palestras pré-jogo que nas restantes, com uma média de 185, tendo sido verificada uma média de 87 e 41 unidades de informação ao intervalo e pós-jogo, respectivamente;
- Nas palestras pré-jogo e ao intervalo a maior parte das mensagens transmitidas pelo treinador é referente a aspectos tácticos, nomeadamente relativos ao modelo

de jogo da equipa, praticamente numa percentagem semelhante na ordem dos 40%;

- Nas palestras pós-jogo são as outras dominantes do rendimento desportivo, particularmente o resultado, que assumem maior relevância;
- Nas palestras pré-jogo parece haver uma maior incidência em informações transmitidas sobre esquemas tácticos ofensivos e defensivos e em menor escala sobre o momento de organização ofensiva;
- Nas palestras ao intervalo parece haver uma maior incidência em informações transmitidas essencialmente sobre o momento de organização ofensiva e em menor escala sobre o momento de organização defensiva;
- Relativamente à equipa adversária, nas palestras pré-jogo esta corresponde a cerca de 15% do conteúdo da palestra, verificando-se um decréscimo de referências ao adversário ao longo das palestras ao intervalo e pós-jogo, passando de cerca de 9% para 1%, respectivamente;
- Nas palestras pré-jogo, ao intervalo e pós-jogo o treinador dirige-se preferencialmente à equipa, numa percentagem que varia entre cerca de 59% e 76%;
- De relevar que entre as palestra pré-jogo e as palestras ao intervalo existe uma redução de 68% para 59% de mensagens dirigidas à equipa, para se verificar e seguida um aumento de 59% para 76% das palestras ao intervalo para as palestras pós-jogo;
- Esta diferença verificada parece dever-se em grande parte à variação de informação dirigida pelo treinador individualmente, pois esta aumenta de cerca de 19% nas palestras pré-jogo para 32% ao intervalo, decrescendo novamente para 19% nas palestras pós-jogo;
- Nas palestras pré-jogo, ao intervalo e pós-jogo o treinador transmite mensagens preferencialmente de forma descritiva, variando de cerca de 48% pré-jogo para 34% ao intervalo e 32% no pós-jogo;
- Nas palestras pré-jogo e ao intervalo o treinador também transmite muitas mensagens de forma prescritiva, em cerca de 35% e 29%, respectivamente, sendo que pós-jogo se verifica uma percentagem de 23% apenas inferior à afectividade positiva de 24%;
- De notar que nas palestras pré-jogo e pós-jogo o treinador apenas transmite mensagens de encorajamento/pressão entre cerca de 1% e 2%, respectivamente, ao passo que ao intervalo se constatou um valor de cerca de 14%.

Referências

- Alix-Sy, D., Le Scanff, C. & Filaire, E. (2008). Psychophysiological responses in the pre-competition period in elite soccer players. *Journal of Sports Science and Medicine*, 7, 446-454.
- Alves, J. (2011). Processos de Comunicação. In J. Alves & António P.B. (Eds.), *Manual de Psicologia de Desporto para Treinadores*, (1ªed.). (pp. 133-186). Lisboa: Visão e Contextos.
- Ancelotti, C. & Ciaschini, G. (2013). *Mi árbol de navidad*. (1ªed.). La esfera de los libros.
- Armatas, V. & Yiannakos, A. (2010). Analysis and evaluation of goals scored in 2006 World Cup. *Journal of Sport and Health Research*, 2(2), 119-128.
- Becker, A.J. & Wrisberg, C.A. (2008). Effective coaching in action: observations of legendary collegiate basketball coach Pat Summitt. *The Sport Psychologist*, 22, 197-211.
- Bloom, G.A., Crumpton, R. & Anderson, J.E. (1999). A systematic observation study of the teaching behaviors of an expert basketball coach. *The Sport Psychologist*, 13, 157-170.
- Bloom, G.A., Durand-Bush, N. & Salmela, J.H. (1997). Pre- and postcompetition routines of expert coaches of team sports. *The Sport Psychologist*, 11, 127-141.
- Bloom, G.A., Schinke, R.J. & Salmela, J.H. (1997). The development of communication skills by elite basketball coaches. *Coaching and Sport Science Journal*, 2,3, 3-10.
- Bortoli, L., Bertollo, M., Messina, G., Chiariotti, R. & Robazza, C. (2010). Augmented feedback of experienced and less experienced volleyball coaches: a preliminary investigation. *Social Behavior and Personality*, 38(4), 453-460.
- Botelho, S., Mesquita, I. & Moreno, M.P. (2005). A intervenção verbal do treinador de voleibol na competição. Estudo comparativo entre equipas masculinas e femininas dos escalões de formação. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 2(V), 174-183.
- Breakey, C., Jones, M., Cunningham, C. & Holt, N. (2009). Female athletes' perceptions of a coach's speeches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4, 489-504.
- Brewer, C.J. & Jones, R.L. (2002). A five-stage process for establishing contextually valid systematic observation instruments: the case of Rugby Union. *The Sport Psychologist*, 16, 138-159.
- Buszard, T., Farrow, D. & Kemp, J. (2013). Examining the influence of acute instructional approaches on the decision-making performance of experienced team field sport players. *Journal of Sports Sciences*, 31(3), 238-247.
- Carson, M. (2013). *The Manager. Inside the minds of football's leaders*. (1ªed.). Bloomsbury.

- Castelo, J. (2009). *Futebol. Organização Dinâmica do Jogo* (3ªed.). Centro de Estudos de Futebol da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Chase, M.A., Feltz, D.L., Hayashi, S.W. & Hepler, T.J. (2005). Sources of coaching efficacy: the coaches' perspective. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 3:1, 27-40.
- Claxton, D.B. (1988). A systematic observation of more and less successful high school tennis coaches. *Journal of Teaching in Physical Education*, 7, 302-310.
- Cloes, M., Delhaes, J-P. & Piéron, M. (1993). Analyse des comportements d'entraîneurs de volley-ball pendant des rencontres officielles. *Sport*, 141(1), 16-25.
- Collet, C. (2013). The possession game? A comparative analysis of ball retention and team success in European and international football, 2007-2010. *Journal of Sports Sciences*, 31:2, 123-136.
- Cook, C. & Crewther, B.T. (2012). The effects of different pre-game motivational interventions on athlete free hormonal state and subsequent performance in professional rugby union matches. *Physiology & Behavior*, 106, 683-688.
- Cordobés, P. (2010). *Entrevistas ABFutbol II* (1ªed.). ABFutbol.
- Cordobés, P. (2010). *Entrevistas ABFutbol I* (1ªed.). ABFutbol.
- Crewther, B.T. & Cook, C.J. (2012). Effects of different post-match recovery interventions on subsequent athlete hormonal state and game performance. *Physiology & Behavior*, 106, 471-475.
- Cruz, J., Torregrosa, M., Sousa, C., Mora, A. & Viladrich, C. (2010). Efectos conductuales de programas personalizados de asesoramiento a entrenadores en estilo de comunicación y clima motivacional. *Revista Psicología del Deporte*, 20(1), 179-195.
- Culver, D.M., Gilbert, W.D. & Trudel, P. (2003). A Decade of Qualitative Research in Sport Psychology Journals: 1990-1999. *The Sport Psychologist*, 17, 1-15.
- Culver, D.M. & Trudel, P. (2000). Coach-athlete communication within an elite alpine ski team. *Journal of Excellence*, 3, 28-54.
- Cushion, C., Ford, P.R. & Williams, A.M. (2012). Coach behaviours and practice structures in youth soccer: implications for talent development. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1631-1641.
- Del Corral, J., Barros, C.P. & Prieto-Rodríguez, J. (2008). The determinants of soccer player substitutions. *Journal of Sports Economics*, 9(2), 160-172.
- Emery, U. & Cubeiro, J.C. (2012). *Mentalidad ganadora. El método Emery. Los secretos del entrenador más eficiente para lograr el éxito*. (1ªed.). Temas de hoy.
- Ferguson, A. (2014). *Alex Ferguson – A minha autobiografia*. (1ªed.). Casa das Letras.

- Frey, M. (2007). College coaches' experiences with stress—"problem solvers" have problems, too. *The Sport Psychologist*, 21, 38-57.
- Gallimore, R. & Tharp, R. (2004). What a coach can teach a teacher, 1975-2004: reflections and reanalysis of John Wooden's teaching practices. *The Sport Psychologist*, 18, 119-137.
- Gearity, B.T. (2012). Poor teaching by the coach: a phenomenological description from athletes' experience of poor coaching. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 17:1, 79-96.
- Gilbert, W.D., Gilbert, J.N. & Trudel, P. (2001). Coaching strategies for youth sports: part 1: athlete behavior and athlete performance. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 72:4, 29-33.
- Gilbert, W. & Rangeon, S. (2011). Current directions in coaching research. *Revista Iberoamericana de Psicología de Ejercicio y el Deporte*, 6(2), 217-236.
- Gilbert, W., Trudel, P., Gaumont, S. & Larocque, L. (1999). Development and application of an instrument to analyse pedagogical content interventions of ice hockey coaches. *Sociology of Sport Online*, 2(2). Recuperado em 6 fevereiro, 2014, de: <http://physed.otago.ac.nz/sosol/v2i2/v2i2a2.htm>
- Goldschmied, N., Nankin, M. & Cafri, G. (2010). Pressure kicks in the NFL: an archival exploration into the development of time-outs and other environmental correlates. *The Sport Psychologist*, 18, 300-312.
- Gómez, M.A., Jiménez, S., Navarro, R., Lago-Penas, C. & Sampaio, J. (2011). Effects of coaches' timeouts on basketball teams' offensive and defensive performances according to momentary differences in score and game period. *European Journal of Sport Science*, 11(5), 303-308.
- Gómez, V.C., Luján, J.F.G. & Santamaría, C.G. (2013). Relationship between score and coaches' verbal behavior. *Journal of Human Sport & Exercise*, 8, 728-737.
- Gonzalez, S.P., Metzler, J.N. & Newton, M. (2011). The influence of a simulated 'pep talk' on athlete inspiration, situational motivation, and emotion. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 6, 445-460.
- Gould, D., Collins, K., Lauer, L. & Chung, Y. (2007). Coaching life skills through football: a study of award winning high school coaches. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19:1, 16-37.
- Groom, R., Cushion, C. & Nelson, L. (2011). The delivery of video-based performance analysis by England youth soccer coaches: towards a grounded theory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 23:1, 16-32.
- Grout, J. & Perrin, S. (2004). *Mind Games. Inspirational lessons from the world's finest sports stars*. (1ªed.). Capstone Publishing Limited.

- Guzmán, J.F. & Calpe-Gómez, V. (2012). Preliminary study of coach verbal behavior according to game actions. *Journal of Human Sport & Exercise*, 7, 376-382.
- Hagiwara, H. & Wolfson, S. (2013). Attitudes towards soccer coaches' use of punishment in Japan and England: a cross-cultural study. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11:1, 57-69.
- Hansen, B., Gilbert, W. & Hamel, T. (2003). Successful coaches' views on motivation and motivational strategies. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 74:8, 45-48.
- Holtz, L. (2005). *Winning everyday: the game plan for success*. (1ªed.). First Collins Business.
- Horn, T.S., Bloom, P., Berglund, K.M. & Packard, S. (2011). Relationship between collegiate athletes' psychological characteristics and their preferences for different types of coaching behavior. *The Sport Psychologist*, 25, 190-211.
- Howell, J.L. & Giuliano, T.A. (2011). The effect of expletive use and team gender perceptions of coaching effectiveness. *Journal of Sport Behavior*, 34, 69-81.
- Jackson, P. (2005). *The last season: a team in search for its soul*. (1ªedição). Penguin Books.
- Janković, A., Leontijević, B., Pašić, M. & Jelušić, V. (2011). Influence of certain tactical attacking patterns on the result achieved by the teams participants of the 2010 FIFA World Cup in South Africa. *Physical Culture*, 65(1), 34-45.
- Kenow, L & Williams, J.M. (1999). Coach-athlete compatibility and athlete's perception of coaching behaviors. *Journal of Sport Behavior*, 22:2, 251-259.
- Kirschenbaum, D.S. & Smith, R. (1983). A preliminar study of sequencing effects in simulated coach feedback. *Journal of Sport Psychology*, 5, 332-342.
- Kristiansen, E., Murphy, D. & Roberts, G.C. (2012). Organizational stress and coping in U.S. professional soccer. *Journal of Applied Sport Psychology*, 24:2, 207-223.
- Krzyzewski, M. & Phillips, D.T. (2001). *Leading with the heart: Coach K's successful strategies for basketball, business, and life*. (1ªed.). Business Plus.
- Krzyzewski, M. & Spatola, J.K. (2007). *Beyond Basketball. Coach K's keywords for success* (1ªed.). Business Plus.
- Lacy, A.C. & Darst, P.W. (1984). Evolution of a systematic observation system: the ASU Coaching Observation Instrument. *Journal of Teaching in Physical Education*, 59-66.
- Lacy, A.C. & Darst, P.W. (1985). Systematic observation of behaviors of winning high school head football coaches. *Journal of Teaching in Physical Education*, 4, 256-270.

- Lago-Peñas, C., Rey, E. & Lago-Ballesteros, J. (2012). The influence of effective playing time on physical demands of elite soccer players. *The Open Sports Sciences Journal*, 5, 188-192.
- LeCouteur, A. & Feo, R. (2011). Real-time communication during play: analysis of teammates' talk and interaction. *Psychology of Sport and Exercise*, 2, 124-134.
- Leo, F.M., García, T., Sánchez, P.A., Sánchez, D. & Gómez, F.R. (2010). Análisis de las diferencias en la conducta verbal entre entrenadores de fútbol con formación y sin formación universitaria en la iniciación deportiva. *Kronos*, 17, 81-88.
- Lorenzo, J., Navarro, R., Rivilla, J. & Lorenzo, A. (2013). The analysis of the basketball coach speech during the moments of game and pause in relation to the performance in competition. *Revista de Psicología del Deporte*, 22, 227-230.
- Lourenço, H.A.C. (2013). Comparação entre o conhecimento declarativo e processual – estudo de caso. Análise da preleção de um treinador de hóquei em patins. Tese de Mestrado em Treino Desportivo na Especialidade de Alto Rendimento. Lisboa: Faculdade de Educação Física e Desporto – Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Martin, G., Thompson, K. & Regehr, K. (2004). Studies using single-subject designs in sport psychology: 30 years of research. *The Behavior Analyst*, 27(2), 263-280.
- McArdle, S., Martin, D., Lennon, A. & Moore, P. (2010). Exploring debriefing in sports: a qualitative perspective. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22:3, 320-332.
- Mesquita, I., Farias, C., Oliveira, G. & Pereira, F. (2009). A intervenção pedagógica sobre o conteúdo do treinador de futebol. *Revista brasileira de Educação Física e Esporte*, 23:1, 25-38.
- Mesquita, I., Rosado, A., Januário, N & Barroja, E. (2008). Athlete's retention of a coach's instruction before a judo competition. *Journal of Sports Science and Medicine*, 7, 402-407.
- Moreno, P., Moreno, A., Iglesias, A., García, L. & Del Villar, F. (2007). Effect of a mentoring through reflection program on the verbal behavior of beginner volleyball coaches: a case study. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 8(3), 12-24.
- Moreno, M.P., Santos, J.A., Ramos, L.A., Cervelló, E., Iglesias, D. & Del Villar, F. (2005). The efficacy of the verbal behaviour of volleyball coaches during competition. *Motricidad: European Journal of Human Movement*, 13, 55-69.
- Mouchet, A., Harvey, S. & Light, R. (2013). A study on in-match rugby coaches' communications with players: a holistic approach. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1-18.
- Mouratidis, A., Lens, W. & Vansteenkiste, M. (2010). How you provide corrective feedback makes a difference: the motivating role of communicating in a autonomy-supporting way. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 32, 619-637.

Munroe-Chandler, K.J. (2005). A Discussion on Qualitative Research in Physical Activity. *Athletic Insight*, 7(1), 67-81. Recuperado em 14 fevereiro, 2014, de:

<http://www.athleticinsight.com/Vol7Iss1/QualitativeResearch.htm>

Nelson, L.J., Potrac, P. & Groom, R. Receiving video-based feedback in elite ice-hockey: a player's perspective. *Sport, Education and Society*, 1, 1-22.

Olusoga, P., Maynard, I., Hays, K. & Butt, J. (2012). Coaching under pressure: a study of Olympic coaches. *Journal of Sports Sciences*, 30:3, 229-239.

Pacheco, R. (2005). *Segredos de Balneário* (2ªed.). Prime Books.

Pacheco, R.M.G. (2002). Caracterização da intervenção do treinador na reunião de preparação da equipa para a competição no futebol. Estudo comparativo de treinadores da 1ª Liga e da 2ª Divisão-B no escalão de seniores masculinos. Tese de Mestrado em Ciências do Desporto, Treino de Alto Rendimento Desportivo. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física – Universidade do Porto.

Pain, M.A. & Harwood, C. (2007). The performance environment of the England youth soccer teams. *Journal of Sports Sciences*, 25:12, 1307-1324.

Partington, M. & Cushion, C. (2011). An investigation of the practice activities and coaching behaviors of professional top-level youth soccer coaches. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 1-9.

Pina, R. & Rodrigues, J. (1999). "Análise da instrução na competição em voleibol", in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº6. F.M.H.-Serviço de Edições. Lisboa. pp 45-53.

Pina, R. & Rodrigues, J. (1999). "Análise da instrução na competição em voleibol", in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº6. F.M.H.-Serviço de Edições. Lisboa. pp 45-53.

Pina, R. & Rodrigues, J. (1997). "Análise do comportamento do treinador em competição. Estudo dos episódios de informação em voleibol", in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº5. F.M.H.-Serviço de Edições. Lisboa. pp 71-89.

Potrac, P., Brewer, C., Jones, R., Armour, K. & Hoff, J. (2000). Toward an holistic understanding of the coaching process. *Quest*, 52, 186-199.

Potrac, P., Jones, R. & Armour, K. (2002). 'It's all about getting respect': the coaching behaviors of an expert english soccer coach. *Sport, Education and Society*, 7:2, 183-202.

Potrac, P., Jones, R. & Cushion, C. (2007). Understanding power and the coach's role in professional English soccer: a preliminary investigation of coach behavior. *Soccer and Society*, 8(1), 33-49.

Riolo, D. & Paillet, C. (2011). *Secrets de Coachs*. Hugo & Cie.

- Rodrigues, J., Rosado, A., Sarmiento, P., Ferreira, V. & Veiga, A.L. (1997). "O sistema de observação do comportamento do treinador e do atleta (SOTA). Estudo ilustrativo em natação e voleibol", in Estudos de Pedagogia do Desporto, nº1,2 e 3. F.M.H.-Serviço de Edições (2ªedição). Lisboa. pp 11-24.
- Rosa, G.C.M.O.P. (2003). A Intervenção do Treinador de Voleibol na Reunião de Preparação da Equipa para a Competição. Tese de Mestrado em Ciências do Desporto, de Treino de Alto Rendimento Desportivo. Porto: Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física – Universidade do Porto.
- Rosado, A. & Mesquira, I. (2009). "Melhorar a aprendizagem otimizando a instrução", in Pedagogia do Desporto, edições FMH. Cruz Quebrada. pp. 69-130.
- Rosado, A., Palma, N., Mesquita, I. & Moreno, M.P. (2007). Percepción de los jugadores de fútbol, de distinto nível, sobre sus entrenadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 16, 151-165.
- Rupert, T. & Buschner, C. (1989). Teaching and coaching: a comparison of instructional behaviors. *Journal of teaching in physical education*, 9, 49-57.
- Sampaio, J., Lago-Peñas, C. & Gómez, M.A. (2013). Brief exploration of short and mid-term timeout effects on basketball scoring according to situational variables. *European Journal of Sport Science*, 13(1), 25-30.
- Santos, A.M.C. (2003). Análise da instrução na competição em futebol. Estudo das Expectativas e dos Comportamentos de Treinadores da 2ª Divisão B, na Prelecção de Preparação e na Competição. Tese de Mestrado em Treino de Alto Rendimento. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana – Universidade Técnica de Lisboa.
- Santos, L. (2012). *A preparação do jogo*. In Marco, A. & Pedro S. (Eds.), *Andebol um caminho para o alto rendimento*, (1ªed.). Lisboa: Visão e Contextos.
- Silva, A.M.C. (2014). Por dentro da Selecção Nacional de Futebol Sub-21 (2010-2012). Relatório de Estágio em Treino Desportivo, especialização em Alto Rendimento na área do futebol. Lisboa: Faculdade de Educação Física e Desporto – Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
- Smith, D., Kilgo, J. & Jenkins, S. (2002). *A coach's life*. (1ªed.). Random House.
- Smith, M. & Cushion, C.J. (2006). An investigation of the in-game behaviours of professional, top-level youth soccer coaches. *Journal of Sports Sciences*, 24:4, 355-366.
- Smith, R.E., Smoll, F.L. & Hunt, E.B. (1977). A system for the behavioral assessment of athletic coaches. *Research Quarterly*, 48, 401-407.
- Stein, J., Bloom, G.A. & Sabiston, C.M. (2012). Influence of perceived and preferred coach feedback on youth athletes' perceptions of team motivational climate. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 484-490.

- Stewart, C. & Owens, L. (2011). Behavioral characteristics of 'favorite' coaches: implications for coach education. *The Physical Educator*, 1, 90-97.
- Stirling, A.E. & Kerr, G.A. (2013). The perceived effects of elite athletes' experiences of emotional abuse in the coach-athlete relationship. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11:1, 87-100.
- Surujlal, J. & Dhurup, M. (2012). Athlete preference of coach's leadership style. *African Journal for Physical, Health Education, Recreation and Dance*, 18(1), 111-121.
- Tabachnick, B. & Fidell, L.S. (1989). Using multivariate statistics. (2^aed.). New York: Harper and Row.
- Tharp, R.G. & Gallimore, R. (1976). Basketball's John Wooden: what a coach can teach a teacher. *Psychology Today*, 9(8), 74-78.
- Thelwell, R.C., Weston, N.J.V., Greenlees, I.A. & Hutchings, N.V. (2008). Stressors in elite sport: a coach perspective. *Journal of Sports Sciences*, 26:9, 905-918.
- Torregrosa, M., Sousa, C., Viladrich, C., Villamarín, F. & Cruz, J. (2008). El clima motivacional y el estilo de comunicación del entrenador como predictores del compromiso en futbolistas jóvenes. *Psicothema*, 20(2), 254-259.
- Van Der Mars, H. (1989). Observer reliability: issues and procedures. In: Darst, P.; Mancini, V. (Eds.). *Analysing physical education and sport instruction*. (2^aed.) Champaign: Human Kinetics, 1989. pp.53-79.
- Vargas-Tonsing, T.M. (2009). The effects of coaches' pre-game speeches on athletes' perceptions of self-efficacy and emotion. *Journal of Sport Behavior*, 32, 92-111.
- Vargas-Tonsing, T.M. & Guan, J. (2007). Athletes' preferences for informational and emotional pre-game speech content. *International Journal of Sports Sciences and Coaching*, 2, 171-180.
- Vargas-Tonsing, T.M. & Bartholomew, J.B. (2006). An exploratory study of the effects of pre-game speeches on team efficacy. *The Journal of Applied Social Psychology*, 36, 918-933.
- Walsh, C. & Jamison, S. (2009). *The score takes care of itself – my philosophy of leadership* 1^aed.). United States of America. Penguin Group.
- Willig, C. (2001). *Introducing Qualitative Research in Psychology. Adventures in theory and method*. (1^aed.). Open University Press.
- Wooden, J. & Jamison, S. (2005). *Wooden on leadership*. (1^aed.). McGraw-Hill.
- Wooden, J. & Jamison, S. (2005). *Wooden on leadership*. (1^aed.). McGraw-Hill.
- Wooden, J. & Tobin, J. (2004). *They call me coach*. (1^aed.). McGraw-Hill.

- Woods, B. & Thatcher, J. (2009). A qualitative exploration of substitutes' experiences in soccer. *The Sport Psychologist*, 23, 451-469.
- Yiannakos, A. & Armatas, V. (2006). Evaluation of the goal scoring patterns in European Championship in Portugal 2004. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 6(1), 178-188.
- Zeng, Z.H., Leung, R.W., Bian, W. & Liu, W.H. (2009). The differences in coaching behaviors between individual and team sports at college varsity level. *Asian Journal of Physical Education & Recreation*, 15(2), 35-43.
- Zetou, E., Amprasi, E., Michalopoulou, M. & Aggelousis, N. (2011). Volleyball coaches behavior assessment through systematic observation. *Journal of Human Sport and Exercise*, 6, 585-593.