

RELATÓRIO DE ESTÁGIO EM FUTEBOL REALIZADO NA EQUIPA DE SUB-14 DO SPORT LISBOA E BENFICA

Experiências no futebol de formação de um clube de excelência

Relatório de Estágio elaborado com vista à obtenção do Grau de Mestre em
Treino Desportivo

Orientador: Professor Doutor José Maria Dionísio Calado Pratas

Júri:

Presidente:

Doutor Ângelo Miguel Pedregal de Brito, professor auxiliar convidado da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Vogais:

Doutor José Maria Dionísio Calado Pratas, professor auxiliar convidado da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Doutor Fernando Jorge Lourenço dos Santos, professor auxiliar convidado da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa.

Gonçalo Francisco Ferreira Marques

2022

Relatório de Estágio em Futebol apresentado
à Faculdade de Motricidade Humana, como
requisito para a obtenção do grau de Mestre
em Treino Desportivo, sob orientação técnica
e científica do Professor Doutor José Maria
Dionísio Calado Pratas

RESUMO

Um processo de estágio realizado na equipa de Sub-14 e num Departamento de Análise e Observação (DAO) de um contexto de excelência do futebol de formação, que abrange um conjunto de experiências e aprendizagens adquiridas ao longo da época desportiva. Desta forma, o presente relatório é fruto, essencialmente, de uma reflexão sistemática de todo este processo de estágio, com recurso ao conhecimento científico, sendo este determinante para a sua compreensão.

O documento pretende descrever toda a organização e gestão do processo de treino e de competição, bem como apresentar as funções desempenhadas enquanto membro integrante dos Sub-14 e DAO. Este relatório contempla um estudo de investigação centrado na “Identificação e recrutamento de talento no futebol juvenil”, e ainda a realização de um evento focado no tema “Transição do Treinador de Formação para Treinador no Alto Rendimento”, onde os treinadores convidados partilharam as suas experiências e vivências durante o seu percurso futebolístico.

Palavras-chave: Futebol; Sport Lisboa e Benfica; Futebol de Formação; Análise e Observação de jogo; Identificação de talento; Desenvolvimento de talento

ABSTRACT

An internship carried out with the U-14 team and within the Analysis and Observation Department (AOD). This internship was conducted out in a context of excellence in football training, covering a set of experiences and learning acquired throughout the sports seasons. Thus, this report is essentially the result of a systematic reflection of this whole training process by using scientific methods, which is crucial for its understanding.

The document aims to describe the whole organisation, the management of the training process and competition, as well as to present the functions I performed as a member of the U-14 team and AOD. This report includes a research study focused on the "Identification and recruitment of talent in Youth football". In addition, it also focus on the organization of an event on the topic "Transition from Training Coach to High-Performance Coach", where the invited coaches shared their experiences during their football career.

Keywords: Soccer; Sport Lisboa e Benfica; Youth Soccer; Analysis and Observation; Talent identification; Talent development

ÍNDICE GERAL

1. INTRODUÇÃO.....	9
1.1. Objetivos de Formação	9
1.2. Análise SWOT.....	10
1.3. Estratégias a implementar durante o processo de estágio	12
1.4. Contextualização do Estágio	13
1.5. Caracterização da equipa técnica.....	14
1.6. Estrutura do relatório de estágio.....	17
2. REVISÃO DE LITERATURA.....	18
2.1. Introdução	18
2.2. Talento	19
2.3. Processo de identificação e desenvolvimento de talento.....	20
2.4. Fatores associados à identificação e desenvolvimento de talento.....	22
2.4.1. Fatores físicos e fisiológicos	23
2.4.2. Fatores psicológicos e sociológicos	23
2.4.3. Fatores técnicos e táticos	24
3. GESTÃO DO PROCESSO DE TREINO E COMPETIÇÃO	25
3.1. Conceção e Planeamento da Prática	25
3.1.1. Caracterização dos Sub-14.....	25
3.1.2. Objetivos específicos da equipa.....	27
3.2. Modelo de Jogo.....	27
3.2.1. Sistemas táticos.....	28
3.2.2. Princípios fundamentais para a fase defensiva	29
3.2.3. Princípios fundamentais para a fase ofensiva	29
3.3. Organização e Planeamento do Processo de Treino.....	30
3.3.1. Modelo de Treino.....	30
3.3.1.1. Mesociclo.	30
3.3.1.2. Microciclo e Unidades de Treino.....	31
3.3.1.3. Sessões complementares - VAC e Dança.....	33
3.4. Controlo do Processo de Treino e de Competição	34
3.4.1. Controlo de presenças e do volume de treino.....	34
3.4.2. Controlo de competição	35
3.5. Modelo de Análise.....	36

3.5.1. Departamento de Análise e Observação.....	36
3.5.2. Hudl Sportscode	36
3.5.3. Projetos desenvolvidos	37
3.5.4. Microciclo de Trabalho no escalão de Sub-14.....	39
4. ESTUDO DE INVESTIGAÇÃO: IDENTIFICAÇÃO E RECRUTAMENTO NO FUTEBOL JUVENIL: QUE ATRIBUTOS MAIS DETERMINAM O POTENCIAL DE UM JOVEM ATLETA DE FUTEBOL NA TRANSIÇÃO DOS SUB-13 PARA OS SUB-14?.....	42
4.1. Introdução	42
4.2. Metodologia.....	42
4.2.1. Amostra	42
4.2.2. Instrumentos.....	43
4.2.3. Procedimentos.....	43
4.2.3.1. Primeiro questionário.....	43
4.2.3.2. Segundo questionário.....	46
4.3 Resultados e Discussão	47
4.4 Conclusão	50
5. RELAÇÃO COM A COMUNIDADE	51
5.1 Introdução	51
5.2 Objetivos	53
5.3. Público-alvo.....	53
5.4. Temas do Evento	53
5.5. Data	53
5.6. Dinamização do Evento.....	54
5.7. Caracterização dos Convidados.....	54
5.8. Análise às Entrevistas	55
5.9. Balanço	59
6. CONCLUSÕES E PERSPETIVAS FUTURAS	60
7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	62

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Autodiagnóstico das competências iniciais através da dimensão interna da Matriz SWOT.....	10
Tabela 2 - Autodiagnóstico das competências iniciais através da dimensão externa da Matriz SWOT.....	11
Tabela 3 - Estratégias <i>maxi-maxi</i> , <i>mini-maxi</i> , <i>maxi-mini</i> e <i>mini-mini</i> através do cruzamento das dimensões interna e externa da matriz SWOT.....	12
Tabela 4 - Equipa técnica e respetivas funções e tarefas do escalão de Sub-14.....	14
Tabela 5 - Plantel dos Sub-14 do Sport Lisboa e Benfica – Época 2019/2020.....	26
Tabela 6 - Microciclo tipo de Trabalho no escalão de Sub-14.....	39
Tabela 7 - Definições operacionais dos atributos e qualidades associados à identificação de talento.....	44
Tabela 8 - Sugestões para as definições operacionais apresentadas.....	47
Tabela 9 - Resultados do segundo questionário, com as médias e desvios-padrão dos atributos associados ao desempenho no futebol juvenil nos escalões de Sub-13 e Sub-14.....	48
Tabela 10 - Data de realização de cada entrevista para cada treinador.....	53
Tabela 11 - Resumo das respostas dadas por cada treinador à questão 1 previamente identificada ("Que influência considera que a sua formação teve no seu percurso profissional?").....	56
Tabela 12 - Resumo das respostas dadas por cada treinador à questão 2 previamente identificada ("Que dificuldades/desafios sentiu na mudança de contexto da formação para o alto rendimento?").....	58

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Potenciais preditores de talento no futebol.....	22
Figura 2 - Sistema tático 1:4:3:3.....	28
Figura 3 - Sistema tático 1:4:2:3:1.....	28
Figura 4 - Mesociclo tipo da equipa de Sub-14 do Sport Lisboa e Benfica.....	31
Figura 5 - Exemplo de uma unidade de treino da equipa de Sub-14.....	32
Figura 6 - Exemplo de uma sessão de VAC da equipa de Sub-14.....	33
Figura 7 - Exemplo do registo de presenças e controlo do volume de treino nas sessões de VAC no mês de Outubro.....	34
Figura 8 - Relatório de Jogo.....	35
Figura 9 - Equipa analisada no projeto “Observação de equipas internacionais” - SL Benfica.....	37
Figura 10 - Equipa analisada no projeto “Esquemas táticos ofensivo” - SL Benfica.....	38
Figura 11 - Equipa analisada no projeto “Análise comparativa na fase de proteção da baliza” – Athletic Club.....	38
Figura 12 - Janela de codificação de eventos utilizada no <i>Hudl Sportscode</i> para análise coletiva.....	40
Figura 13 - <i>Timeline</i> dos eventos codificados.....	41

1. INTRODUÇÃO

1.1. Objetivos de Formação

No âmbito do Mestrado em Treino Desportivo da Faculdade Motricidade Humana, realizou-se o estágio curricular no Departamento de Análise e Observação (DAO) e no escalão de Sub-14 do Sport Lisboa e Benfica (SLB), com as funções de treinador analista estagiário, na época desportiva de 2019/2020. O presente documento consiste num conjunto de experiências vivenciadas no decorrer de todo processo de estágio.

Desta forma, apresentam-se os objetivos pessoais e profissionais definidos no início deste processo:

- Compreender a organização e gestão do processo de treino e competição, e também o ciclo operacional de um departamento de análise e observação num contexto de excelência;
- Entender o processo de planeamento e operacionalização da sessão de treino, em função dos objetivos definidos para o desenvolvimento dos atletas no escalão de Sub-14;
- Aprofundar os conhecimentos e as competências de análise e observação, entre as quais: a capacidade de observação; todo o processo de recolha, interpretação e tratamento dos dados obtidos do jogo; utilização de novos *softwares*; até às técnicas de filmagem;
- Desenvolver as capacidades de comunicação, liderança e intervenção no processo de treino, num contexto de formação, ao longo da época desportiva;
- Concluir o mestrado em Treino Desportivo na Faculdade Motricidade Humana e, conseqüentemente, obter o nível II UEFA B de treinador de futebol.

1.2. Análise SWOT

De modo a efetuar uma autorreflexão inicial acerca das minhas competências como treinador, utilizou-se a análise SWOT – *Strengths* (Forças), *Weaknesses* (Fraquezas), *Opportunities* (Oportunidades), *Threats* (Ameaças) (Benzaghta et al., 2021). Na Tabela 1 apresenta-se a dimensão interna do diagnóstico efetuado.

Tabela 1

Autodiagnóstico das competências iniciais através da dimensão interna da Matriz SWOT.

FORÇAS	FRAQUEZAS
<ul style="list-style-type: none">▪ Predisposição para aprender;▪ Capacidade de trabalho e organização;▪ Trabalho em equipa e relações interpessoais;▪ Experiência anterior com jovens atletas;▪ Experiência em <i>softwares</i> de análise e edição, como o <i>LongoMatch</i>, <i>KlipDraw</i> e <i>Adobe Premiere</i>;▪ Adaptabilidade a novos <i>softwares</i> de análise.	<ul style="list-style-type: none">▪ Comunicação, liderança, insegurança e pouca assertividade no momento de transmitir as mensagens;▪ Processo de treino: perceção dos “porquês” dos exercícios, bem como da organização e planeamento da unidade de treino (UT);▪ Observação e respetiva análise dos momentos competitivos <i>in loco</i>.

Na Tabela 2 apresenta-se a dimensão externa do diagnóstico efetuado.

Tabela 2

Autodiagnóstico das competências iniciais através da dimensão externa da Matriz SWOT.

OPORTUNIDADES	AMEAÇAS
<ul style="list-style-type: none">▪ Trabalhar como treinador analista num clube de referência nacional e mundial;▪ Aprendizagem com uma equipa técnica com vários anos de experiência no futebol de formação;▪ Aprendizagem com elementos experientes do departamento de análise e observação;▪ Trabalhar com <i>softwares</i> de análise como o <i>Hudl SportsCode</i>;▪ Trabalhar num contexto multidisciplinar de excelência, com grandes profissionais e condições de trabalho;▪ Participar e liderar partes da unidade de treino, nomeadamente, na fase inicial, em exercícios de VAC (Velocidade, Agilidade e Coordenação), e na fase final, em exercícios de prevenção e reforço muscular.	<ul style="list-style-type: none">▪ Liderar com pouca frequência partes fundamentais do processo de treino;▪ Primeira experiência de alguns treinadores do escalão com analistas na equipa técnica;

1.3. Estratégias a implementar durante o processo de estágio

De modo a definir estratégias ajustadas à obtenção dos objetivos formulados anteriormente, utilizou-se o segundo nível da análise SWOT. Deste modo, foram cruzadas as dimensões internas e externas para se poderem estabelecer estratégias *maxi-maxi*, *mini-maxi*, *maxi-mini* e *mini-mini* (ver Tabela 3).

Tabela 3

Estratégias maxi-maxi, mini-maxi, maxi-mini e mini-mini através do cruzamento das dimensões interna e externa da matriz SWOT.

	FORÇAS <i>Maxi-maxi</i>	FRAQUEZAS <i>Mini-maxi</i>
OPORTUNIDADES	<ul style="list-style-type: none">▪ Estabelecer boas relações com todos os membros da equipa técnica, do departamento de análise e observação e com todos os atletas;▪ Aproveitar ao máximo para aprender e desenvolver as minhas competências com todos os elementos, principalmente na análise e observação e no processo de treino;▪ Demonstrar as minhas capacidades, e desenvolvimento das mesmas, sempre que possível.	<ul style="list-style-type: none">▪ Observar as intervenções dos treinadores em treino;▪ Pedir <i>feedback</i> e conselhos aos membros da equipa técnica, de modo a desenvolver/aperfeiçoar as minhas capacidades de comunicação e liderança no momento de transmissão do que é pretendido;▪ Aproveitar os momentos de esclarecimento da unidade de treino, com a equipa técnica, para perceber os “porquês”;▪ Demonstrar as análises realizadas <i>in loco</i>, através de relatórios de observação, e discutir/comparar com os membros da equipa técnica.

	<i>Maxi-mini</i>	<i>Mini-mini</i>
AMEAÇAS	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Demonstrar total disponibilidade e vontade de aprender em todo o processo de treino; ▪ Demonstrar as vantagens das filmagens, como suporte para o processo de treino e jogo, e para a preparação, tanto da equipa, como no desenvolvimento dos jovens. 	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Compreender o que é pretendido nos momentos iniciais e finais de cada sessão de treino, em que vou liderar, e o modo de os operacionalizar; ▪ Aproveitar da melhor forma possível os momentos de intervenção da unidade de treino para evoluir.

1.4. Contextualização do Estágio

De acordo com o site oficial do clube, o Sport Lisboa e Benfica foi fundado a 28 de fevereiro de 1904. É um clube conhecido por ser eclético e que, ao longo da sua história, conta no seu palmarés com inúmeros títulos e feitos desportivos (Sport Lisboa e Benfica, 2020; Zerozero, 2019) , sendo que é o futebol profissional onde assume maior visibilidade e protagonismo. Nos últimos anos, o clube tem investido fortemente na sua formação, surgindo, ano após ano, novos talentos para a equipa A. Esta aposta é fruto das excelentes condições que são proporcionadas a estes jovens talentos, desde as infraestruturas, ao trabalho multidisciplinar que é realizado diariamente na academia, com o objetivo de otimizar e desenvolver o seu rendimento desportivo. No futebol de formação, o clube conta com equipas que vão desde petizes até à equipa de juniores, e, mais recentemente, os Sub-23, e rege-se por três pilares fundamentais:

1) missão - com base nos melhores princípios metodológicos, numa formação integral e na mística do clube, formar jovens jogadores para o mais elevado nível competitivo, capazes de vir a integrar a equipa A do Sport Lisboa e Benfica;

2) visão - ser uma referência mundial no futebol de formação;

3) valores - humildade, compromisso, solidariedade, ecletismo, inovação e determinação.

A aposta do clube no futebol de formação tem sido notória ao longo dos anos, ao conseguir rentabilizar vários dos jovens oriundos da academia, seja a nível: financeiro; desportivo; ou até em ambas as vertentes. Um reconhecimento do trabalho que se tem

desenvolvido no Benfica Campus (Centro de estágio e formação do clube) foi no ano de 2019, onde conseguiu realizar a transferência de João Félix para o Atlético de Madrid, que no mesmo ano ganhou o prémio de Golden Boy, sendo esta a maior do clube e a nível nacional. O clube foi ainda distinguido pela *Globe Soccer* com o prémio de melhor academia do ano de 2019 (“Best Academy of the Year”) – premiado também no ano de 2015 - e, também, por um estudo realizado em 2020 pela plataforma *Football Talent Scout*, como sendo a melhor academia da última década (Antunes, 2020; Globe Soccer, 2019).

1.5. Caracterização da equipa técnica

A equipa técnica dos Sub-14 estão sob supervisão do coordenador técnico de iniciação do futebol de formação, Rodrigo Magalhães. Esta é constituída por 9 elementos, com funções e tarefas específicas (ver Tabela 4), que estão ligados, de uma forma mais direta, ao processo de treino e jogo. De forma a garantir as melhores condições e potenciar o desenvolvimento dos jovens atletas, os Sub-14 são ainda acompanhados diariamente por uma estrutura multidisciplinar, contando com a colaboração de profissionais de diversas áreas: três *team managers*; dois técnicos de equipamentos; um fisiologista; três fisioterapeutas; uma nutricionista; uma psicóloga e uma professora de dança.

Tabela 4

Equipa técnica e respetivas funções e tarefas do escalão de Sub-14.

NOME	FUNÇÃO / PRINCIPAIS TAREFAS
PEDRO FARIA	<p><u>Treinador Principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsável pela coordenação do escalão de Sub-14; ▪ Responsável pelo planeamento e operacionalização do processo de treino e jogo da equipa; ▪ Responsável pelos momentos competitivos dos Iniciados B;
TIAGO LIMA	<p><u>Treinador Principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsável pelos momentos competitivos dos Iniciados C; ▪ Responsável pelo auxílio no planeamento e

TIAGO PAIVA	<p>operacionalização do processo de treino e jogo;</p> <p><u>Treinador Principal</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsável pelos momentos competitivos dos Iniciados D; ▪ Responsável pelo auxílio no planeamento e operacionalização do processo de treino e jogo;
EMÍLIO SARNAGO	<p><u>Treinador Adjunto</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsável pelo auxílio na operacionalização do processo de treino; ▪ Responsável pelo auxílio nos momentos competitivos dos Iniciados B; ▪ Responsável pela análise do desempenho individual e coletivo, em colaboração com o treinador analista estagiário, através da realização de um relatório de observação, da equipa B;
ANTÓNIO BASTOS LOPES	<p><u>Treinador Adjunto</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsável pelo auxílio na operacionalização do processo de treino;
GONÇALO SIMÕES	<p><u>Treinador de Guarda-Redes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsável pelo planeamento, operacionalização e análise do treino e momentos competitivos específicos da posição de guarda-redes; ▪ Responsável pelo auxílio na operacionalização do processo de treino; ▪ Responsável pelo auxílio nos momentos competitivos dos Iniciados B e D;
RAFAEL GRÁCIO	<p><u>Treinador de Guarda-Redes</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsável pelo auxílio no planeamento, operacionalização e análise do treino e momentos competitivos específicos da posição de guarda-redes; ▪ Responsável pelo auxílio na operacionalização do processo de treino; ▪ Responsável pelo auxílio nos momentos competitivos dos Iniciados C e D;

<p>ANTÓNIO CAMPOS</p>	<p><u>Treinador Analista Estagiário</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsável pelo auxílio nos momentos competitivos dos Iniciados C e D; ▪ Responsável pelo auxílio na operacionalização do processo de treino; ▪ Responsável pelo registo de presença nos treinos e de convocatórias; ▪ Responsável pela filmagem e codificação do processo de treino e jogo; ▪ Responsável pela análise do desempenho individual e coletivo, através da realização de um relatório de observação, das equipas C e D;
<p>GONÇALO MARQUES</p>	<p><u>Treinador Analista Estagiário</u></p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Responsável pelo auxílio nos momentos competitivos dos Iniciados B e D; ▪ Responsável pelo auxílio na operacionalização do processo de treino, sobretudo, na parte inicial da sessão, com foco na componente física, designada de VAC (Velocidade, Agilidade e Coordenação), e na parte final da unidade de treino, que diz respeito à prevenção e reforço muscular; ▪ Responsável pela filmagem e codificação do processo de treino e jogo; ▪ Responsável pela análise do desempenho individual e coletivo, através da realização de um relatório de observação, das equipas B e D;

1.6. Estrutura do relatório de estágio

Este relatório divide-se em seis capítulos. O presente capítulo representa a parte introdutória do documento, com o intuito de apresentar os objetivos de formação durante o processo de estágio, a contextualização e caracterização, e também as tarefas inerentes ao mesmo.

O segundo capítulo refere-se à revisão de literatura que serve de suporte à prática profissional desenvolvida durante este processo, mas também ao estudo de investigação (quarto capítulo) que foi realizado no presente relatório. Neste capítulo, serão abordados temas ligados à identificação, seleção e desenvolvimento de talento no futebol juvenil.

O terceiro capítulo corresponde a toda a gestão do processo de treino e competição, isto é, todas competências desenvolvidas, na época 2019/2020, no Departamento de Análise e Observação (DAO) e na equipa de Sub-14 do Sport Lisboa e Benfica, nomeadamente, as de conceção e planeamento, condução e operacionalização e de avaliação e controlo.

Relativamente ao quarto capítulo, diz respeito a um estudo de investigação sobre o tema de “Identificação e recrutamento de talento no futebol juvenil”, que visa compreender os atributos que mais determinam o potencial de um jovem atleta de futebol na transição do escalão de Sub-13 para os Sub-14.

A respeito do quinto capítulo, consiste num projeto de relação com a comunidade realizado em grupo, centrado no tema “A transição de Treinador de Formação para Treinador no Alto Rendimento”. Deste modo, o grupo realizou uma série de entrevistas individuais, em formato online, a treinadores de futebol profissional que, inicialmente, começaram a sua carreira no futebol de formação. O evento teve como principal objetivo a partilha de conhecimento e de experiências da presente temática a todos os treinadores e estudantes de futebol que ambicionam um dia alcançar o futebol profissional.

Por último, no sexto capítulo, são apresentadas as conclusões e perspetivas futuras enquanto treinador, onde é realizado um balanço final de todo o processo de estágio.

2. REVISÃO DE LITERATURA

2.1. Introdução

O futebol é um desporto que move multidões em todo o mundo, sendo provavelmente dos mais populares e mediáticos na sociedade nos dias correntes. De acordo com dados oficiais da Federação Internacional de Futebol, estão envolvidos ativamente na modalidade cerca de 265 milhões de jogadores e 5 milhões de árbitros, treinadores e outros dirigentes, correspondendo a cerca de 4% da população mundial (FIFA, 2006). Apesar de, na grande maioria dos países do mundo o futebol ser totalmente amador, nos últimos anos, veio a verificar-se uma tendência positiva e promissora no que diz respeito à profissionalização da modalidade. Além disso, o crescimento da mesma, é, essencialmente, visível no aumento acentuado das taxas de transferências, dos salários, das receitas comerciais, mas também na expansão do futebol feminino (Deloitte, 2021; FIFA, 2019).

A globalização do mercado e o aumento da competitividade do futebol tem levado a que muitos clubes de futebol procurem ativamente jogadores talentosos por todo o mundo (Pruna et al., 2018). Ao longo dos anos, o processo de identificação e desenvolvimento tornou-se determinante numa estrutura de um clube para, assim, poder garantir o sucesso desportivo ou a sustentabilidade desportiva e financeira dos mesmos (Fernández Río & Méndez Giménez, 2014). Desta forma, os processos de identificação e desenvolvimento assumiram uma grande importância na modalidade, envolvendo um investimento significativo de recursos (por exemplo, financeiro, pessoal, tempo) por associações nacionais, clubes, treinadores, jogadores e suas famílias, entre outros agentes desportivos (Fernández Río & Méndez Giménez, 2014; Williams et al., 2020). Este investimento é também devido ao aumento da concorrência e o risco de perder potenciais talentos, levando a que os clubes procurem identificá-los cada vez mais cedo e a antecipar-se aos restantes (Ventura, 2013; Sæther, 2014). Além disso, outra das vantagens de identificar estes jogadores cedo está associada à oportunidade de os desenvolver, ainda em idades precoces, de acordo com certas crenças e princípios metodológicos que os clubes defendem na formação destes jovens (por exemplo, sistemas de jogo, habilidades desejáveis) (Sæther, 2014).

Aos jovens promissores que são recrutados para os clubes e associações nacionais, garantem-lhes as condições de treino e programas de desenvolvimento sistemático e especializado de alta qualidade, com instalações, equipamentos e profissionais de diversas áreas durante todo o processo formativo para que estes

consigam alcançar o seu potencial e atingir a elite do futebol (Bergkamp et al., 2019; Sarmiento et al., 2018).

2.2. Talento

Popularmente, o termo “talento” é utilizado no mundo do futebol para caracterizar jogadores que se destacam, em treino ou jogo, pelo seu desempenho acima da média comparativamente com os seus colegas. No entanto, estas interpretações representam, em norma, uma avaliação subjetiva, sem qualquer suporte científico. Ao longo dos anos, a ciência tem tentado desmistificar o conceito de talento, tendo já sido apresentadas diversas perspetivas em relação ao mesmo.

As visões mais tradicionais associam o talento a predisposições genéticas ou inatas. A perspetiva de Howe et al. (1998) é um exemplo disso, defendendo que o talento possui cinco propriedades: 1) é originado em estruturas geneticamente transmitidas e parcialmente inatas; 2) pode não ser evidente em idades precoces, porém há indicadores que ajudam a identificar a sua presença; 3) estes indicadores podem fornecer uma base para determinar os que têm mais ou menos probabilidade de sucesso desportivo; 4) a minoria dos jovens possui talento, visto que se todos fossem talentosos, não seria possível prever ou explicar qualquer tipo de sucesso; 5) o talento é específico de um determinado domínio (por exemplo: desporto, música). Os autores concluíram ainda que as diferenças entre as experiências anteriores, preferências, oportunidades, hábitos, treino e prática, são fatores determinantes da excelência.

O talento pode ainda ser interpretado com base em quadros teóricos como, por exemplo, o *Differentiated Model of Giftedness and Talent* (DMGT) de Gagné (2004), normalmente, utilizado para identificação de talentos. Neste modelo, o conceito de talento corresponde a “um desempenho notável de habilidades sistematicamente desenvolvidas, em pelo menos um campo de atividade humana, a um grau que coloca o indivíduo entre pelo menos os 10% com maior potencial no grupo de pares etários que são ou já foram ativos naquele campo” (Gagné, 2004).

Focan et al. (2018) entendem que o talento desportivo deve ser a capacidade natural e excecional de um indivíduo para realizar tarefas ou atividades relacionadas com o desporto. Para os autores, o talento pode, também, ser visto como um conceito estático ou dinâmico. A definição estática refere-se ao talento como algo inato, que envolve desempenhos numa idade precoce, como é exemplo a perspetiva popular de Howe et al. (1998) e o modelo de Gagné (2004). Por outro lado, a definição dinâmica vê o talento como algo que pode ser desenvolvido. Nessa linha de raciocínio, Sarmiento et al. (2018),

tendo por base uma abordagem teórica de dinâmica ecológica, defendem que o talento deve ser considerado como uma relação dinamicamente variável moldada pelos constrangimentos impostos pelos ambientes físico e social, pelas tarefas vivenciadas e pelos recursos pessoais de um jogador.

Embora tenham sido apresentadas diversas perspectivas de talento, a sua definição continua a ser pouco consensual na literatura científica. Em função disso, Larkin e Reeves (2018) sugeriram adotar uma taxonomia de talento específica do futebol, que envolvesse apenas as complexidades dentro da modalidade, de forma a acabar ou reduzir uma série de questões que têm surgido em volta da sua definição.

2.3. Processo de identificação e desenvolvimento de talento

Ao longo dos anos, o processo de identificação de talentos no futebol tornou-se uma questão prioritária para os clubes, visto que reconhecem, cada vez mais, a importância que este tem para a sua sustentabilidade. A procura por jovens talentosos tem vindo a crescer, sendo cada vez mais os clubes a apostar num recrutamento precoce - o que acaba por ser uma condição necessária nos tempos atuais - para as suas academias profissionais de futebol, com condições de excelência para permitir o melhor desenvolvimento destes jovens, numa perspectiva a longo prazo (Focan et al., 2018).

Este processo é definido como "o processo de reconhecimento de participantes atuais com potencial para se tornarem jogadores de elite" (Williams & Reilly, 2000), enquanto que o desenvolvimento de talentos tem como finalidade fornecer um ambiente de aprendizagem mais ajustado, de forma a que os jogadores consigam atingir o seu potencial (Reilly, Bangsbo, et al., 2000). Pruna et al. (2018) defendem que a identificação do talento desportivo visa detetar, capturar, selecionar e promover o atleta que possui as aptidões e competências, isto é, o potencial para garantir, na medida do possível, sucesso competitivo. O processo pode ainda ser considerado multifacetado, "uma vez que o desempenho bem-sucedido resulta da interação entre a dinâmica intrínseca dos jogadores e as constantes mudanças nas exigências ambientais e de tarefas" (Phillips et al., 2010, citado por, Bennett et al., 2019). Com base na descrição destes últimos autores, Larkin e Reeves (2018) sugerem que o conceito de identificação de talentos consiste em jovens atletas que possuem habilidades inatas não expressas pela maioria dos indivíduos.

De uma forma geral, este trabalho de identificação de talentos é realizado, normalmente, por olheiros e por treinadores de futebol, que informam os clubes sobre os

jovens identificados, que podem ir ao encontro das pretensões dos clubes e ter o potencial para atingir a elite. Relativamente ao modo operacional, é comum que estes “identificadores de talento”, em primeiro lugar, tentem compreender bem os níveis atuais de desempenho dos jovens e só, posteriormente, tentem prever o seu futuro potencial. Contudo, de acordo com Bailey e Morley (2006, citado por Fernández Río & Méndez Giménez, 2014), este modo operacional torna-se um indicador fraco, pois as avaliações podem ser influenciadas por diversos fatores, como o treino ou o apoio parental. A subjetividade e as ideias preconcebidas em relação ao jogador “ideal” por parte dos avaliadores (Williams & Reilly, 2000) são também aspetos importantes a ser tidos em conta, isto é, as opiniões sobre o talento dos jogadores podem variar de observador para observador, consoante o nível de conhecimento e experiência (Focan et al., 2018) e preferências pessoais. Porém, atualmente é consensual que, quando usada isoladamente, esta abordagem pode resultar em erros repetitivos nestes processos de identificação de talentos e ainda carecer de consistência (Unnithan et al., 2012). De forma a compensar estas avaliações intuitivas e com uma justificação científica, vários clubes incentivam os seus olheiros e treinadores a procurar jogadores que se enquadrem em certos parâmetros específicos e filosofias dos mesmos. Existem clubes que valorizam mais características como a velocidade, força e tamanho, outros têm maior foco na habilidade e técnica. O AFC Ajax é um exemplo disso, sendo um clube reconhecido pelo sucesso na produção de jovens talentosos, que procura jogadores que correspondam à sigla “TIPS” (técnica, inteligência, personalidade e velocidade). Existem também outras siglas utilizadas com o mesmo propósito, tais como “TABS” (técnica, atitude, equilíbrio e velocidade) e “SUPS” (velocidade, compreensão, personalidade e habilidade), sendo utilizadas por alguns treinadores em Inglaterra (Focan et al., 2018). Contudo, a ciência tem demonstrado que abordagens exclusivamente unidimensionais, com ênfase em determinantes biológicas, eram ineficazes e incapazes de prever o desempenho desportivo adulto (Sarmiento et al., 2018).

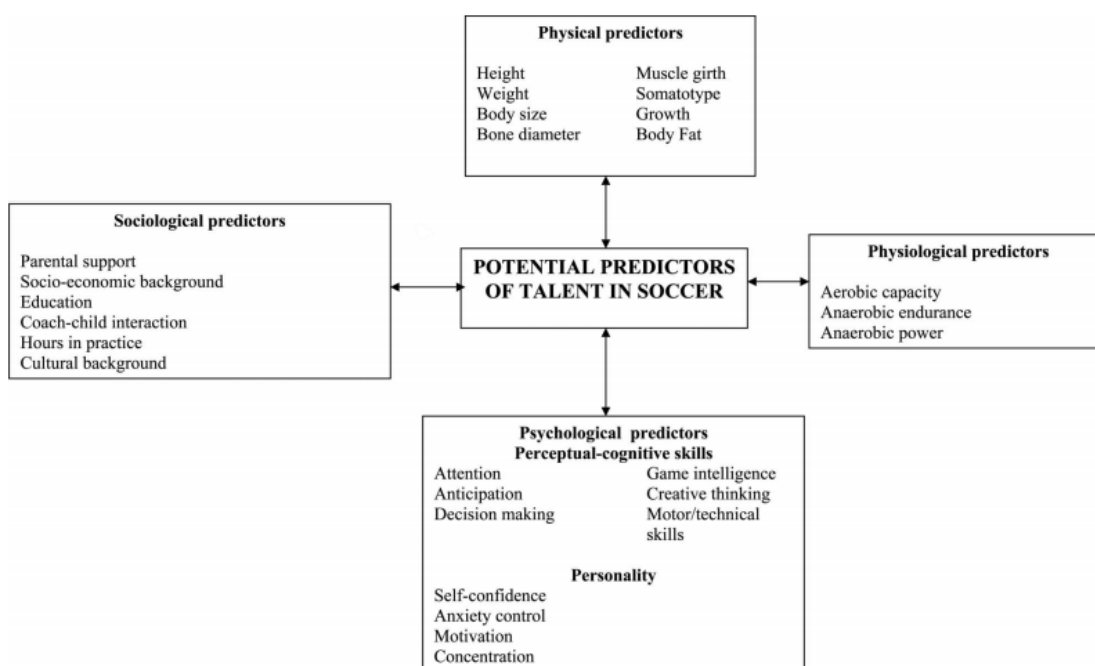
Nos últimos anos, verificou-se um aumento no uso de sistemas de suporte com base na ciência, que oferecem uma abordagem mais holística para a identificação de talentos (Unnithan et al., 2012), bem como o uso de modelos específicos de desenvolvimento de talentos (Gagné, 2004). Além disso, ainda é visível uma tendência crescente de publicações sobre esta temática, desde artigos científicos, revisões sistemáticas, livros académicos e populares (Sarmiento et al., 2018).

2.4. Fatores associados à identificação e desenvolvimento de talento

A identificação de talentos no futebol deve ser considerado como um processo complexo, visto que o desempenho dos jogadores abrange um conjunto de habilidades e capacidades que influenciam diretamente o mesmo, levando a que se torne difícil de prever o potencial desempenho, principalmente, em idades precoces (Sarmiento et al., 2018). Na literatura científica, surgem frequentemente estudos sobre preditores de desempenho associados ao talento. Muitos destes estudos têm como base o esquema de classificação proposto por Williams e Reilly (2000) (Figura 1), que defenderam ser fundamental ter em consideração o papel dos fatores sociológicos e psicológicos, físicos e fisiológicos, acrescentando ainda as competências técnicas e táticas que derivam deste esquema de classificação.

Figura 1

Potenciais preditores de talento no futebol.



Nota. Em “Talent identification and development in soccer”, de A. M. Williams, e T. Reilly, 2000, *Journal of Sports Sciences*, 18(9), p. 655 (<https://doi.org/10.1080/02640410050120041>).

2.4.1. Fatores físicos e fisiológicos

As variáveis físicas são claramente importantes devido às elevadas exigências da atividade física que são descritas ao mais alto nível dentro do desporto (Barnes et al., 2014). De acordo com a revisão de Sarmiento et al. (2018), no geral, a maioria dos estudos analisados sobre a influência dos fatores físicos e fisiológicos, indicam que os jogadores de elite obtêm melhores resultados em testes que medem força, flexibilidade, coordenação, agilidade, velocidade, velocidade específica do futebol, resistência aeróbia, capacidade anaeróbia, e várias competências técnicas. Nos últimos 20 anos, os jogadores profissionais tornaram-se ligeiramente mais altos, mais pesados e mais magros (Nevill et al., 2009; Nevill et al., 2019), enquanto que o jogo profissional se tornou simultaneamente mais exigente em termos físicos e técnicos (por exemplo, na English Premier League (Bush et al. 2015, citado por, Williams et al., 2020).

Existem algumas diferenças nos traços antropométricos e fisiológicos entre jovens jogadores com maior e menor sucesso, que podem ser justificadas pelo estado de maturação, bem como pelo Efeito da Idade Relativa (RAE), que continuam a influenciar as estratégias de seleção (Brustio et al., 2018; Helsen et al., 2012). Em norma, existem mais jogadores nascidos no primeiro trimestre (Q1) do que no último (Q4), sugerindo que os do Q1 têm uma vantagem no processo de seleção pois, geralmente, atingem a maturidade biológica mais cedo, enquanto que os jogadores nascidos no Q4 são tendencialmente mais pequenos (Deprez et al., 2013; Fragoso et al., 2014; Hirose, 2009). Noutros estudos, concluíram que, independentemente do estado de maturação, os jogadores relativamente mais velhos tinham uma maior probabilidade de serem selecionados (Deprez et al., 2013). Apesar disso, num estudo longitudinal de Ostojic et al. (2014), verificou-se que os jogadores com maturação tardia atingiram com mais frequência o nível de elite no futebol em comparação com os de maturação precoce, uma vez que estes foram favorecidos pelo processo de seleção à medida que o seu nível de desempenho aumentou.

2.4.2. Fatores psicológicos e sociológicos

Os estudos analisados sugerem que os atletas de maior sucesso demonstram ser mais empenhados, motivados e concentrados (Forsman et al., 2016), ter um maior compromisso com os objetivos, e utilizar técnicas para lidar com problemas não centradas nas emoções (Van Yperen, 2009) – quando comparado com os jogadores que não se tornaram profissionais. Coetzee et al. (2006), acrescentam ainda atributos psicológicos como o ensaio mental, motivação de realização, estabelecimento de

objetivos / preparação mental, controlo da ativação e capacidade de atingir níveis elevados de desempenho em situações de pressão, que diferenciam as equipas com maior sucesso das que são menos bem-sucedidas. Além destes atributos, a resiliência e disciplina são também associados aos atletas que atingem a elite do futebol (Holt & Dunn, 2004).

Em relação aos fatores sociológicos, os jogadores que se tornam profissionais durante a sua adolescência demonstraram ter mais horas de prática, receberam um maior apoio familiar (Sieghartsleitner et al., 2019), tiveram mais irmãos e procuraram maior apoio social (Van Yperen, 2009). Num estudo conduzido por Pazo et al. (2012), os autores propuseram que o contexto desportivo se encontrava entre as dimensões mais influentes na formação do jogador de futebol, sendo que o treino numa academia de elite é a chave para o alcance do êxito desportivo e onde o treinador é o seu expoente máximo. Os autores destacam ainda como um aspeto relevante a interligação entre todos os intervenientes do futebol de formação, o psicólogo, o médico, o preparador físico e o coordenador, no desenvolvimento do jogador.

2.4.3. Fatores técnicos e táticos

De acordo com a literatura, averiguou-se uma relação clara entre o alto rendimento e os jogadores com elevada capacidade técnica, isto é, os jogadores tecnicamente mais evoluídos podem ter maior probabilidade de alcançar um nível elevado de sucesso durante a sua carreira futebolística (Forsman et al., 2016). Além disso, sabe-se também que habilidades técnicas como o passe, primeiro toque e o drible, correspondem a mais de metade das ações individuais num jogo de futebol (Thomas et al., 2009), e que as equipas que conseguem manter a posse de bola têm mais probabilidade de ter sucesso (Lago-Peñas & Dellal, 2010). Tendo por base os estudos analisados, as capacidades técnicas como o passe curto/longo, controlo de bola, drible, primeiro toque e remate (Forsman et al., 2016; Huijgen et al., 2014; Larkin & O'Connor, 2017; Reilly, Williams, et al., 2000; Sarmiento et al., 2018), são algumas das habilidades que permitem diferenciar o desempenho entre jogadores (Malina et al., 2007), sendo que estas têm um desenvolvimento mais rápido em idades pré-pubertárias (Figueiredo et al., 2009).

As capacidades táticas permitem também diferenciar os futuros jogadores profissionais dos não profissionais, paralelamente aos fatores técnicos. Estas referem-se à qualidade de um jogador individual para realizar uma ação atempada que seja eficaz para alcançar um objetivo de uma determinada tarefa (Sarmiento et al., 2018). As

investigações têm indicado como principais características táticas a capacidade posicional e a tomada de decisão (Kannekens et al., 2011; Larkin & O'Connor, 2017) – sendo estas consideradas fundamentais para discriminar os diferentes níveis de desempenho.

3. GESTÃO DO PROCESSO DE TREINO E COMPETIÇÃO

3.1. Conceção e Planeamento da Prática

3.1.1. Caracterização dos Sub-14

Na época 2019/2020, a equipa de Sub-14 era constituída por 44 jogadores (Ver Tabela 5), nascidos em 2006, com exceção de três atletas que nasceram em 2005, e provenientes, em grande parte, das equipas de iniciação e dos Centros de Formação e Treino (CFT) do clube - projeto formativo e descentralizado, que visa a identificação e desenvolvimento de jogadores talentosos e de potencial elevado, sem que tenham de sair do seu ambiente. O clube recrutou, ainda, dez atletas que se encontravam noutros clubes do país.

Uma vez que é grupo alargado, a equipa no fim-de-semana disputa três competições da Associação de Futebol de Lisboa (AFL): no Campeonato Distrital de Juniores “C” I Divisão e II Divisão de Sub-15 os Iniciados B e C, respetivamente, e no Campeonato Distrital de Juniores “C1” I Divisão de Sub-14 os Iniciados D.

Semanalmente, a equipa tem quatro sessões de treino, de terça a sexta-feira, tendo como local de treino o centro de estágio e formação, Benfica Futebol Campus – Seixal. As sessões de treino iniciavam, maioritariamente, às 18:30. Excepcionalmente, a sessão poderia começar mais tarde em virtude dos horários escolares e as deslocações para o centro de estágio. Durante o decorrer da época, habitualmente, há atletas que integram as sessões de treino do escalão de Sub-15, enquanto alguns Sub-13 sobem ao escalão de Sub-14 para participar nas sessões.

Tabela 5*Plantel dos Sub-14 do Sport Lisboa e Benfica – Época 2019/2020.*

NOME	DATA DE NASCIMENTO	POSIÇÃO
André Moreira	09/07/2006	Guarda-Redes
Miguel Vieira	29/03/2006	Guarda-Redes
Tomás Hellens	26/09/2006	Guarda-Redes
João Fidalgo	29/03/2006	Guarda-Redes
João Teixeira	18/04/2006	Guarda-Redes
Guilherme Peixoto	25/05/2006	Defesa Direito
Daniel Ramos	12/03/2005	Defesa Direito
Tiago Brazão	13/02/2006	Defesa Direito
Filipe Carrigy	20/03/2006	Defesa Direito
Ricardo Fernandes	26/04/2006	Defesa Central
Tiago Lopes	22/08/2006	Defesa Central
Guilherme Gaspar	13/05/2006	Defesa Central
João Fonseca	31/08/2006	Defesa Central
Gonçalo Oliveira	04/07/2006	Defesa Central
Diogo Rocha	28/07/2006	Defesa Central
Rodrigo Guerreiro	18/06/2006	Defesa Esquerdo
Tiago Parente	12/06/2006	Defesa Esquerdo
Leandro Martins	01/01/2006	Defesa Esquerdo
Gonçalo Magalhães	14/01/2006	Médio Centro
Rodrigo Pires	31/03/2006	Médio Centro
Martim Ferreira	26/01/2006	Médio Centro
Eduardo Vintoniv	13/02/2006	Médio Centro
Tiago Freitas	17/08/2006	Médio Interior
Tomé Eusébio	01/02/2006	Médio Interior
Rafael Mendes	06/08/2006	Médio Interior
Leandro Tavares	09/07/2005	Médio Interior
Diego Tavares	05/05/2006	Médio Interior
Rodrigo Ribeiro	26/05/2006	Médio Interior
João Gonçalves	01/12/2006	Médio Interior
Diogo Carvalheira	13/10/2006	Médio Interior
Diogo Fazenda	09/08/2006	Médio Interior
Rúben Semedo	02/06/2005	Ala Direito
Santiago Ferreira	07/01/2006	Ala Direito
Ricardo Brito	12/09/2006	Ala Direito
Francisco Gonçalves	21/03/2006	Ala Direito
Daniel Rozzuvaylo	03/02/2006	Ala Esquerdo
Francisco Neto	13/09/2006	Ala Esquerdo
Gonçalo Moreira	03/01/2006	Ala Esquerdo
Olívio Leonardo	27/01/2006	Ala Esquerdo
Jair Monteiro	26/08/2006	Avançado
Válter Leitão	25/01/2006	Avançado
António Vicente	16/05/2006	Avançado
Samuel Ceita	15/07/2006	Avançado
David Banda	24/09/2005	Avançado

3.1.2. Objetivos específicos da equipa

Tendo como base os pilares fundamentais acima referidos (Página 12), o Sport Lisboa e Benfica tem como principal missão formar jovens jogadores com capacidade de integrar o plantel principal do clube e de atingir os patamares mais altos futebol, com a visão de ser uma referência mundial ao futebol de formação.

No que diz respeito aos Sub-14, para a época 2019/2020, foram definidos os seguintes objetivos formativos e desportivos:

- Desenvolvimento individual específico ao nível técnico, tático, físico; psicológico e social;
- Preparar jogadores para integrar a equipa Iniciados A (Sub-15);
- Ser Campeão Distrital nas competições em que as equipas de Iniciados B, C e D estão presentes;
- Vencer todos os torneios nacionais e internacionais em que as equipas participem;
- Ser o clube com o maior número de jogadores nas convocatórias da Seleção Distrital de Lisboa (Sub-14) e no principal torneio deste escalão (Torneio Lopes da Silva).

3.2. Modelo de Jogo

O modelo de jogo que se segue, resulta principalmente das experiências e conversas com os treinadores pertencentes ao clube, durante o processo de treino e de jogo, no período de estágio curricular. Este, é um modelo transversal a todos os escalões da formação e assenta num conjunto de ideias e princípios que caracterizam a forma de jogar do Sport Lisboa e Benfica. A criação deste modelo assume uma grande importância naquilo que é a identidade do clube. Desta forma, as diferentes equipas da formação, acabam por apresentar características gerais comuns na sua forma de jogar.

De seguida, com base no que foi referido anteriormente, será apresentado uma descrição do modelo de jogo, contendo um conjunto de princípios fundamentais para a fase defensiva e ofensiva, permitindo assim ter uma ideia geral da forma de jogar da formação do clube. Por motivos de ética e de sigilo profissional, não serão apresentados os comportamentos e dinâmicas específicas do modelo de jogo.

3.2.1. Sistemas táticos

De acordo com o modelo de jogo da formação do clube, o sistema tático preferencial é o 1-4-3-3 (Figura 2), com uma ocupação racional dos espaços (em largura e profundidade). Como alternativa ao sistema tático principal, foi utilizado o 1-4-2-3-1 (Figura 3), essencialmente, devido a questões estratégicas do jogo e aspetos relacionados com equipa.

Figura 2

Sistema tático 1:4:3:3.



Figura 3

Sistema tático 1:4:2:3:1.



3.2.2. Princípios fundamentais para a fase defensiva

1. Reação forte e imediata após perder a posse de bola – momento em que os jogadores mais próximos do centro de jogo pressionam rapidamente o portador da bola, permitindo assim estar mais próximo de recuperar a posse de bola ou de “ganhar” tempo para que a equipa se reorganize defensivamente;
2. O método defensivo preferencial é a defesa à zona com variações de zona pressionante (referências de pressão), com um posicionamento defensivo em função do espaço e da zona da bola (centro de jogo);
3. Orientar e condicionar a construção do adversário para os corredores laterais - zona considerada mais favorável para intensificar a pressão, forçando o adversário ao erro, e assim permitir recuperar a posse de bola;
4. Manter o bloco compacto, com distâncias curtas entre setores e entre jogadores, quer na largura quer na profundidade, tendo como prioridade a proteção do corredor central (evitar passes interiores);
5. Em situação de cruzamento, garantir o preenchimento dos espaços mais favoráveis para o adversário finalizar, nomeadamente: 1º poste, zona do penalti, 2º poste e entrada da área.

3.2.3. Princípios fundamentais para a fase ofensiva

1. Privilegiar o método de jogo ofensivo em ataque posicional, iniciando este processo desde o guarda-redes através de saídas curtas pelos centrais, laterais e/ou médio defensivo;
2. Ocupação racional do terreno de jogo, com um posicionamento coletivo em losango no corredor ativo, de forma a garantir sempre três linhas de passe ao portador da bola;
3. Evitar recorrer ao drible na existência de uma linha de passe;
4. Privilegiar a manutenção e circulação da posse de bola em largura e profundidade, procurando constantemente a vantagem espacial ou numérica, através de ritmo de circulação elevado, para progredir no terreno de jogo;
5. Garantir a ocupação das zonas de finalização (1º poste, zona do penalti, 2º poste e entrada da área) e finalizar as oportunidades criadas;
6. Atacar sempre em equilíbrio defensivo, isto é, estar organizado defensivamente de forma a poder reagir rapidamente à perda da posse de bola.

3.3. Organização e Planeamento do Processo de Treino

3.3.1. Modelo de Treino

O Sport Lisboa e Benfica tem como objetivo proporcionar uma formação integral e na mística do clube, com base nos melhores princípios metodológicos. É a Área da Iniciação do clube que define o modelo de treino, estando este interligado com o modelo de jogo, uma vez que a sua construção assenta no conjunto de ideias e princípios que melhor caracteriza a forma de jogar das suas equipas da formação. Desta forma, o clube acredita num modelo de treino centrado nas dimensões técnicas, táticas, físicas, psicológicas e sociais, de modo a promover um desenvolvimento individual e específico dos seus jogadores.

Contudo, o planeamento e operacionalização do processo de treino é da responsabilidade do treinador principal dos Iniciados B, sempre com o auxílio da restante equipa técnica, que procura metodologias de treino específicas, para assim potenciar as ideias e princípios do clube.

3.3.1.1. Mesociclo. Na equipa de Sub-14 do Sport Lisboa e Benfica, o mesociclo era composto por quatro microciclos, com uma duração total de quatro semanas de treino, onde são abordados diversos conteúdos durante este período. Para permitir um melhor entendimento da organização deste processo, na Figura 4, é apresentado o mesociclo tipo da equipa de Sub-14, sendo este um documento oficial do clube.

Figura 4

Mesociclo tipo da equipa de Sub-14 do Sport Lisboa e Benfica.

SPORT LISBOA E BENFICA INICIADOS SUB 14 ÉPOCA 2019 / 2020										
MESOCICLO TIPO										
M	C	D	U	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO	DOMINGO
					1	2	3	4		
1	C	D	U	FOLGA	Liga Cosme Damião	SAQ	Relação: o bola / Mot. Ger.	SAQ	Iniciados D Campeonato Distrital de Juniores "C" C1	Iniciados B Campeonato Distrital de Juniores "C" da I Divisão
				PATTO	PATTO	MPB em sistema	Finalização	Iniciados C Campeonato Distrital de Juniores "C" da II Divisão		
				PATTO	MPB o Iniciação	Organização Intersectorial / Colectiva Defensiva / Ofensiva	Organização Sectorial / Intersectorial Ofensiva			
				Ref. Musc. / Prevenção Lesões	Organização Sectorial / Intersectorial Defensiva Transições D.A.e.A.D	Esquemas Tácticos	Esquemas Tácticos			
				Motivação / Espírito de Equipa / Rel. Interpessoal	Agressividade / Concentração / Esp. de Sacrificio / Superação / Comunicação / Criatividade	Concentração / Auto-confiança				
2	C	D	U	FOLGA	Lúico-Recreativo	SAQ	Relação: o bola / Mot. Ger.	SAQ	Iniciados D Campeonato Distrital de Juniores "C" C1	Iniciados B Campeonato Distrital de Juniores "C" da I Divisão
				PATTO	PATTO	MPB em sistema	Finalização	Iniciados C Campeonato Distrital de Juniores "C" da II Divisão		
				PATTO	MPB o Iniciação	Organização Intersectorial / Colectiva Defensiva / Ofensiva	Organização Sectorial / Intersectorial Ofensiva			
				Ref. Musc. / Prevenção Lesões	Organização Sectorial / Intersectorial Defensiva Transições D.A.e.A.D	Esquemas Tácticos	Esquemas Tácticos			
				Motivação / Espírito de Equipa / Rel. Interpessoal	Agressividade / Concentração / Esp. de Sacrificio / Superação / Comunicação / Criatividade	Concentração / Auto-confiança				
3	C	D	U	FOLGA	Lúico-Recreativo	Liga Cosme Damião	Relação: o bola / Mot. Ger.	SAQ	Iniciados D Campeonato Distrital de Juniores "C" C1	Iniciados B Campeonato Distrital de Juniores "C" da I Divisão
				DFS	PATTO	MPB em sistema	Finalização	Iniciados C Campeonato Distrital de Juniores "C" da II Divisão		
				Princípios de Jogo Ofensivos	PATTO	Organização Intersectorial / Colectiva Defensiva / Ofensiva	Organização Sectorial / Intersectorial Ofensiva			
				Princípios de Jogo Defensivos	PATTO	Esquemas Tácticos	Esquemas Tácticos			
				Motivação / Espírito de Equipa / Rel. Interpessoal	Motivação / Espírito de Equipa / Rel. Interpessoal	Agressividade / Concentração / Esp. de Sacrificio / Superação / Comunicação / Criatividade	Concentração / Auto-confiança			
4	C	D	U	FOLGA	Lúico-Recreativo	SAQ	Relação: o bola / Mot. Ger.	SAQ	Iniciados D Campeonato Distrital de Juniores "C" C1	Iniciados B Campeonato Distrital de Juniores "C" da I Divisão
				PATTO	PATTO	MPB em sistema	Finalização	Iniciados C Campeonato Distrital de Juniores "C" da II Divisão		
				PATTO	MPB o Iniciação	Organização Intersectorial / Colectiva Defensiva / Ofensiva	Organização Sectorial / Intersectorial Ofensiva			
				Ref. Musc. / Prevenção Lesões	Organização Sectorial / Intersectorial Defensiva Transições D.A.e.A.D	Esquemas Tácticos	Esquemas Tácticos			
				Motivação / Espírito de Equipa / Rel. Interpessoal	Agressividade / Concentração / Esp. de Sacrificio / Superação / Comunicação / Criatividade	Concentração / Auto-confiança				

3.3.1.2. Microciclo e Unidades de Treino. Cada microciclo iniciava com uma folga, na segunda-feira, e incluía quatro unidades de treino, de terça a sexta-feira, com três jogos oficiais ao fim-de-semana (um jogo no sábado e dois jogos no domingo) (Figura 4). A equipa realizava ainda sessões complementares de VAC, nos dias de treino, e de dança, uma vez por semana, habitualmente, às sextas-feiras.

Os conteúdos são definidos de uma forma sistemática e em função dos objetivos específicos para o escalão, procurando seguir uma perspetiva de complexidade crescente. É importante referir que o microciclo podia sofrer alterações na sequência de transmissão dos conteúdos, dependendo sempre do estado de desenvolvimento dos jogadores e da equipa, naquilo que é a sua aquisição/consolidação dos conteúdos.

De seguida, na figura 5, é apresentado, como exemplo, uma unidade de treino (UT N°56), correspondente ao 4º mesociclo e ao 15º microciclo, permitindo assim ter uma melhor perceção da forma como as sessões eram pensadas e organizadas. Com base na figura 5, é possível observar alguns dados da sessão, entre os quais o nº do mesociclo, do microciclo e da UT, a condição dos jogadores para a UT, o local do treino, a data e

hora e o volume da UT. Ainda, estão presentes os conteúdos que vão ser abordados na sessão, os objetivos de cada exercício, o nº de jogadores, o espaço, a solicitação, e também uma breve descrição do exercício. O presente planeamento continha também um espaço para as notas e distribuição de tarefas, onde eram referidos especificamente os exercícios a filmar e a distribuição/função dos treinadores pelos mesmos.

Figura 5

Exemplo de uma unidade de treino da equipa de Sub-14.





SPORT LISBOA E BENFICA										TREINO COLETIVO								
INICIADOS SUB 14 - ÉPOCA 19/20										Pedro F.T. Lima / T. Paiva / A. Bastos L. / Emilio S. / R. Grácio / Gonçalo S. / A. Campos / Gonçalo M.								
Legenda										Mesociclo	4	Microciclo	15	Treino N.º	56			
EXP.	REP/HTLA	INCIDDO A	HT. NIC. A	JOGO	LESA	LESÃO	LESÃO	LESÃO	LESÃO	LESÃO	Local:	C2 e 5	Data:	13/12/2019 - 6F - 16h25	Volume	130 min		
JC	GR	PL									Nº	CONTEUDOS					Min.	
21 + 2	1	Jair Monteiro	António Vicente								1	Dança					50	
AE		Valter Leitão		Samuel Ceita		AD				Número: Todos os jogadores. Espaço: Campo nº2.								
Ricardo Brito	ME	MD	Tiago Brazão															
Daniel Rotzwayko	Tiago Freitas	Rodrigo Ribeiro	Fran. Gonçalves															
Francisco Neto	Tomé Eusébio	João Gonçalves	Rúben Semedo									2A Treino técnico - PE não dominante					15	
Gonçalo Moreira	Diogo Carvalheira	Diogo Fazenda	Sanfilago Ferreira															
Olvio Leonardo	Diego Tavares	Leandro Tavares										Número: 1 grupo de 10/11 jogadores. Forma: Fundamental Fase II (GR+5x5+GR). Espaço: 25x20m. Objetivo: Desenvolvimento do jogo com o pé não dominante. Descrição: Jogo reduzido, 5x5 sem GR, no qual os jogadores apenas podem tocar na bola com o pé não dominante (identificado com um colete preso à meia). Solicitação: 2 x 7 min c/ 1 min de pausa.						
MC		G. Magalhães		Rodrigo Pires		DD												
DE	Martim Ferreira		Hugo Pereira		DD				2B Treino técnico - Desafios técnicos							15		
Rodrigo Guerreiro	DC	Guilherme Peixoto											Número: 1 grupo de 10/11 jogadores. Forma: Complementar. Espaço: 2 quadros de 12x12m. Objetivo: Desenvolvimento da relação com a bola: diferentes contactos e receções. Descrição: 1. Toques de sustentação (sequências pré-definidas e outros desafios); 2. Receções com diferentes superfícies do corpo (peito, coxa e pé). Solicitação: Variável.					
Tiago Parente	Guilherme Gaspar	João Fonseca	Daniel Ramos															
Leandro Martins	Gonçalo Oliveira	Ricardo Ribeiro	Filipe Carrigy															
Eduardo Vintoniv	Tiago Lopes		Diogo Rocha															
GR		André Moreira		Miguel Vieira		GR												
T. Helens	J. Fidalgo	J. Teixeira																
Plantas de Treino																		
2A										3A								
2B										3B							17	
3A										3B							17	
4										4							15	
NOTAS / DISTRIBUIÇÃO TAREFAS																		
- Filmagens todos os exercícios (grupo do Hugo Pereira). - GR integra treino da equipa nos exercícios 1, 3B e 4.																		

3.3.1.3. Sessões complementares - VAC e Dança. De maneira a permitir um melhor desenvolvimento dos jovens dos Sub-14, e olhando às suas necessidades individuais, realizavam-se sessões de VAC e de Dança durante o microciclo. Estas sessões visam essencialmente as qualidades físicas, uma vez que têm uma grande influência no rendimento desportivo.

Nas sessões de VAC, um dos aspetos com maior foco era a melhoria da técnica de corrida, onde se trabalhava aspetos como a postura, as superfícies de contacto no solo e a amplitude da passada. As sessões tinham também como objetivo dar ênfase nas qualidades físicas, como a: velocidade, agilidade e coordenação. É também nestas que se começa a introduzir o treino da força, tendo os jovens este primeiro contacto através da realização de exercícios apenas com peso corporal. As sessões eram planeadas pelo fisiologista e aplicadas pelos membros da equipa técnica na parte inicial da sessão de treino, tendo uma duração que variava entre os 15 e 20 minutos. De seguida, é apresentado um exemplo de uma sessão de VAC aplicada à equipa de Sub-14 (Figura 6).

Figura 6

Exemplo de uma sessão de VAC da equipa de Sub-14.

Plano de Treino de Velocidade/Agilidade/Coordenação								
Escalão:	SUB14	Data:	11/12/19	Hora:			Local:	
Macro ciclo:	1	Mesociclo:	4	Microciclo:	15		Treino:	
Material:	Marcas					Volume Total:		
Objetivos:	Melhoria da postura atlética, agilidade e técnica de mudanças de direcção							
AGILIDADE								
1 - Mobilização/Mecânica								
LATERAL SKIP								
Objetivo:	Agilidade - Mecânica	Postura reta e equilibrado; Braço e peito à frente;	6x6					
Descrição:	Realizar as variantes de exercício por cima de 2 marcas grandes no chão. Obrigar a passar por cima das marcas e não tocar nestas.	Joelhos e peito direcionados p/ a frente; Criação do ângulo de ataque Por cima das marcas: - 1x skiping 2 apoios p/ espaço (1/2rital) - 1x skipping 1 apoio fora 2 apoios dentro	Séries				3+3	
			Pausa				1:3	
2 - Pliometria/Sobrecarga								
LATERAL BOUND C/PAUSA								
Objetivo:	Pliometria/Desaceleração	Joelhos na linha dos pés; Equilibrado; Car sem fazer barulho	8x8					
Descrição:	Multisaltos a 2 pés (competição) Bound Lateral por cima das barreiras	- Amortecer e com o joelho Nos multisaltos deverão competir quem conseguir fazer o maior salto possível de seguida acelerar até um cone e travar em 3 segundos	Séries				3	
			Pausa				1:5	
3 - Aplicação/Agilidade								
JOGO DA RAPOUSA								
Objetivo:	Agil. - mudança de direcção							
Descrição:			Séries				4-5	
			Pausa				1:3	
Observações								
Paulo Carvalho - Human Performance Department - Benfica LAB								

Em relação às sessões de dança, o seu planeamento e operacionalização era da responsabilidade de uma professora de dança. Estas sessões tinham o objetivo de desenvolver capacidades coordenativas, como o ritmo, orientação e o equilíbrio, mas também capacidades condicionais, como a flexibilidade. As sessões tinham uma duração de 50 minutos e eram efetuadas antes da sessão de treino.

3.4. Controlo do Processo de Treino e de Competição

3.4.1. Controlo de presenças e do volume de treino

O controlo das presenças e do volume de treino era responsabilidade do treinador analista estagiário, António Campos, sendo este efetuado através de mapas quantitativos. No documento, contemplavam informações do nº de minutos de cada jogador nos diversos tipos de treino (sessão de VAC e de dança, treino específico por posição, treino técnico e coletivo), bem como o dia e respetiva unidade de treino. Para além disso, eram registadas também as presenças e faltas dos jogadores. No final de cada mês, o documento era enviado ao coordenador e treinador do escalão, Pedro Faria. Assim, era possível ter uma maior perceção do volume de treino de cada jogador, assim como a sua assiduidade ao longo da época.

Figura 7

Exemplo do registo de presenças e controlo do volume de treino nas sessões de VAC no mês de Outubro.

		Sport Lisboa e Benfica																																			
		REGISTOS DE TREINO E CONVOCATÓRIAS INICIADOS B 19/20																																			
		OUTUBRO VAC																																			
Dia	Nº UT	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	TOTALS				
Volume UT (min)																																		Nº UT's	Volume		
Adversários		B	C	D	B	C	D	B	C	D	B	C	D	B	C	D	B	C	D	B	C	D	B	C	D	B	C	D	B	C	D	B	C	D			
IS	Jogador 1																																	1	90		
	Jogador 2																																		0	0	
	Jogador 3																																			0	0
	Jogador 4																																			0	0
	Jogador 5																																			0	0
ES	Jogador 6	15		15	15				15	15					15	15		15								15					15	15			11	165	
	Jogador 7	15	15	15	15				15	15					15	5	15	15							15					15	C	15	13	170	15	170	
	Jogador 8	15		15	15				15	15					15	15	15	15								15				15	15		15	10	150	15	150
	Jogador 9	15	15						15	15					15	15	15	15							15					15	15	7	12	172	15	172	
	Jogador 10	15			15				15	15					15	15	15	15								15				15	15	15	11	165	15	165	
ES	Jogador 11	15	15	15	15				8	15					15	15	15	15							15				15	C	15	14	188	15	188		
	Jogador 12	15	15	15	15					15					15	15	15	15							15				15	15	7	13	187	15	187		
	Jogador 13	15		15	15				15	15					15	15	15	15							15				15		15	11	240	15	240		
	Jogador 14	15		15	15																									15	15	15	6	90	15	90	
	Jogador 15	15		15	15				15	15					15	15		15							15				15	C	11	150	15	150			
	Jogador 16	15	15	15					8								15	15							15				15		15	C	15	10	128	15	128

3.4.2. Controlo de competição

Em competição, eram os treinadores adjuntos que asseguravam este controlo através de um relatório de jogo (Figura 8), onde registavam as seguintes informações no decorrer do jogo:

- 1) Informações gerais do jogo: equipa adversária; data e hora; local do jogo; jornada; e resultado ao intervalo e ao final;
- 2) Informações sobre a própria equipa: onze inicial e o sistema tático utilizado; substituições na 1ª e 2ª parte, com os minutos de entradas e saídas dos jogadores; marcadores de golos e assistências, com os respetivos minutos.
- 3) Informações sobre a equipa adversária: onze inicial e sistemas táticos usados; jogadores mais influentes, com uma breve caracterização dos mesmos; marcadores de golos; e, por fim, uma análise qualitativa dos momentos de organização ofensiva e defensiva.

Figura 8

Relatório de Jogo.

SPORT LISBOA E BENFICA – INICIADOS “B” - ÉPOCA 19 / 20					
JOGO	S.L.Benfica vs			JORNADA	
LOCAL				RESULTADO AO INTERVALO	
DATA/DIA/HORA				RESULTADO FINAL	
ONZE INICIAL			1ª PARTE		2ª PARTE
			SUBSTITUIÇÕES		
			T	ENTRA	SAI
			GOLOS		
			T	MARCADOR	ASSISTÊNCIA
			ADVERSÁRIO		GOLOS
			SISTEMA TÁTICO 1		T
SISTEMA TÁTICO 2		JOGADORES MAIS INFLUENTES			
ORGANIZAÇÃO OFENSIVA					
ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA					

Posteriormente ao jogo, a equipa técnica tinha também acesso a dados mais específicos de cada um dos jogos, sendo estes desenvolvidos pelos treinadores analistas da equipa (Ver tema seguinte: “Modelo de Análise”).

3.5. Modelo de Análise

3.5.1. Departamento de Análise e Observação

Na formação do Sport Lisboa e Benfica, todo o processo de análise e observação era delineado pelo DAO – Departamento de Análise e Observação. O departamento era composto por dez elementos, que estavam distribuídos pelas diversas equipas da formação do clube, tendo como coordenador, o treinador adjunto analista da equipa B, Tiago Maia. No DAO realizavam-se reuniões, habitualmente, de quinze em quinze dias com intuito de perceber o trabalho que estava a ser realizado por parte elementos do DAO nas respetivas equipas, e também de promover vários projetos e formações específicas para enriquecer/aprofundar o conhecimento sobre a modalidade, e assim também melhorar a qualidade da formação do clube.

3.5.2. Hudl Sportscode

O *Hudl Sportscode* é o principal *software* de apoio utilizado pelos elementos do DAO. Este permite capturar em vídeo o jogo em tempo real, bem como utilizar já uma filmagem gravada, para assim proceder à codificação dos eventos e posterior análise. Nesta ferramenta, também é possível, com os eventos codificados, produzir relatórios e apresentações em vídeo, e ainda exportar e partilhá-los com os treinadores das respetivas equipas.

3.5.3. Projetos desenvolvidos

Neste tópico apresentarei os principais projetos que desenvolvi no DAO ao longo do ano, bem como uma breve descrição dos mesmos:

- Observação de equipas internacionais: O projeto consistiu em analisar equipas da liga dos campeões. Cada elemento do DAO escolhia uma das equipas da competição, e ficava responsável por observar as duas primeiras jornadas, fazendo depois uma apresentação em vídeo ao grupo com uma duração até 6 minutos, com uma caracterização global da equipa e dando destaque a comportamentos e dinâmicas que diferenciavam as mesmas nos vários momentos do jogo.

Figura 9

Equipa analisada no projeto “Observação de equipas internacionais” - SL Benfica.



- Esquemas táticos ofensivos - Equipas Modelo: Nesta tarefa pretendeu-se caracterizar os comportamentos das equipas com melhor rendimento nos esquemas táticos ofensivos, com base num *rating* realizado pela plataforma *Instat*, na época 2018/2019. Foram observados e analisados todos os cantos, livres laterais e frontais que deram origem a golo ou remate ao longo da época, através de um vídeo com uma duração máxima de 3 minutos. No total analisaram-se oito equipas de quatro campeonatos: Liga Italiana - Spal e Roma; Liga Alemã - Schalke e Augsburg; Liga Inglesa - Burnley e Brighton; Liga Portuguesa - SL Benfica e FC Porto.

Figura 10

Equipa analisada no projeto “Esquemas táticos ofensivo” - SL Benfica.



- Análise comparativa na fase de proteção da baliza: O seguinte trabalho passou pela comparação da fase designada “proteção da baliza”, na fase defensiva, entre equipas com maior e menor rendimento, das ligas top-5 do *ranking* de países (França, Espanha, Inglaterra e Alemanha). Foram analisadas no total dez equipas, as que tinham os piores registos defensivos (mais golos sofridos) e as melhores defesas (menos golos sofridos) de cada competição. As equipas foram distribuídas pelos analistas, tendo cada um de efetuar uma apresentação ao grupo das principais conclusões da sua análise, através de um vídeo com uma duração até 6 minutos.

Figura 11

Equipa analisada no projeto “Análise comparativa na fase de proteção da baliza” – Athletic Club.



3.5.4. Microciclo de Trabalho no escalão de Sub-14

Num contexto de uma equipa de Sub-14, o processo de análise e observação assume uma importância essencialmente a nível individual, isto é, dá-se um maior foco ao desenvolvimento dos jogadores. É através do *Hudl SportsCode* que se realiza todo este processo, de maneira a recolher e tratar toda a informação necessária da equipa e de cada jogador. Desta forma, é possível ter uma maior perceção de todos os comportamentos ocorridos em jogo, e assim intervir ajustadamente, com o objetivo de melhorar o desempenho individual e coletivo da equipa, podendo ser esta intervenção durante o processo de treino, como através de reuniões individuais com os jogadores.

De forma a possibilitar uma melhor compreensão do trabalho que desenvolvi na equipa de Sub-14 enquanto treinador analista estagiário, na Tabela 6, apresento o meu microciclo tipo e respetiva descrição de cada tarefa:

Tabela 6

Microciclo tipo de Trabalho no escalão de Sub-14.

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo	
8h-9h	Folga						Jogo (Equipa B)	
9h-10h								
10h-11h								
11h-12h								
12h-13h								
13h-14h								
14h-15h			Tratamento e análise dos dados	Codificação dos eventos (individuais)	Codificação dos eventos (individuais)	Tratamento e análise dos dados	Jogo (Equipa D)	Codificação dos eventos (coletivos)
15h-16h								
16h-17h					Tratamento e análise dos dados	Reunião individual		
17h-18h							Codificação dos eventos (coletivos)	
18h-19h								
19h-20h			Treino	Treino	Treino	Treino		
20h-21h								
21h-22h								

- **Jogo:** Aos sábados, a filmagem dos jogos da equipa D era da minha responsabilidade. Já a filmagem dos jogos da equipa B, aos domingos, era realizada por um outro elemento da equipa técnica (variava de jogo para jogo). Em relação aos jogos da equipa C, como ocorriam também aos domingos, em norma, no mesmo período do dia, não foi possível acompanhá-la, nem de garantir a sua filmagem em grande parte das vezes. Depois dos jogos, disponibilizava-os

em vídeo numa plataforma *online* de armazenamento (*OneDrive*) para todos os elementos da equipa técnica terem acesso aos mesmos.

- **Codificação dos eventos:** Nesta fase, através do *Hudl Sportscode* e de acordo com o modelo de análise e observação da formação estabelecido pelo DAO (Figura 12), realizava os cortes do jogo em formato de vídeo, onde abrangia um conjunto de comportamentos e ações (individuais e coletivas) nos diversos momentos do jogo : organização ofensiva e defensiva, transição ofensiva e defensiva; e esquemas táticos ofensivos e defensivos (Canto, livre lateral, livre frontal, livre longo, lançamento e penálti).

Figura 12

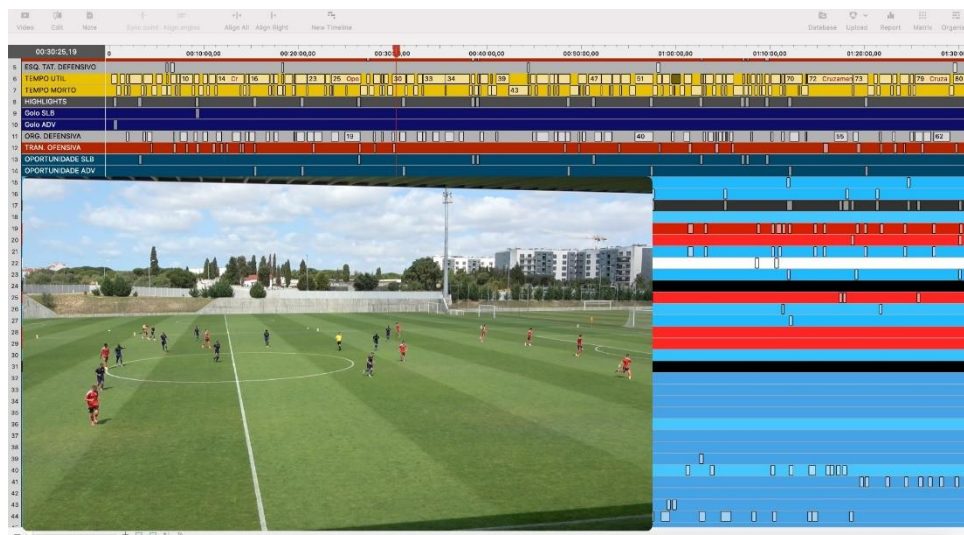
Janela de codificação de eventos utilizada no Hudl Sportscode para análise coletiva.



- **Tratamento e análise dos dados:** Este momento é definido pela filtragem e análise dos eventos já codificados (Figura 13). Terminada a etapa anterior, primeiramente, criava um vídeo com os *highlights* do jogo e partilhava-o, juntamente com a ficha de jogo, com a estrutura do clube. Posteriormente, realizava a análise dos esquemas táticos e golos da equipa, onde fui produzindo, ao longo da época, um relatório com dados estatísticos de forma a permitir uma melhor compreensão destes eventos. De seguida, realizava um relatório de análise da própria equipa, com os aspetos considerados “positivos” e “negativos” do jogo, permitindo assim uma melhor interpretação do desempenho da equipa. Esta informação servia ainda como suporte ao treinador principal, naquilo que era o planeamento e a operacionalização das sessões de treino. Ainda com base no relatório anterior, em colaboração com o treinador adjunto, efetuava um vídeo com as principais ações/conteúdos a destacar de alguns jogadores (variava de jogo para jogo), servindo este como suporte para a realização de reuniões individuais.

Figura 13

Timeline dos eventos codificados.



- Reunião individual: A reunião era conduzida pelo treinador adjunto, com o apoio dos treinadores analistas, são demonstradas aos jogadores imagens em vídeo de algumas das suas ações em jogo, com o objetivo de otimizar e desenvolver alguns conteúdos, principalmente ao nível técnico-tático, e de permitir uma maior perceção a estes dos seus comportamentos em jogo, através da visualização das imagens e do *feedback* dos treinadores;
- Treino: Em treino, tinha como principal função a de capturar a sessão em vídeo, e de prestar todo o apoio necessário na condução e operacionalização da mesma. Quando terminada a sessão, organizava os exercícios filmados de acordo com a categorização estabelecida pela equipa técnica, e disponibilizava-os na plataforma *online*. Sempre que solicitado pelos treinadores, efetuava um relatório de análise do treino, escrito e em vídeo, numa dimensão individual e coletiva.

4. ESTUDO DE INVESTIGAÇÃO: IDENTIFICAÇÃO E RECRUTAMENTO NO FUTEBOL JUVENIL: QUE ATRIBUTOS MAIS DETERMINAM O POTENCIAL DE UM JOVEM ATLETA DE FUTEBOL NA TRANSIÇÃO DOS SUB-13 PARA OS SUB-14?

4.1. Introdução

Atualmente, o processo de identificação e seleção de jovens talentos pode ser vital para garantir o futuro de muitos clubes nas vertentes desportiva e financeira. Estes “procuram cada vez mais cedo identificar os potenciais talentos e anteciparem-se à concorrência” (Ventura, 2013). De acordo com a literatura, o processo “baseia-se na capacidade de treinadores e identificadores de talento preverem o sucesso desportivo futuro com base no atual desempenho dos jovens” (O’Connor et al., 2016). Contudo, é um processo complexo e multifacetado devido à interação das diversas habilidades e qualidades associadas ao desempenho, onde se inserem atributos antropométricos, fisiológicos, técnicos e táticos, e ainda os psicológicos e sociológicos (Hoare & Warr, 2000; Larkin & O’Connor, 2017). Embora existam diversos estudos com o intuito de identificar as habilidades ou atributos que mais influenciam o desempenho, há ainda uma opinião pouco consensual dos fatores considerados importantes ao selecionar jogadores com grande potencial.

No âmbito do estágio curricular em futebol frequentado através do mestrado em Treino Desportivo da Faculdade Motricidade Humana, o presente estudo tem como principal objetivo compreender os atributos mais importantes, para diretores, treinadores e *scouts*, na determinação do potencial de um jovem atleta na transição do escalão de Sub-13 para os Sub-14, no contexto do futebol de formação, em Portugal. Neste estudo, pretende-se também perceber as diferentes perceções dos participantes em relação à relevância e clareza das definições operacionais dos atributos identificados no estudo de Larkin e O’Connor (2017).

4.2. Metodologia

4.2.1. Amostra

O estudo foi constituído por um total de 30 treinadores participantes, do género masculino, com idades compreendidas entre os 21 e os 58 anos ($30,67 \pm 9,08$), inseridos em clubes de várias regiões e contextos competitivos de Portugal, e com experiência nos escalões de Sub-13 e Sub-14. Todos os participantes têm no mínimo um ano de experiência num dos escalões ou na área de identificação e recrutamento (IR) no futebol

juvenil. Os inquiridos, na presente época, desempenham as funções de diretor técnico ou de coordenador de um departamento de análise de jogo ou na área de IR no futebol juvenil (n=7), observador na área de IR (tradicionalmente conhecido como olheiro/*scout*) (n=1), treinador principal (n=10), treinador adjunto (n=13) e de analista de jogo (n=9). De referir que a experiência nos contextos referidos não seria necessariamente na época corrente, e que alguns dos participantes exercem mais do que uma função nos clubes em que estão inseridos. Os participantes, em média, contavam com uma experiência de 8,93 anos ($\pm 5,46$) como treinadores de futebol, de 1,60 anos ($\pm 1,05$) no escalão de Sub-13, de 1,37 anos ($\pm 1,17$) no escalão de Sub-14 e de 3,13 anos ($\pm 4,45$) na área de IR no futebol juvenil. Do grupo de participantes, quanto à sua formação académica: um tinha concluído o Ensino Básico; dois o Ensino Secundário; e vinte e sete o Ensino Superior. Relativamente ao nível de formação de treinador: doze tinham o Grau I/UEFA C; dezasseis o Grau II/UEFA B; e dois o Grau III/UEFA A. Antes da realização do estudo, todos os participantes foram informados sobre o propósito e procedimentos do mesmo.

4.2.2. Instrumentos

A proposta de investigação foi desenvolvida com base na metodologia e dados obtidos no estudo de Larkin e O'Connor (2017) através do método de Delphi modificado. O método de Delphi tem como principal objetivo procurar a opinião consensual de um grupo de especialistas, através da aplicação de um conjunto de questionários, com justificação nas suas respostas, sendo garantido o anonimato dos participantes (Cupples & O'Connor, 2011; Larkin & O'Connor, 2017; Marques & Freitas, 2018). De acordo com Cupples e O'Connor (2011), esta técnica “é mais eficaz do que uma única entrevista ou questionário, pois o processo é capaz de levar a um consenso de um painel de especialistas, proporcionando assim uma análise mais profunda e confiável dos objetivos da pesquisa”. Para o presente estudo, realizaram-se duas rondas de questionários, sendo estes aplicados aos participantes, via *Google Forms*, de forma individual e em momentos distintos.

4.2.3. Procedimentos

4.2.3.1. Primeiro questionário. O primeiro questionário foi dividido em duas fases: uma de natureza qualitativa e outra de natureza quantitativa. Na primeira fase, efetuaram-se questões abertas: umas relativamente a dados profissionais dos participantes (ex: nº de

anos de experiência na modalidade, nº de anos no clube, entre outros); e outras com o intuito de permitir uma melhor compreensão das diferentes perspectivas em relação aos atributos que serão utilizados (Tabela 7), no que diz respeito à relevância dos mesmos e da clareza das suas definições. Posteriormente, na segunda fase, os participantes classificaram os vinte e nove atributos e qualidades associados à identificação de talento, identificados no estudo base supracitado, segundo a bateria de padrões e normas internacionais da escala de Miller, de 0 a 9. Cada atributo corresponderá a um determinado grau de importância, podendo ter a seguinte classificação: menos importante (1-3 pontos); moderadamente importante (4-6 pontos) e mais importante (7-9 pontos). A atribuição da pontuação 0 poderia ser dada caso os participantes considerassem que o atributo deveria ser excluído. De seguida, as respostas de todos os participantes foram registadas com classificações médias para cada atributo. No total, 29 dos 30 participantes preencheram o questionário corretamente.

Tabela 7

Definições operacionais dos atributos e qualidades associados à identificação de talento.

ATRIBUTOS	DEFINIÇÃO
Primeiro toque	Bom toque ao receber a bola; bom primeiro toque; capacidade de controlar a bola; compreensão de como a bola rola
1 v 1	Confortável a atacar em situações de 1v1; enfrenta o adversário
Técnica de passe	Capacidade de passar a bola; precisão do passe; efetua key passes; passe para longe da zona de pressão; bate na bola de outras maneiras além da parte interna do pé; confiança ao usar ambos os pés
Treinabilidade	Capacidade de ser treinado; disposto a aprender; treinável; bom aluno; responde de forma adequada aos treinadores
Tomada de decisão	Boas tomadas de decisão; esperto; cérebro futebolístico; inteligente; joga com precisão para a melhor opção, pensada por detrás da intenção; identifica as zonas para onde levar a bola
Atitude positiva	Reação positiva após um erro; como lidam com as desilusões; resiliência; capacidade de superar adversidades; não querer

	desistir
Técnica sob pressão	Boa técnica sob pressão; consegue manter a bola sob pressão; primeiro toque em áreas reduzidas; não entra em pânico com bola
Condução de bola	Pode correr com a bola e manter o controle
Consciência do jogo	Consciência do jogo; consciência do futebol; leitura do jogo; capacidade de scan (leitura); percepção; taticamente consciente; consciente do seu meio envolvente
Paixão pelo jogo	Consume a cultura do futebol; assiste futebol; conhece futebol; autoeduca-se ao assistir; adora o jogo; treinam-se a si mesmos; investem em trabalho extra; fãs do jogo
Fator x	Criativo; imprevisível; pensa fora da caixa; talento; dom
Antecipação	Identifica antecipadamente; intuitivo; prevê movimentos; pode ver uma opção de passe; sabe o que fazer antes de receber a bola; sabe onde defender sem aconselhamento e antes que ocorra
Confiança	Confiante dentro de um grupo; corajoso; quer estar envolvido; quer a bola; quer a bola sob pressão; confiante para poder estar sempre em posições de receber a bola; tem coragem de tentar e falhar e fazer algo diferente; acredita em si próprio; sem medo de falhar
Competitivo	Iniciativa para resolver; desejo; forte vontade; determinação; intenso; abordagem de luta para querer a bola; mentalidade vencedora
Consistência	Capacidade de executar habilidades e ações bem e de forma consistente; precisão; execução; confortável com a bola
Personalidade / caráter	Disciplinado; trabalhador; quer ganhar de forma correta
Compressão geral do jogo	Compreende o jogo taticamente; tenta criar opções; encontra espaço; está constantemente em movimento; inteligente sem bola; posicionamento correto; apoio no lugar certo; está no lugar certo na hora certa
Visão	Capacidade de scan (ler) a área de jogo e de ver informação importante; pode usar a visão periférica para ver o que está à sua volta

Adaptabilidade	Adapta as habilidades às situações de jogo; como reagem à informação que lhes é dada
Agilidade / equilíbrio	Explosividade; rapidez; mudança de ritmo; mudança de direção; mobilidade; bons movimentos; corrida equilibrada com a bola
Compreensão da equipa	Pode afetar o jogo; eficaz no jogo; compreende as posições e os seus papéis; tenta fazer o que lhe foi pedido; adapta-se a mais do que uma posição; pode jogar em posições diferentes
Concentração	Capacidade de se concentrar durante os jogos e treinos
Capacidade defensiva	Eficaz a defender em situações de 1v1; forte defensivamente
Profissionalismo	Como é que se gerem a si mesmos; como é que se comportam dentro e fora do campo; contribui para o ambiente da equipa; autoanálise; mentalidade de crescimento; vontade de aceitar que tudo é um desafio
Comunicação	Pode dialogar com jogadores e treinadores; comunica durante o jogo; capacidade de ouvir jogadores e treinadores; tem interações positivas com os colegas; preparado para fazer perguntas a jogadores e treinadores; linguagem corporal apropriada
Velocidade	Ritmo; velocidade; reação rápida; corrida rápida com a bola
Pressão	Capacidade de lidar com pressões relacionadas com o jogo
Força	Atinge a bola com potência e grande distância; força corporal do core
Baixa estatura	Mais curto; menor; pequeno

4.2.3.2. Segundo questionário. O segundo questionário foi composto por uma versão mais reduzida da tabela anterior, com 20 atributos, e que resultou dos dados obtidos no primeiro questionário. Nesta tabela, estão presentes todos os atributos que registaram uma classificação igual ou superior a 6 pontos, por ordem de importância: no topo da tabela encontram-se os atributos com as médias mais altas. Esta ordem de apresentação dos atributos, pode levar a uma maior reflexão por parte dos participantes, ao compararem as suas respostas com a classificação geral do grupo. Na tabela, estão ainda representadas as definições operacionais dos atributos associados à identificação de talento. Os participantes foram informados sobre a origem e ordem de apresentação

dos atributos da nova tabela, e incentivados a expressar a sua opinião relativamente à mesma, sendo também encorajados a justificar cada uma das suas respostas (ou seja, fundamentar o porquê da classificação de cada atributo). O questionário foi preenchido corretamente pelos 29 participantes.

4.3 Resultados e Discussão

Neste tópico, será apresentada a perspetiva geral do grupo sobre a relevância dos atributos e qualidades associados à identificação de talento, a clareza das suas definições, e ainda algumas sugestões de alteração. Adicionalmente, na tabela 9, serão expostos os resultados das classificações finais dos atributos, que decorreram da avaliação por parte dos participantes, não havendo qualquer diferenciação nos resultados, de acordo com as funções desempenhadas pelos mesmos.

De uma forma geral, o grupo concordou com a relevância e clareza das definições operacionais dos atributos identificados no estudo de Larkin e O'Connor (2017). No entanto, alguns dos participantes sugeriram efetuar alterações pontuais, com o intuito de tornar este conjunto de atributos o mais claro e objetivo possível.

Relativamente aos atributos e às suas respetivas definições, o “primeiro toque” foi um dos que apresentou mais sugestões de modificação, sendo proposto acrescentar à sua definição o seguinte:

Tabela 8

Sugestões para as definições operacionais apresentadas.

ATRIBUTOS	SUGESTÕES
Primeiro toque	Orientação da receção; deixar a bola pronta para dar seguimento à ação seguinte

Foi também sugerido diferenciar o atributo “técnica de passe” da questão da “lateralidade” do atleta, isto é, a capacidade de jogar com os dois pés. A justificação para esta mudança refere-se ao facto de ser considerado um aspeto importante na avaliação do atleta e que não deveria estar englobado na definição da “técnica de passe”.

Paralelamente, foi sugerido agrupar certos atributos apenas numa única categoria. Por exemplo, criar uma categoria designada de “Relação com bola”, que

englobaria os seguintes atributos: “1v1”; “técnica de passe”; “técnica sob pressão” e “condução de bola”. Esta alteração é justificada pelo facto de os atributos agrupados serem indicadores “mais micro”, passando estes a fazer parte da definição desta nova categoria.

Por fim, alguns participantes referiram que o “ambiente social e familiar” como fatores determinantes no processo de identificação e seleção de jovens, bem como para o desenvolvimento pessoal e técnico, reconhecendo que são aspetos mais difíceis de controlar. Estes fatores, mencionados pelos participantes, vão ao encontro dos resultados de Van Yperen (2009) e de Sieghartsleitner et al. (2019), uma vez que os jogadores que atingem patamares profissionais contaram com um maior apoio social e familiar.

Tabela 9

Resultados do segundo questionário, com as médias e desvios-padrão dos atributos associados ao desempenho no futebol juvenil nos escalões de Sub-13 e Sub-14.

GRAU DE IMPORTÂNCIA	ATRIBUTOS	MÉDIA TOTAL	DESVIO-PADRÃO
MAIS IMPORTANTE	Competitivo	7,41	1,40
	Personalidade / Caráter	7,38	1,87
	Confiança	7,34	1,11
	Paixão pelo jogo	7,31	1,61
	Tomada de decisão	7,24	1,84
	Treinabilidade	7,10	1,78
	Fator X	7,00	1,34
MODERADAMENTE IMPORTANTE	Atitude positiva	6,93	1,87
	1 v 1	6,90	1,29
	Primeiro toque	6,83	1,63
	Condução de bola	6,79	1,40
	Adaptabilidade	6,69	1,89
	Técnica sob pressão	6,62	1,90
	Técnica de passe	6,59	1,43
	Visão	6,59	1,50
	Velocidade	6,48	1,48
	Compreensão geral do jogo	6,48	2,32
	Concentração	6,41	2,06
	Consciência do jogo	6,38	1,90
	Agilidade / Equilíbrio	6,00	1,87

ELIMINADOS DEPOIS DO PRIMEIRO QUESTIONÁRIO	Consistência
	Profissionalismo
	Capacidade defensiva
	Comunicação
	Pressão
	Compreensão da equipa
	Antecipação
	Força
	Estatura

De acordo com a tabela 9, é possível observar as classificações de cada um dos atributos, bem como os que foram eliminados no primeiro questionário. Com base nos resultados obtidos, constata-se que existem sete atributos que correspondem aos “mais importantes” e treze atributos aos “moderadamente importantes”, incluindo capacidades técnicas, táticas, psicológicas e fisiológicas. Os restantes acabaram por ser considerados pouco relevantes para o processo de identificação e seleção de talento nestes escalões específicos. Estes resultados demonstram a importância de ter uma abordagem holística neste processo, dado o número de atributos, dos vários fatores associados à identificação de talento, que se manteve do primeiro para o segundo questionário.

Os resultados indicam uma maior tendência na valorização de fatores psicológicos nestas idades (neste caso, os seguintes atributos: “competitivo”; “personalidade/caráter”; “confiança”; “paixão pelo jogo”; “treinabilidade” e “fator x”), uma vez que estão fortemente presentes seis dos sete atributos considerados “mais importantes”. Ao observar os resultados, verifica-se que o atributo com maior classificação, de todos os vinte e nove atributos do estudo, e também de todos os psicológicos, é a capacidade de o jovem ser “competitivo”. Para além destes, a “tomada de decisão” está também presente neste grupo, representando esta a capacidade tática com maior preponderância neste processo. A respeito disto, Kannekens et al. (2011) indicaram a “tomada de decisão” como um fator determinante nos jogadores que têm mais sucesso. Como “moderadamente importantes”, destacam-se, maioritariamente, os fatores técnicos (ou seja, “1v1”, “primeiro toque”, “condução de bola”, “técnica sob pressão” e a “técnica de passe”), observando-se que foi a capacidade de “1v1” que obteve a maior pontuação. Ainda nesta categoria, estão presentes fatores psicológicos (“atitude positiva”, “adaptabilidade” e “concentração”), táticos (“visão”, “compreensão geral do jogo” e “consciência do jogo”), e também as capacidades físicas (“velocidade” e “agilidade/equilíbrio”). Relativamente às capacidades físicas, foi a “velocidade” a obter

uma maior importância. Tal como é referido na literatura, os jogadores que alcançam a elite do futebol são mais rápidos (Gonaus & Müller, 2012), sendo que as diferenças são significativas, precisamente, nos escalões de Sub-13 e Sub-14 (Vaeyens et al., 2006).

Tendo por base os resultados obtidos e comparando com o estudo de Larkin e O'Connor (2017), percebe-se que, no contexto australiano, há uma maior tendência a valorizar os atributos associados às capacidades técnicas para o processo de identificação de talentos, visto que foram identificados como “mais importantes” os seguintes atributos: “primeiro toque”; “1v1”, “técnica de passe” e a “técnica sobre pressão”. Por outro lado, no contexto português, os resultados apontam para uma maior preferência pelos atributos psicológicos. Contudo, em ambos os estudos, a “tomada de decisão” foi o atributo psicológico mais valorizado.

4.4 Conclusão

Em suma, os resultados do presente estudo incentivam os diretores, treinadores e *scouts* a adotar uma abordagem holística no momento de observação e avaliação de um jovem, tal como é sugerido por Unnithan et al. (2012). Assim sendo, é essencial considerar os fatores técnicos, táticos, psicológicos e fisiológicos no processo de identificação de talento nos escalões de Sub-13 e Sub-14. Os resultados ainda sugerem que, no contexto português, há uma maior preferência por parte dos participantes pelos fatores psicológicos, considerando-os os mais importantes neste processo. Estes dados poderão também ajudar os treinadores a prestar uma maior atenção a estes parâmetros na seleção e desenvolvimento dos jovens talentos durante a sua formação desportiva.

Embora estes resultados possam indicar os atributos mais importantes para este processo nestes escalões específicos, é importante ter em conta as possíveis limitações do estudo:

- O presente estudo foi realizado com base numa adaptação ao estudo de Larkin e O'Connor (2017);
- Não houve um consenso do grupo de participantes quanto à relevância e clareza das definições operacionais dos atributos identificados no contexto australiano;
- Certos participantes sentiram dificuldades em efetuar a avaliação dos atributos numa perspetiva global do jogador. O facto de não ser diferenciado por posições de campo, pode ter condicionado em certa parte a avaliação dos participantes dos presentes atributos e qualidades;

- Os fatores sociológicos não foram considerados neste estudo, sabendo que estes podem ter um papel fundamental no processo de identificação de talento no futebol;
- Os resultados obtidos poderão apenas ter validade para este grupo de participantes.

Em futuras investigações, seria pertinente criar instrumentos de avaliação mais específicos dos vários atributos presentes neste estudo, e garantir uma maior validade e fiabilidade dos mesmos. Sugere-se também a realização de estudos semelhantes para os vários escalões competitivos, com intuito de perceber os atributos mais importantes em cada um. Nestes estudos futuros, seria fulcral considerar ainda os fatores sociológicos.

5. RELAÇÃO COM A COMUNIDADE

5.1 Introdução

A grande maioria dos alunos da Faculdade de Motricidade Humana, da especialidade de futebol e treinadores recém-formados, ambicionam alcançar o nível de futebol profissional. No entanto, o início da carreira destes treinadores e as suas primeiras experiências começam geralmente no futebol de formação. Atendendo a estas expectativas, parece pertinente a compreensão/análise dos trajetos e experiências de treinadores de futebol de formação que chegaram ao alto rendimento. A partilha de experiências dos respetivos treinadores pode ajudar os estudantes/treinadores mais jovens a entender a dinâmica vigente e dessa forma estabelecerem metas para o seu futuro a médio/longo prazo.

Analisando o panorama do futebol profissional das principais ligas europeias, e com o recurso a entrevistas a treinadores, é possível retirar dados quantitativos relativos ao número de treinadores principais no alto rendimento, e dados qualitativos sobre a importância que o futebol de formação tem na formação de treinadores.

Com base numa análise das principais ligas europeias e das ligas profissionais de futebol em Portugal é possível compreender que existe mercado para treinadores que começaram as suas carreiras no futebol de formação. Em Portugal, nas duas ligas profissionais de futebol, a Liga NOS e Liga Pro, 28% dos treinadores principais foram treinadores de futebol de formação. No top 5 das ligas europeias a liga italiana é a que apresenta uma maior percentagem de treinadores principais que passaram pelo futebol

de formação (40%). Por outro lado, atualmente a liga inglesa é a que apresenta um menor número de treinadores principais com experiência no futebol de formação, contabilizando apenas 20%.

Através de uma análise qualitativa, nomeadamente através de entrevistas, é também possível compreender a influência que o futebol de formação teve, e ainda tem, no desenvolvimento dos treinadores.

João Pedro Sousa, atual treinador do Futebol Clube de Famalicão, afirma em entrevista que foi na passagem por diversos escalões de formação que começou o seu crescimento como treinador. Acrescenta ainda que: “No meu caso foi decisivo. Aprendi, naqueles anos todos, a gerir muitas coisas que depois também tens de gerir no escalão sénior e na alta competição, entre as quais, a gestão de expectativas”.

Renato Paiva, atual treinador da equipa B do Sport Lisboa e Benfica, alega que: “Um treinador de rendimento ou de seniores será muito melhor treinador se tiver passado pela formação, porque acho que na formação estás habituado a ensinar e a ir ao detalhe, ao pormenor”.

António Folha, ex-treinador do Portimonense Sporting Clube, sublinha que: “Ser treinador na formação foi bom para mim porque tive tempo de fazer o percurso, passo a passo, com tempo para observar, aprender, errar, é por tentativa-erro também”.

Numa entrevista à plataforma *WiCoach*, Filipe Martins, atual treinador do Casa Pia, realça a importância da sua passagem pelo futebol de formação antes de transitar para o futebol sénior: “Defini um plano para a minha carreira que tenho vindo a realizar exatamente como planeei. Acho que é muito importante em vários aspetos passar pela formação e quando passei para o futebol sénior houve a natural ansiedade de saber como ia ser a aceitação do plantel à minha liderança e a verdade é que não podia ter sido melhor. Desde a primeira palestra que senti da parte do grupo de trabalho total aceitação às minhas ideias e desde aí tudo correu naturalmente”.

Face a estes testemunhos, e à estatística recolhida acerca dos treinadores de formação e alto rendimento, foram propostas uma série de entrevistas individuais centradas no tema “A transição de Treinador de Formação para Treinador no Alto Rendimento” realizadas em formato online.

5.2 Objetivos

As entrevistas apresentam como principal objetivo a promoção da partilha de conhecimento e experiência de treinadores que atualmente trabalham no futebol profissional e começaram no futebol de formação, permitindo assim uma melhor perceção das realidades de cada um dos contextos.

5.3. Público-alvo

O público-alvo foram todos os treinadores e estudantes de futebol que ambicionam alcançar o futebol profissional e que pretendem adquirir mais conhecimento e compreensão de diferentes experiências/realidades.

5.4. Temas do Evento

Para debater a transição de treinador de formação para treinador no alto rendimento foram desenvolvidos os seguintes temas:

- Início do trajeto como treinadores - objetivos e ambições;
- Que importância tem a experiência como treinadores de formação?
- Principais diferenças entre o contexto da formação e o profissional;

5.5. Data

As entrevistas foram realizadas durante o mês de maio e junho de 2020, dependendo da disponibilidade dos convidados. Na Tabela 9 estão detalhadas as informações sobre a data de realização da entrevista para cada treinador

Tabela 10

Data de realização de cada entrevista para cada treinador.

CONVIDADOS	DATA
João Tralhão	15/05/2020
Óscar Tojo	21/05/2020
João Paulo Costa	22/05/2020
Pedro Duarte	12/06/2020

5.6. Dinamização do Evento

As entrevistas foram realizadas online sendo conduzidas por um dos elementos do grupo de trabalho. Posteriormente foi apresentada a transcrição da entrevista, assim como excertos de vídeo e o vídeo completo de cada entrevista em diferentes redes sociais. Todas as entrevistas iniciaram com uma breve apresentação do grupo e contextualização do evento ao convidado. Relativamente à condução do evento, o moderador foi introduzindo os temas ao longo da entrevista, não tendo necessariamente seguido a ordem dos temas descritos em cima.

5.7. Caracterização dos Convidados

João Tralhão, licenciado na Faculdade de Motricidade Humana, passou por todos os escalões de formação do Sport Lisboa e Benfica até ao alto rendimento. Conta com vários títulos na sua carreira enquanto treinador de futebol de formação, em especial o de "Treinador do Ano na Área da Formação - Quinas de Ouro 2018". Ao fim de 19 anos de ligação ao Sport Lisboa e Benfica teve a primeira experiência fora de Portugal como treinador adjunto de Thierry Henry no AS Monaco. Desde outubro de 2020 é o treinador do União Desportiva Vilafranquense, da segunda liga portuguesa.

Óscar Tojo, licenciado em Educação Física pelo Instituto Politécnico de Beja e mestre em Treino Desportivo de Alto Rendimento pela Faculdade Motricidade Humana, é metodólogo do treino e especialista na área da preparação física e controlo do treino. Conta com diferentes experiências durante o seu percurso desde o futebol de formação até ao futebol de alto rendimento como treinador adjunto, preparador físico e coordenador técnico na AF Évora. Em 2012 teve a sua primeira experiência fora de Portugal no Club Santos Laguna, da Primeira Liga do México, onde venceu em 2014 a Copa do México. Posteriormente, entre 2018-2020 foi treinador adjunto no Cruz Azul, da Primeira Liga do México, e desde julho de 2020 é treinador adjunto no Al-Shabab, da Primeira Liga da Arábia Saudita.

João Paulo Costa, professor na Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM), tem já um vasto percurso no futebol, tendo a sua primeira experiência no Clube Oriental de Lisboa como treinador-adjunto nos Sub-17. No âmbito do futebol de formação, passou ainda por clubes como o Sport Lisboa e Benfica, como treinador principal, e pelo Sporting Clube de Portugal, com a função de Coordenador Técnico nas Escolas Academia Sporting. Em 2015 teve a sua primeira experiência como treinador

principal fora de Portugal no CRD Libolo, em Angola, onde conquistou todos os títulos nacionais.

Pedro Duarte, ex-treinador do GD Estoril Praia, esteve durante vários anos ligado ao futebol de formação na AF Braga e no SC Braga. Foi neste último que conquistou o título de campeão nacional nos Sub-19. Teve a sua primeira experiência como treinador principal fora do país no Tianjin Teda FC, na China. Passou ainda em clubes como o SC Covilhã e o SC Maria da Fonte antes de chegar aos Sub-23 e Equipa A do GD Estoril Praia. Desde outubro de 2020 é o treinador do Académico de Viseu FC, da segunda liga portuguesa.

5.8. Análise às Entrevistas

A análise às entrevistas permite comparar os diferentes percursos dos convidados e compreender a valorização que estes dão aos seus trajetos e experiências. Foram escolhidas duas questões comuns a todos os convidados que, de forma mais objetiva, conseguiram ajudar a esclarecer as suas visões e perspetivas da transição de treinador de formação para treinador no alto rendimento. As questões escolhidas para análise foram as seguintes:

- Questão 1: Que influência considera que a sua formação teve no seu percurso profissional?
- Questão 2: Que dificuldades/desafios sentiu na mudança de contexto da formação para o alto rendimento?

As respostas para cada uma destas questões encontram-se respetivamente como Tabela 11 e Tabela 12.

Tabela 11

Resumo das respostas dadas por cada treinador à questão 1 previamente identificada ("Que influência considera que a sua formação teve no seu percurso profissional?").

	JOÃO TRALHÃO	ÓSCAR TOJO	JOÃO P. COSTA	PEDRO DUARTE
FORMAÇÃO ACADÉMICA	Permite criar pilares de conhecimento para depois experimentar na prática	Permitiu conhecer o Mister Pedro Caixinha e integrar a sua equipa técnica	Permitiu olhar para o jogo de uma forma mais coletiva	
CONVIVÊNCIA COM OUTROS TREINADORES			Vivências fundamentais e enriquecedoras com outros colegas	Permite ter um maior conhecimento e uma perceção das perspetivas de outros treinadores
TREINADOR DE FORMAÇÃO	Permite experimentar, errar e crescer enquanto treinador	Desenvolvimento de competências em diversas áreas do treino	Desenvolvimento de competências de liderança ao trabalhar com grupos heterogéneos	Vivências enriquecedoras ao nível do treino e do jogo que prepararam para o alto rendimento
JOGADOR	Permite vivenciar o contexto de balneário			
COORDENADOR		Permitiu desenvolver competências ao nível da gestão e organização		
CONTEXTOS			Em diferentes contextos específicos permitiu enriquecer o conhecimento	Permite ter uma melhor compreensão e adaptação a contextos específicos

Ao analisar a Tabela 11 é possível compreender que os entrevistados tiveram percursos distintos, tendo apenas em comum as experiências como treinadores de futebol de formação. A formação de um treinador é global e influenciada por diversas experiências, tais como a sua formação académica, as suas experiências como treinador no futebol de formação, como jogador, como coordenador técnico, contextos diferenciados, formações extracurriculares, entre outras.

As vivências como treinador de futebol de formação permitem que os treinadores desenvolvam competências ao nível de liderança de grupos, planeamento e operacionalização de treinos e jogos através de uma maior liberdade para experimentar em comparação com o alto rendimento, tal como refere Pedro Duarte: “O futebol de formação é um laboratório onde podemos fazer as coisas à nossa maneira, onde podemos errar, onde podemos corrigir, onde podemos experimentar coisas diferentes. São estas pequenas coisas que nos vão ajudar no futebol para quando chegar esta oportunidade das ligas profissionais, podermos dar uma resposta positiva”.

A formação de um treinador de futebol é um processo inacabado, dependente do conhecimento académico e formal, adquirido através da prática, da via académica ou formações extracurriculares, e do conhecimento informal, adquirido através de experiências em contextos diferentes e comunicação entre pares. A conjugação destas diferentes áreas é fundamental para a formação de um treinador de futebol mais capaz de dar resposta em diferentes contextos, tal como refere Óscar Tojo: “A influência de todas as experiências permite estar melhor preparado e equilibrado para o contexto de alto rendimento, tendo competências ao nível de várias áreas”.

Deste modo, é possível concluir que não existe um único caminho para chegar ao alto rendimento, e que ter experiência como treinador de futebol de formação teve um papel importante no desenvolvimento dos entrevistados para atingirem o futebol de alto rendimento.

Tabela 12

Resumo das respostas dadas por cada treinador à questão 2 previamente identificada ("Que dificuldades/desafios sentiu na mudança de contexto da formação para o alto rendimento?").

	JOÃO TRALHÃO	ÓSCAR TOJO	JOÃO P. COSTA	PEDRO DUARTE
VISIBILIDADE		Oportunidades irão surgir para quem é competente	Atualmente as plataformas digitais tem outra influência	
CONTEXTOS	Independente do escalão temos de dar o nosso melhor	Procurar responder da melhor maneira ao contexto em que estamos inseridos	Saber lidar com o contexto onde estamos inseridos	Os diferentes contextos tornam-nos mais ricos e capazes de responder às dificuldades
FORMAÇÃO	No panorama português ainda não é muito valorizada, mas deveria ser	Importante na preparação para o contexto sénior	Papel importante da formação no futebol sénior	Importante na preparação para o alto rendimento

Analisando as diferentes respostas à questão 3 é possível verificar alguma consonância nas respostas dos treinadores. A visibilidade do treinador pode estar associada à competência que este apresenta durante o seu trajeto. Além disso, as plataformas digitais são atualmente meios determinantes e impactantes na divulgação do trabalho do treinador, tal como refere João Paulo Costa: "Eu acredito que hoje, aquilo que eu fiz em Angola, ou se alguém o fizesse, o impacto teria sido muito maior porque as redes sociais estão diferentes, a comunicação está diferente, tudo está totalmente diferente".

No que diz respeito aos contextos, será importante referir que cada um deles pode acrescentar sempre algo de positivo ao conhecimento teórico e prático do treinador. A chegada ao alto rendimento pode muitas vezes ser fruto da absorção das diversas experiências e contextos que um treinador tem durante o seu percurso, desenvolvendo assim, uma capacidade de corresponder às dificuldades que possam surgir, tal como sugere Pedro Duarte: "Estas vivências em contextos diferentes, em escalões diferentes,

em países diferentes até, neste caso na China, tornam-nos muito mais ricos e preparam-nos muito mais para as dificuldades”.

Os diversos entrevistados referem que a formação tem um papel importante na preparação para o alto rendimento. Atualmente, no panorama do futebol português, muitos treinadores iniciam os seus percursos nas camadas mais jovens onde desenvolvem as suas *skills* e ferramentas que contribuem para a transição para o alto rendimento. O treinador, e professor, João Paulo Costa refere que: “O futebol de formação é muito importante na intervenção do futebol sénior porque cada jovem é um jovem e tem uma diferente forma de interagir. Depois tu consegues transferir esses comportamentos para o futebol sénior e consegues ter estas ideias, e ao teres essas ideias consegues ajustar o teu comportamento”.

Em suma, o treinador na transição do futebol formação para o alto rendimento, pode beneficiar das experiências vividas anteriormente nos diversos escalões e contextos de formação.

5.9. Balanço

De forma genérica, o evento tinha como principal objetivo a partilha de conhecimento, de vivências e experiências de treinadores que começaram no futebol de formação e que tiveram a oportunidade de transitar para o futebol profissional. Assim, realizaram-se entrevistas a quatro treinadores que falaram abertamente sobre o seu percurso, e o impacto que esta transição, do futebol de formação para uma realidade profissional, teve nas suas carreiras.

A ideia inicial do grupo seria concretizar o evento presencial e aberto ao público, durante o mês de abril, na Faculdade de Motricidade Humana (FMH), num formato de mesa redonda, onde seria discutida a temática proposta com os vários convidados, e também com interação do público. Porém, face à situação pandémica que afetou todo o mundo, acabou-se por alterar para um formato *online* de entrevistas individuais aos treinadores. Uma das principais vantagens da realização do evento neste formato prendeu-se com a maior flexibilidade para realização das entrevistas, de acordo com a disponibilidade dos entrevistados. Por outro lado, sendo as entrevistas partilhadas nas redes sociais, foi possível que o evento tivesse um maior alcance. De acordo com os dados estatísticos do *Facebook* relativamente à adesão do público às diversas publicações dos excertos das entrevistas, alcançaram-se: mais de 8000 pessoas, de

Portugal, do Brasil e de Angola; e mais 2030 visualizações, verificando-se que mais de 130 viram 95% dos vídeos. No total, foi possível alcançar mais de 500 “gostos” e mais de 500 seguidores nas várias redes sociais. Por fim, e apesar de todas as vantagens enumeradas, constatou-se que a ausência de interação do público com os convidados foi a maior desvantagem deste formato.

Com base nestes dados, conclui-se que o evento decorreu com sucesso e que os objetivos propostos foram atingidos. Deste modo, a realização deste evento permitiu ao público-alvo, nomeadamente todos os treinadores e estudantes de futebol, que também ambicionam chegar ao futebol profissional, uma melhor compreensão de diferentes experiências/realidades.

6. CONCLUSÕES E PERSPETIVAS FUTURAS

Uma vez terminada a época desportiva 2019/2020, em nota de conclusão, é importante efetuar uma reflexão sobre todas as vivências, experiências e aprendizagens obtidas no decorrer deste processo de estágio.

A oportunidade de realizar este estágio curricular no Departamento de Análise e Observação e na equipa de Sub-14 do Sport Lisboa e Benfica, sendo este um contexto de excelência no futebol de formação, foi crucial para o meu desenvolvimento a nível pessoal e profissional, como treinador e analista de jogo. Esta evolução deve-se, fundamentalmente, a todos os momentos de partilha de conhecimento, a todas as vivências e convivências com colegas, treinadores e colaboradores do clube. Destaco, especialmente, toda a disponibilidade e ajuda da equipa técnica dos Sub-14 e colegas do DAO, com quem passei grande parte do tempo durante este processo, uma vez que contribuíram bastante para o meu crescimento, tanto na análise e observação, como no processo de treino, e tornaram a minha integração, neste exigente contexto, mais facilitada.

Com esta passagem, foi possível confirmar o alto nível de exigência e de competência dos treinadores do clube, que têm a missão de proporcionar uma formação integral, e de potenciar e desenvolver estes jovens, com base nos valores e na mística do Sport Lisboa e Benfica, para a elite do futebol. Como analista, a experiência no DAO permitiu-me: adquirir mais conhecimentos na área; desenvolver competências de análise; observar e compreender melhor o jogo nos seus vários momentos; e trabalhar com

softwares como o *Hudl SportsCode*. Quanto à experiência nos Sub-14, possibilitou-me ter uma melhor compreensão de todo o processo de planeamento e operacionalização das sessões de treino e do microciclo, em função dos objetivos definidos para o escalão. Permitiu-me ainda desenvolver algumas capacidades enquanto treinador durante o processo de treino. Nos momentos em que tive oportunidade de intervir nalguns exercícios da sessão de treino, progredi, principalmente, nas competências de liderança e comunicação, no que concerne à clareza e assertividade na transmissão da mensagem pretendida, o que levou a que, gradualmente, fosse aumentando o meu nível de confiança nestas intervenções.

Contudo, em março de 2020, a época acabou por ficar marcada pela situação pandémica, que afetou seriamente o mundo, e o desporto no geral. Face a todas as adversidades impostas pela mesma, requereu uma rápida adaptação e uma maior proatividade por parte de todas equipas técnicas e colaboradores do clube. As várias equipas do futebol de formação começaram a realizar treinos *online*, o que possibilitou dar continuidade ao processo formativo dos jovens atletas e evitar assim uma paragem total na sua evolução. Numa perspetiva pessoal, esta ocorrência, acabou por limitar grande parte da experiência e funções desempenhadas nos Sub-14. Por outro lado, no DAO continuei a desenvolver vários projetos até ao final da época.

Em suma, é possível afirmar que foi uma experiência extremamente positiva, onde os objetivos pessoais e profissionais, a que me propus, foram atingidos com sucesso. No futuro, tenho perspetivas de continuar ligado ao futebol de formação, pois acredito que é o contexto ideal para dar continuidade ao meu desenvolvimento individual, como treinador, analista de jogo ou na área de identificação e seleção de talentos.

7. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Antunes, S. (2020, 15 Julho). *Benfica Campus: a melhor academia da última década*. Sport Lisboa e Benfica. <https://www.slbenfica.pt/pt-pt/agora/noticias/2020/07/15/clube-futebol-benfica-campus-melhor-academia-da-decada-estudo-football-talent-scout>
- Barnes, C., Archer, D. T., Hogg, B., Bush, M., & Bradley, P. S. (2014). The evolution of physical and technical performance parameters in the english premier league. *International Journal of Sports Medicine*, 35(13), 1095–1100. <https://doi.org/10.1055/s-0034-1375695>
- Bennett, K. J. M., Vaeyens, R., & Franssen, J. (2019). Creating a framework for talent identification and development in emerging football nations. *Science and Medicine in Football*, 3(1), 36–42. <https://doi.org/10.1080/24733938.2018.1489141>
- Benzaghta, M. A., Elwalda, A., Mousa, M., Erkan, I., & Rahman, M. (2021). SWOT analysis applications: An integrative literature review. *Journal of Global Business Insights*, 6(1), 55–73. <https://doi.org/10.5038/2640-6489.6.1.1148>
- Bergkamp, T. L. G., Niessen, A. S. M., den Hartigh, R. J. R., Frencken, W. G. P., & Meijer, R. R. (2019). Methodological Issues in Soccer Talent Identification Research. *Sports Medicine*, 49(9), 1317–1335. <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01113-w>
- Brustio, P. R., Lupo, C., Ungureanu, A. N., Frati, R., Rainoldi, A., & Boccia, G. (2018). The relative age effect is larger in Italian soccer top-level youth categories and smaller in Serie A. *PLoS ONE*, 13(4), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0196253>
- Coetzee, B., Grobbelaar, H. W., & Gird, C. C. (2006). Sport psychological skills that distinguish successful from less successful soccer teams. *Journal of Human Movement Studies*, 51(6), 383–401.
- Cupples, B., & O'Connor, D. (2011). The development of position-specific performance indicators in elite youth rugby league: A coach's perspective. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 6(1), 125–141. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.6.1.125>
- Deloitte, Sports Business Group (2021). *Annual review of football finance*. www.deloitte.co.uk/arff

- Deprez, D., Coutts, A. J., Fransen, J., Deconinck, F., Lenoir, M., Vaeyens, R., & Philippaerts, R. (2013). Relative age, biological maturation and anaerobic characteristics in elite youth soccer players. *International Journal of Sports Medicine*, 34(10), 897–903. <https://doi.org/10.1055/s-0032-1333262>
- Fernández Río, F. J., & Méndez Giménez, A. (2014). La detección y el desarrollo del talento en el fútbol: una revisión. *Journal of Sport and Health Research*, 6(1).
- FIFA (2006). *265 million playing football*. FIFA magazine 2006.
- FIFA (2019). *Professional Football Report 2019*. <https://www.fifa.com/who-we-are/news/professional-football-report-2019-91-of-member-associations-implementing-club-li>
- Figueiredo, A. J., Gonçalves, C. E., Coelho e Silva, M. J., & Malina, R. M. (2009). Characteristics of youth soccer players who drop out, persist or move up. *Journal of Sports Sciences*, 27(9), 883–891. <https://doi.org/10.1080/02640410902946469>
- Focan, G., Paraschiv, C., & Zamfir, C. M. (2018). The Identification of Talent in Soccer a Brief Review. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 10(4), 282–293. <https://doi.org/10.18662/rrem/88>
- Forsman, H., Blomqvist, M., Davids, K., Liukkonen, J., & Konttinen, N. (2016). Identifying technical, physiological, tactical and psychological characteristics that contribute to career progression in soccer. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 11(4), 505–513. <https://doi.org/10.1177/1747954116655051>
- Fragoso, I., Massuca, L., & Ferreira, J. (2014). Effect of Birth Month on Physical Fitness of Soccer Players (Under-15) According to Biological Maturity. *International Journal of Sports Medicine*, 36(01), 16–21. <https://doi.org/10.1055/s-0034-1384548>
- Gagné, F. (2004). Transforming gifts into talents: The DMGT as a developmental theory. *High Ability Studies*, 15(2), 119–147. <https://doi.org/10.1080/1359813042000314682>
- Globe Soccer (2019). *AFC Ajax and S.L. Benfica: Best Academy of the year*. <https://www.globesoccer.com/winners/afc-ajax-and-s-l-benfica-best-academy-of-the-year/>
- Gonaus, C., & Müller, E. (2012). Using physiological data to predict future career progression in 14- to 17-year-old Austrian soccer academy players. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1673–1682. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.713980>

- Helsen, W. F., Baker, J., Michiels, S., Schorer, J., van Winckel, J., & Williams, A. M. (2012). The relative age effect in European professional soccer: Did ten years of research make any difference? *Journal of Sports Sciences*, *30*(15), 1665–1671. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.721929>
- Hirose, N. (2009). Relationships among birth-month distribution, skeletal age and anthropometric characteristics in adolescent elite soccer players. *Journal of Sports Sciences*, *27*(11), 1159–1166. <https://doi.org/10.1080/02640410903225145>
- Hoare, D. G., & Warr, C. R. (2000). Talent identification and women's soccer: An Australian experience. *Journal of Sports Sciences*, *18*(9), 751–758. <https://doi.org/10.1080/02640410050120122>
- Holt, N. L., & Dunn, J. G. H. (2004). Toward a grounded theory of the psychosocial competencies and environmental conditions associated with soccer success. *Journal of Applied Sport Psychology*, *16*(3), 199–219. <https://doi.org/10.1080/10413200490437949>
- Howe, M. J. A., Davidson, J. W., & Sloboda, J. A. (1998). Innate talents: Reality or myth? *Behavioral and Brain Sciences*, *21*(3), 399–442. <https://doi.org/10.1017/S0140525X9800123X>
- Huijgen, B. C. H., Elferink-Gemser, M. T., Lemmink, K. A. P. M., & Visscher, C. (2014). Multidimensional performance characteristics in selected and deselected talented soccer players. *European Journal of Sport Science*, *14*(1), 2–10. <https://doi.org/10.1080/17461391.2012.725102>
- Kannekens, R., Elferink-Gemser, M. T., & Visscher, C. (2011). Positioning and deciding: Key factors for talent development in soccer. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, *21*(6), 846–852. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2010.01104.x>
- Lago-Peñas, C., & Dellal, A. (2010). Ball possession strategies in elite soccer according to the evolution of the match-score: The influence of situational variables. *Journal of Human Kinetics*, *25*(1), 93–100. <https://doi.org/10.2478/v10078-010-0036-z>
- Larkin, P., & O'Connor, D. (2017). Talent identification and recruitment in youth soccer: Recruiter's perceptions of the key attributes for player recruitment. *PLoS ONE*, *12*(4), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0175716>
- Larkin, P., & Reeves, M. J. (2018). Junior-elite football: time to re-position talent

- identification? *Soccer and Society*, 19(8), 1183–1192.
<https://doi.org/10.1080/14660970.2018.1432389>
- Malina, R. M., Ribeiro, B., Aroso, J., Cumming, S. P., Unnithan, V., & Kirkendall, D. (2007). Characteristics of youth soccer players aged 13-15 years classified by skill level. *British Journal of Sports Medicine*, 41(5), 290–295.
<https://doi.org/10.1136/bjism.2006.031294>
- Marques, J. B. V., & Freitas, D. de. (2018). Método DELPHI: caracterização e potencialidades na pesquisa em Educação. *Pro-Posições*, 29(2), 389–415.
<https://doi.org/10.1590/1980-6248-2015-0140>
- Nevill, A., Holder, R., & Watts, A. (2009). The changing shape of «successful» professional footballers. *Journal of Sports Sciences*, 27(5), 419–426.
<https://doi.org/10.1080/02640410802668676>
- Nevill, A. M., Okojie, D. I., Smith, J., O'Donoghue, P. G., & Webb, T. (2019). Are professional footballers becoming lighter and more ectomorphic? Implications for talent identification and development. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 14(3), 329–335. <https://doi.org/10.1177/1747954119837710>
- O'Connor, D., Larkin, P., & Mark Williams, A. (2016). Talent identification and selection in elite youth football: An Australian context. *European Journal of Sport Science*, 16(7), 837–844. <https://doi.org/10.1080/17461391.2016.1151945>
- Ostojic, S. M., Castagna, C., Calleja-González, J., Jukic, I., Idrizovic, K., & Stojanovic, M. (2014). The biological age of 14-year-old boys and success in adult soccer: Do early maturers predominate in the top-level game? *Research in Sports Medicine*, 22(4), 398–407. <https://doi.org/10.1080/15438627.2014.944303>
- Pazo, C. I., Sáenz-López, P. & Fradua, L. (2012). *Influencia del contexto deportivo en la formación de los futbolistas de la selección Española de fútbol.*
- Pruna, R., Miñarro Tribaldos, L., & Bahdur, K. (2018). Player talent identification and development in football. *Apunts Medicina de l'Esport*, 53(198), 43–46.
<https://doi.org/10.1016/j.apunts.2018.02.002>

- Reilly, T., Bangsbo, J., & Franks, A. (2000). Anthropometric and physiological predispositions for elite soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18(9), 669–683. <https://doi.org/10.1080/02640410050120050>
- Reilly, T., Williams, A. M., Nevill, A., & Franks, A. (2000). A multidisciplinary approach to talent identification in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18(9), 695–702. <https://doi.org/10.1080/02640410050120078>
- Sæther, S. A. (2014, 19 Março). *Identification of Talent in Soccer – What Do Coaches Look For?* Idrottsforum. <https://idrottsforum.org/sather140319/>
- Sarmiento, H., Anguera, M. T., Pereira, A., & Araújo, D. (2018). Talent Identification and Development in Male Football: A Systematic Review. *Sports Medicine*, 48(4), 907–931. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0851-7>
- Sieghartsleitner, R., Zuber, C., Zibung, M., Charbonnet, B., & Conzelmann, A. (2019). Talent selection in youth football: Technical skills rather than general motor performance predict future player status of football talents. *Current Issues in Sport Science (CISS)*, 4, 1–14. https://doi.org/10.15203/ciss_2019.011
- Sport Lisboa e Benfica (2020). *Como nasceu o nosso Clube*. <https://www.slbenfica.pt/pt-PT/SLB/Historia/Fundacao>
- Thomas, C., Fellingham, G., & Vehrs, P. (2009). Development of a notational analysis system for selected soccer skills of a women's college team. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 13(2), 108–121. <https://doi.org/10.1080/10913670902812770>
- Unnithan, V., White, J., Georgiou, A., Iga, J., & Drust, B. (2012). Talent identification in youth soccer. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1719–1726. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.731515>
- Vaeyens, R., Malina, R. M., Janssens, M., Van Renterghem, B., Bourgois, J., Vrijens, J., & Philippaerts, R. M. (2006). A multidisciplinary selection model for youth soccer: The Ghent Youth Soccer Project. *British Journal of Sports Medicine*, 40(11), 928–934. <https://doi.org/10.1136/bjism.2006.029652>
- Van Yperen, N. W. (2009). Why some make it and others do not: Identifying psychological factors that predict career success in professional adult soccer. *Sport Psychologist*, 23(3), 317–329. <https://doi.org/10.1123/tsp.23.3.317>

Ventura, N. (2013) *Observar para ganhar: O Scouting como ferramenta do treinador* (2ª ed.). Prime Book.

Williams, A. M., Ford, P. R., & Drust, B. (2020). Talent identification and development in soccer since the millennium. *Journal of Sports Sciences*, 38(11–12), 1199–1210. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1766647>

Williams, A. M., & Reilly, T. (2000). Talent identification and development in soccer. *Journal of Sports Sciences*, 18(9), 657–667. <https://doi.org/10.1080/02640410050120041>

Zerozero (2019, 3 Julho). *Vindos do Seixal e da equipa B já deram 397 milhões em cinco anos*. <https://www.zerozero.pt/news.php?id=223622>