



UNIVERSIDADE DE LISBOA  
FACULDADE DE MOTRICIDADE HUMANA



## **Relatório de Estágio em Futebol na Equipa de Iniciados sub-14 do Sport Lisboa e Benfica**

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

Orientador: Professor Doutor Fernando Jorge Lourenço Santos

### **Júri:**

#### Presidente:

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

#### Vogais:

Doutor José Maria Dionísio 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.

Rúben João Ferreira Damázio

**2023**

Relatório de Estágio em Futebol, apresentado à Faculdade de Motricidade Humana, como requisito para a obtenção do Grau de Mestre em Treino Desportivo, sob a orientação técnica e científica do Professor Doutor Fernando Jorge Lourenço Santos.

## RESUMO

Este relatório retrata a concretização do processo estágio no decorrer de uma época desportiva, integrando a equipa técnica do escalão de Iniciados B (sub-14), incorporado no Departamento de Análise e Observação (DAO), num clube de elite que é referência internacional na formação de futebolistas.

Enquanto clube que tem como objetivo formar jogadores para o mais elevado nível competitivo, capazes de virem a integrar a equipa principal, o processo de formação a longo prazo engloba diversas áreas de intervenção, nomeadamente a vertente da observação e análise de jogo, atuando de forma progressiva e ajustada ao enquadramento do escalão e facultando aos jovens futebolistas os meios para melhorarem o seu conhecimento e preparação para o jogo.

Foi realizado um estudo acerca do perfil dos futebolistas jovens das equipas B, participantes na Segunda Liga Portuguesa, tendo por base o Efeito da Idade Relativa. Na amostra de 770 jogadores verificou-se a predominância significativa de jogadores nascidos no 1º Trimestre (37%), mas não se comprovou haver uma relação estatisticamente significativa entre o trimestre de nascimento e a aptidão para transitarem para a Primeira Liga. Em média, cada jogador que transitou das equipas secundárias para a Primeira Liga, completou 31,91 jogos na Segunda Liga.

O evento *“Webinar Análise e Observação no Futebol”* proporcionou à comunidade académica e futebolística um momento rico de partilha de conhecimento, contando com a participação de três profissionais da área que, de forma aberta, deram a conhecer um pouco do seu *“know-how”*, culminando num conjunto de reflexões relevantes, tendo a sessão ocorrido de forma remota por força das circunstâncias.

**Palavras-chave:** Futebol; Futebol de Formação; Elite; Observação e Análise de Jogo; Talento; Desenvolvimento a Longo Prazo; Efeito da Idade Relativa; Transição Futebol Profissional; Equipas B.

## ABSTRACT

This report portrays the completion of the internship process over the course of a sporting season, integrating the U-14 technical team, as well as incorporated into the Analysis and Observation Department (DAO), in an elite club that is an international reference in the development of footballers.

As a club that aims to train players for the highest competitive level, capable of becoming part of the first team, the long-term training process encompasses several areas of intervention, namely the field of game observation and analysis, acting progressively and adjusted to the framework of the level and providing young footballers with the means to improve their knowledge and preparation for the game.

A study was conducted on the profile of young footballers from B teams (reserve teams), participating in the Portuguese Second League, based on the Relative Age Effect. In the sample of 770 players, there was a significant predominance of players born in the 1st Quarter (37%), but there was no statistically significant relationship between the quarter of birth and the ability to transition to the Portuguese First League. On average, each player who moved from the secondary teams to the First League completed 31.91 games in the Second League.

The event "*Webinar Analysis and Observation in Football*" provided the academic and football community with a rich moment of knowledge sharing, with the participation of three professionals who, in an open manner, made known a little of their know-how, culminating in a set of relevant reflections, with the session taking place remotely due to circumstances.

**Keywords:** Football; Training Football; Elite; Game Observation and Analysis; Talent; Long-Term Development; Effect of Relative Age; Professional Football Transition; B Teams.

## ÍNDICE

<b>1. INTRODUÇÃO .....</b>	<b>1</b>
1.1 Caraterização Geral do Estágio .....	1
1.2 Caraterização da Entidade de Acolhimento .....	1
1.3 Enquadramento da Equipa Sub-14.....	2
1.4 Objetivos do Estágio.....	4
1.5 Autoanálise das Circunstâncias do Estágio.....	5
1.6 Estratégias de Implementação.....	6
1.7 Estrutura do Relatório.....	7
<b>2. REVISÃO DE LITERATURA .....</b>	<b>8</b>
2.1 A Natureza do Jogo de Futebol .....	8
2.2 Fundamentos do Jogo.....	10
2.2.1 Tática e Estratégica.....	10
2.2.2 Princípios de Jogo .....	11
2.2.3 Modelo de Jogo .....	15
2.3 Potenciar Jogadores para o Futuro.....	16
2.3.1 Entender o Talento Desportivo .....	16
2.3.2 Identificação do Talento Desportivo.....	18
2.3.3 Problemas Inerentes à Identificação de Talento .....	20
2.4 Processo Formativo do Jovem Atleta .....	24
2.4.1 Bases Metodológicas do Processo de Formação .....	24
2.4.2 Desenvolvimento a Longo Prazo .....	27
2.4.3 Especialização Precoce .....	30
2.5 Observação e Análise de Jogo .....	32
2.5.1 A sua relevância do Futebol.....	32
2.5.2 Operacionalização .....	34
2.5.3 Evolução da Análise no Futebol.....	35
2.5.4 Aplicada ao Futebol de Formação .....	40
<b>3. ÁREA 1: Gestão do Processo de Treino e Competição .....</b>	<b>41</b>
3.1 Perfil do Treinador SLB .....	42
3.2 Caraterização da Equipa Sub-14.....	43
3.3 Objetivos Específicos da Equipa Sub-14.....	45
3.4 Planeamento Anual .....	45
3.5 Modelo de Jogo .....	48
3.5.1 Sistemas Táticos .....	49

3.5.2	Organização Ofensiva .....	49
3.5.3	Transição Defensiva .....	50
3.5.4	Organização Defensiva .....	51
3.5.5	Transição Ofensiva .....	51
3.5.6	Esquemas Táticos .....	52
3.6	Modelo de Treino .....	52
3.6.1	Unidades de Treino e Microciclo .....	53
3.6.2	Exercícios Utilizados .....	55
3.7	Modelo de Observação e Análise .....	56
3.7.1	Técnicas de Filmagem .....	57
3.7.2	Codificação .....	61
3.8	Tarefas Complementares .....	62
<b>4.</b>	<b>ÁREA 2: Estudo de Investigação – O Efeito da Idade Relativa na etapa de transição do futebol de formação para o futebol profissional em Portugal: o caso das Equipas B .....</b>	<b>68</b>
4.1	Introdução .....	68
4.2	Revisão de Literatura .....	70
4.3	Metodologia .....	73
4.3.1	Amostra .....	73
4.3.2	Procedimentos da Recolha de Dados .....	74
4.3.3	Procedimentos Estatísticos .....	75
4.4	Resultados .....	75
4.5	Discussão .....	81
4.6	Conclusão .....	84
<b>5.</b>	<b>ÁREA 3: Relação com a Comunidade – Webinar Análise e Observação no Futebol .....</b>	<b>86</b>
5.1	Introdução .....	86
5.2	Formato da Sessão .....	86
5.3	Público-Alvo .....	87
5.4	Organização e Planeamento .....	87
5.5	Análise SWOT .....	89
5.6	Principais Ideias Resultantes da Participação dos Convidados .....	90
5.7	Balanço e Reflexão .....	93
<b>6.</b>	<b>CONCLUSÃO E PERSPETIVAS FUTURAS .....</b>	<b>94</b>
	<b>BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>96</b>
	<b>ANEXOS .....</b>	<b>104</b>

## ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - <i>The Coaching Cycle</i> (adaptado de Carling, 2007).....	33
Figura 2 - Sistema Tático Principal .....	49
Figura 3 - Sistema Tático Alternativo .....	49
Figura 4 - Microciclo-tipo usado durante a época.....	54
Figura 5 - Exercícios variados utilizados .....	55
Figura 6 - Exemplo de filmagem em plano aberto no Benfica Campus.....	59
Figura 7 – Exemplo de imagem capturada através da ferramenta <i>HI-POD</i> .....	60
Figura 8 - Exemplo de <i>timeline</i> de um jogo codificado no <i>Hudl Sportscode</i> .....	61
Figura 9 - Análise da equipa sub-14 do SLB na época 2019-2020 .....	62
Figura 10 - Análise realizada da equipa do FC Barcelona da época 2014-2015 .....	63
Figura 11 - Meses de nascimentos dos futebolistas jovens das Equipas <i>B</i> .....	75
Figura 12 - Percentual por Trimestres .....	76
Figura 13 - Percentual por Semestres .....	76
Figura 14 – Diagrama circular da Estreia na PL.....	76
Figura 15 - Diagrama circular da Transição das Equipas B para PL .....	77
Figura 16 - Distribuição dos jogadores que transitaram/não transitaram em função dos trimestres de nascimento .....	79

## ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Análise SWOT.....	5
Tabela 2 - Princípios Operacionais (Bayer,1994 cit. Por Costa et al., 2009).....	12
Tabela 3 - Princípios Específicos de Jogo (Queiroz, 1983, 1986; Garganta et al., 2013). 12	
Tabela 4 - Proposta de estruturação das etapas de formação e conteúdos programáticos no ensino do futebol (adaptado de Matos, 2017) .....	26
Tabela 5 - <i>Youth Physical Development Model</i> para o sexo masculino (adaptado de Lloyd & Oliver, 2012).....	30
Tabela 6 - Plantel da equipa de Sub-14 do SLB na época 2020/2021 .....	44
Tabela 7 - Jogos Amigáveis Realizados pelos Sub-14 no Benfica Campus .....	47
Tabela 8 - Jogos Amigáveis Realizados pelos Sub-14 no Estádio do Norte.....	47
Tabela 9 - Teste qui-quadrado para Estreia na PL e trimestre de nascimento .....	77
Tabela 10 - Transição das Equipas B para Primeira Liga por Clube .....	78
Tabela 11 - Teste qui-quadrado para Transição para PL e trimestre de nascimento .....	79
Tabela 12 - Estatística Descritiva para o número de jogos até Transição.....	80
Tabela 13 - Teste qui-quadrado para Transição para PL e trimestre de nascimento .....	80
Tabela 14 - Análise SWOT do evento .....	89

# 1. INTRODUÇÃO

## 1.1 Caraterização Geral do Estágio

Este documento visa relatar as experiências e vivências decorridas do estágio curricular, integrado no plano de estudos do 2º ano do Mestrado em Treino Desportivo da Faculdade de Motricidade Humana da Universidade de Lisboa, realizado na equipa de Sub-14 (Iniciados B) do Sport Lisboa e Benfica.

Este estágio decorreu na época 2020/2021, tendo início a 22 de julho de 2020 e terminando no dia 31 de julho de 2021, surgindo através do protocolo existente entre a Faculdade de Motricidade Humana e o Sport Lisboa e Benfica.

## 1.2 Caraterização da Entidade de Acolhimento

O Sport Lisboa e Benfica (SLB) é um prestigiado clube multidesportivo sediado na cidade de Lisboa, um dos ditos “*três grandes*” do futebol nacional. O clube beneficia de uma grande falange de apoio, sendo o mais popular do país e estimando-se que tenha cerca de 14 milhões de adeptos em todo o mundo, paralelamente contabiliza mais de 230 000 sócios, só superado pelo Bayern Munique. Ao longo da sua história foi amealhando numerosas conquistas, sendo à data o segundo clube com mais participações nas competições da UEFA (40), só superado pelo Real Madrid. A IFFHS (*International Federation of Football History & Statistics*) classificou-o como nono no “*Top 200 de clubes europeus no século 20*”.

A história do clube principia nos inícios do século XX, quando dois grupos que jogavam frequentemente futebol na zona de Belém decidem juntar-se – os “*Catataus*” e a Associação do Bem, formada por ex-casapianos. No dia 28 de fevereiro de 1904, após meses de discussão sobre nome, cores e emblema que ostentariam, teve lugar na Farmácia Franco a reunião onde 24 jovens fundaram o clube, inicialmente sob o desígnio de Sport Lisboa. Em 1908, o clube enfrenta problemas financeiros, o que leva vários jogadores a saírem para o mais abastecido Sporting, contribuindo para a junção do clube com o Grupo Sport Benfica, praticante de ciclismo, originando a inclusão da roda de bicicleta no emblema e o nome de Sport Lisboa e Benfica. As cores do clube são o vermelho e branco, o lema *Et Pluribus Unum* significa “*de todos, um*”. A águia presente no símbolo faz com que a equipa seja também conhecida por “*Águias*”, ou, “*Encarnados*” em alusão à cor principal do clube. Ao longo de décadas o clube andou com “a casa às costas”, jogando por vários campos de Lisboa, até ao dia 1 de dezembro de 1954, data em que é inaugurado o Estádio do Sport Lisboa e Benfica, vulgarmente conhecido por Estádio da

Luz, passando finalmente o clube a ter uma casa digna da sua dimensão. Lá o clube viveu inúmeras tardes e noites gloriosas, recheadas de vitórias e conquistas, eternizando para sempre “*A Catedral*”, onde o ambiente criado pelas vastas plateias empurrava a equipa para as vitórias, o conhecido “*Inferno da Luz*”. Antes do Campeonato da Europa de 2004, disputado em Portugal, e numa fase turbulenta da vida do clube, os sócios decidem a construção do novo Estádio do SLB, posteriormente inaugurado a 25 de outubro de 2003. Este estádio de categoria 4, já recebeu duas finais da Liga dos Campeões, sendo o recinto desportivo com maior capacidade do país, pelos cerca de 65 mil lugares que dispõe. Na zona envolta ao recinto encontra-se o Complexo Desportivo do clube, com dois pavilhões para as suas modalidades e as piscinas.

Embora seja um clube eclético, com imensas modalidades, a grande bandeira sempre foi a equipa de futebol masculina, contando com um rico palmarés, de onde se destacam as 2 Taças dos Campeões Europeus (atual Liga dos Campeões), 37 Campeonatos Nacionais, 26 Taças de Portugal, 8 Supertaças Cândido de Oliveira e 7 Taças da Liga. A maior lenda do clube é o futebolista Eusébio, considerado por muitos um dos melhores de sempre, vencedor da Bola de Ouro em 1965 e, melhor marcador da história do clube, de forma destacada, com 471 golos, existindo uma estátua em sua homenagem junto ao estádio.

### **1.3 Enquadramento da Equipa Sub-14**

Ao longo da última década o Futebol de Formação tem ganho maior proeminência, com a quantidade e qualidade de jogadores formados pelo clube a conseguirem atingir patamares de excelência, a comprovarem os resultados da aposta feita pelo clube neste setor, levando-o a tornar-se uma referência mundial na formação de futebolistas.

A abertura do Caixa Futebol Campus, atual Benfica Campus, no Seixal, em 2006, viria a ser o grande impulsionador do futebol de formação no clube. O centro de treino é a casa do futebol do clube, albergando as 2 equipas profissionais – Equipa Principal e equipa B - assim como as equipas de formação desde o escalão de Iniciados Sub-14. O complexo dispõe de 9 campos de futebol (3 sintéticos, 6 relvados), 62 quartos, 16 balneários, 2 auditórios, 2 ginásios, 1 sala de conferências, 1 sala de refeições, 1 sala de convívio e diversos gabinetes técnicos e médicos. O edifício onde se situam os quartos está dividido em dois setores, com o futebol profissional a ocupar o último piso e o futebol de formação os restantes, dispondo de condições para acomodação de atletas residentes no complexo ou em estágio antes de jogos. Neste espaço o clube dispõe de condições ímpares para o

desenvolvimento dos seus atletas, com ferramentas de excelência, como por exemplo a ferramenta científica *360s* que visa trabalhar a habilidade individual dos atletas.

Em 2015 o Benfica Campus é distinguido como Academia do Ano, nos *Globe Soccer Awards*, no Dubai. No entanto a maior conquista do futebol de formação do clube, é conseguir que os seus jovens talentos cheguem à Equipa Principal e nessa tarefa o clube tem conseguido excelentes resultados nos últimos anos, prova disso são os casos de, por exemplo, André Gomes, João Cancelo, Gonçalo Guedes, Bernardo Silva, Néilson Semedo, Rúben Dias, Renato Sanches e João Félix, estes últimos vencedores do prémio *Golden Boy* de 2016 e 2019, respetivamente. Como consequência da qualidade futebolística evidenciada por estes jovens jogadores, as vendas de atletas formados no clube ou com passagem pela Equipa B, já renderam aos cofres do clube mais de 400 milhões de euros. O trabalho desenvolvido fez do clube o mais representado nas seleções jovens nacionais de Portugal, além disso o clube conseguiu ser finalista em 3 das 7 edições da *UEFA Youth League*, a competição europeia Sub-19.

A prioridade do clube é focada no desenvolvimento do jogador, numa perspetiva longitudinal, procurando apetrechar o jogador das competências e qualidades para que um dia possa chegar à equipa principal do SLB. Este desenvolvimento longitudinal e sustentado, por vezes poderá implicar um sacrificio dos resultados imediatos, que não são a prioridade, nomeadamente nestes escalões mais baixos, no entanto o lema do clube relativamente à formação é "*Formar a ganhar*", numa alusão clara à exigência e rigor do clube, em que a grandeza e ao peso que este símbolo acarreta, exigem a todos os envolvidos lutar sempre pela vitória.

A equipa de Sub-14 está inserida na Área de Iniciação do clube, desenvolvendo a sua atividade no Benfica Campus. O clube dispõe de uma vasta rede de prospeção, procurando identificar desde terna idade os atletas com potencial para integrarem os quadros do clube, onde lhes são facultadas condições para o seu desenvolvimento, aspirando que um dia possam chegar à equipa principal do SLB. O departamento de prospeção e alguns colaboradores trabalharam afincadamente para que os jovens talentos sejam identificados, por todo o país. Para que haja maior proximidade e controlo dos territórios longe da Área Metropolitana de Lisboa, o clube conta com vários Centros de Formação e Treino (CFT) distribuídos pelo país com localizações estratégicas. Nestes centros os jovens identificados nessas zonas beneficiam das metodologias do clube até ao dia em que atinjam o nível e idade para se mudarem para o Benfica Campus, ocorrendo esta transição precisamente na idade de Sub-14 ou Sub-13. Assim, o plantel da equipa Sub-14 é alimentado pelos atletas que chegam provenientes dos CFT, atletas oriundos dos

escalões inferiores do clube, operando no Campo dos Pupilos do Exército, e, jovens provenientes de outros clubes que são identificados pela prospeção como promissores.

A nível de recursos humanos a equipa de Sub-14 conta com um grupo multifacetado de profissionais, procurando monitorizar e refinar todos os aspetos relevantes para o desenvolvimento dos jovens, em variadas áreas, trabalhando diariamente, em prol desse objetivo. Concretamente, a equipa técnica responsável pela equipa de Iniciados B do SLB, é constituída por:

- Coordenador Técnico: Rodrigo Magalhães
- *Team Manager*: Hugo Ribeiro
- Treinador Principal/Chefe de Escalão: Pedro Faria
- Treinador Principal: João Milho
- Treinador Adjunto: Emílio Sarnago
- Treinador Adjunto: António Bastos Lopes
- Treinador Analista: João Pascoal
- **Treinador Analista Estagiário: Rúben Damázio**
- Treinador de Guarda-Redes: Dinis Cruz
- Treinador de Guarda-Redes: Rafael Grácio
- Fisiologista: João Gomes
- Psicóloga: Maria Guiomar
- Nutricionista: Gonçalo Fernandes
- Nutricionista: Ana Baptista
- Fisioterapeuta: João Jerónimo
- Delegado: Mário Pires

#### 1.4 Objetivos do Estágio

No início do processo de estágio foram definidos os seguintes objetivos:

- Desenvolver atividade no futebol de formação de um clube de elite, referência internacional na área, sendo reconhecido pela qualidade do seu trabalho na formação de futebolistas;
- Compreender o processo de desenvolvimento dos jovens futebolistas de elite ao longo das etapas de formação e quais os fatores e indicadores mais relevantes;
- Aquisição de conhecimentos e competências que me permitam exercer as funções de treinador analista numa equipa profissional de futebol, aprimorando a minha leitura e interpretação do jogo;
- Dominar as técnicas de recolha e captura de vídeo, de edição e tratamento do mesmo e também das formas de comunicação da informação resultante.
- Produzir relatórios coesos de análise e observação de equipas e jogadores.

- Vivenciar momentos de partilha e discussão de ideias, formais e informais, com os outros profissionais do clube, especialmente os outros treinadores-analistas, tentando beneficiar do seu maior conhecimento e experiência.
- Entender de que forma está organizada a estrutura de um clube de elite, entre os vários escalões e departamentos, e qual a forma de intervenção de cada um, no contexto do futebol de formação.
- Atentar permanentemente ao trabalho desenvolvido pelos treinadores ao meu redor, nomeadamente no planeamento e condução do treino, esmiuçando as suas decisões, ações e intervenções junto dos jogadores, auferindo do seu vasto conhecimento e experiência;
- Contribuir diariamente para o processo de desenvolvimento dos jovens atletas do clube, não só nos momentos de treino e jogo, mas em todas as tarefas e projetos que, direta ou indiretamente, visam contribuir para aproximar os atletas da formação do clube do objetivo de um dia poderem vir a integrar a Equipa Principal.
- Conseguir a oportunidade de continuar a laborar no Sport Lisboa e Benfica após a conclusão do período de estágio;

### 1.5 Autoanálise das Circunstâncias do Estágio

A análise SWOT, do inglês “*strengths, weakness, opportunities and threats*”, é utilizada de forma usual, consistindo numa identificação de fatores, internos e externos, para auxiliar a posterior tomada de decisão, planeamento e desenvolvimento de estratégias. Nessa lógica, a tabela 1 relata a análise SWOT a este processo de estágio.

**Tabela 1:**

*Análise SWOT.*

<b>Forças</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ter desempenhado anteriormente funções de analista, inclusive no escalão de iniciados (sub-15), familiarizando-me com as características etárias do escalão em que estarei inserido;</li> <li>• Experiência anterior em diferentes clubes, contextos, escalões e competições;</li> <li>• Adaptabilidade e capacidade de cooperação e de trabalho em equipa, que serão fundamentais para a minha integração na equipa técnica.</li> </ul>
<b>Fraquezas</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Necessidade de habituação à exigência diária, volume de informação e a constante pressão temporal a que estão sujeitos os analistas num clube de elite;</li> <li>• Superficialidade e subjetividade de algumas interpretações e observações de comportamentos táticos, especialmente ao observar um jogo “<i>in loco</i>”;</li> </ul>

- 
- Não manuseamento prévio dos *softwares* utilizados no clube.
- 

### **Oportunidades**

---

- Estar inserido num clube de elite, internacionalmente reconhecido como uma referência no futebol de formação, tendo desenvolvido diversos futebolistas que atingiram patamares elevados;
  - Contactar com profissionais de excelência, em equipas técnicas multidisciplinares, introduzido ao “*modus operandi*” e metodologias do clube;
  - Surgir a chance de continuar no clube após o período de realização de estágio.
- 

### **Ameaças**

---

- Contexto atual de Covid-19 que leva ao forte condicionamento da prática desportiva, colocando em causa o desenvolvimento de atividade, havendo atualizações permanentes por parte das autoridades, com novas regras e restrições, afetando o processo de estágio a vários níveis;
  - Risco sério de ausência de competição no futebol de formação durante toda a época que dificultaria a exequibilidade da maioria das experiências que seriam expectáveis e desejáveis;
  - Dificuldade em articular os encargos do clube com as tarefas a realizar para a elaboração do relatório de estágio dentro dos prazos estipulados.
- 

## **1.6 Estratégias de Implementação**

De forma a facilitar e orientar as minhas ações e decisões ao longo deste processo de estágio, foram idealizadas as seguintes medidas:

- Encarar diariamente as tarefas desenvolvidas com o grau de exigência que a dimensão do clube exige, dando o meu melhor para suprimir cada desafio;
- Manter com a equipa técnica e restantes colegas uma boa relação, que facilite a minha integração, demonstrando sempre a minha disponibilidade e vontade de trabalhar e aprender;
- Reconhecer o limite do meu lugar, mas procurar ser membro ativo no processo de treino, colaborando sempre que possível.
- Registrar diariamente notas, ideias, planos e documentos, resultantes da minha atividade, construindo uma base para tarefas futuras.
- Manter uma calendarização atualizada das diversas tarefas e responsabilidades, para organização do trabalho diário.
- Procurar e refletir regularmente sobre a investigação científica realizada na área do Treino Desportivo em Futebol, com especial foco nas tendências evolutivas de Análise e Observação, assim como as partilhas de trabalho realizado pelos pares noutros clubes e contextos.

- Acompanhar atentamente os outros escalões do clube, aumentando o meu conhecimento sobre jogadores, treinadores, competições, modelo de jogo e a forma como são geridos e estruturados os processos de desenvolvimento dos atletas.
- Participar sempre que ocorram formações complementares promovidas pelo SLB.

### **1.7 Estrutura do Relatório**

Este documento obedece aos requisitos institucionais para a elaboração deste tipo de documentos. Inicia-se com a contextualização do estágio, concretamente com a descrição do clube e enquadramento da equipa onde foram desenvolvidas funções, traçando os objetivos e perspetivas iniciais para o estágio. Seguiu-se uma revisão de literatura múltipla, dedicada a aludir às várias temáticas que suportaram a prática profissional neste contexto específico de estágio. O fundamental daquilo que foi o processo de estágio surge dividido em três áreas de intervenção profissional do estagiário dispare, nomeadamente:

- **Área 1:** Relativa à gestão e processo de treino e competição, referente ao que foi o quotidiano, especificando os processos e tarefas consequentes do estagiário.
- **Área 2:** Respeitante à inovação e investigação, sendo apresentado o trabalho realizado sobre o Efeito da Idade Relativa na etapa de transição do futebol de formação para o futebol profissional em Portugal, olhando ao caso das Equipas B e às características dos atletas que as integram.
- **Área 3:** Alusivo à relação com a comunidade, dando a conhecer o evento aberto realizado para a comunidade académica e futebolística, sobre a Análise e Observação no Futebol, contando para tal com o contributo de vários profissionais da área com experiência em contextos de elite.

## 2. REVISÃO DE LITERATURA

### 2.1 A Natureza do Jogo de Futebol

O futebol possui uma dimensão verdadeiramente global, sendo a modalidade mais popular no Mundo, praticada e seguida por milhões de pessoas, gerando paixões que vão além de fronteiras, sexos, idades, crenças religiosas e ideologias políticas, conseguindo, durante os noventa minutos de um jogo, colocar tudo o resto em *standby*, Arrigo Sacchi – lendário treinador – chamou-lhe “*o importante das coisas menos importantes da vida*”. Enquanto modalidade integrada nos jogos desportivos coletivos (JDC), caracteriza-se, entre outros fatores, pela aciclicidade técnica, por solicitações e efeitos cumulativos morfológico-funcionais e motores, assim como uma intensa participação psíquica (Teodorescu, 1977 cit. por Garganta & Gréhaigne, 1999). A questão fundamental dos JDC é que perante situações de oposição dos adversários, os jogadores devem coordenar as ações com a finalidade de recuperar, conservar e fazer progredir o móbil do jogo (bola), com o objetivo de criar situações de finalização e marcar golo ou ponto (Gréhaigne & Guillon, 1992). De acordo com Garganta (1997) o futebol possui uma estrutura formal (terreno de jogo, bola, regulamento, companheiros, adversários) e uma estrutura funcional, que decorre das ações de jogo enquanto resultado da interação entre companheiros de uma mesma equipa em torno da bola, no sentido de vencer a oposição dos adversários e atingir os objetivos propostos. Existe uma lógica interna do jogo que decorre da relação de oposição que, em cada sequência de jogo, gera uma dinâmica de movimento global de um alvo ao outro, e cujo sentido pode a cada momento inverter-se. Isto impõe uma organização a cada uma das equipas que em confronto, que surge como resposta a esta reversibilidade de comportamentos (Deleplace, 1994 cit. por Garganta & Gréhaigne, 1999). A lógica interna do jogo é assim o produto da interação contínua entre as principais convenções do regulamento e a evolução das soluções práticas encontradas pelos jogadores, decorrentes das suas habilidades táticas, técnicas e físicas (Deleplace, 1979 cit. por Garganta, 1997). No mesmo sentido, Queiroz (1986) afirma que o jogo de Futebol caracteriza-se pela aplicação de certos procedimentos antagónicos, de defesa e ataque, tendo em vista o desequilíbrio do sistema contrário, na procura de uma meta comum, organizados e ordenados num sistema de relações e inter-relações coerente e consequente, a “lógica interior do jogo”. Compreender esta lógica implica entender as situações que decorrem no contexto dos JDC como unidades de ação que possuem uma natureza complexa, decorrente não apenas do número de variáveis em jogo, mas também da imprevisibilidade e aleatoriedade das situações que se colocam aos jogadores e às equipas. O contexto em que decorre o jogo, no qual as equipas em confronto, disputando objetivos comuns, lutam

para gerir em proveito próprio, o tempo e o espaço, realizando em cada momento, ações reversíveis de sinal contrário (ataque ou defesa) alicerçadas em relações de oposição e cooperação (Garganta, 1997). Segundo Davids (2015) os desportos coletivos representam ambientes de desempenho altamente dinâmicos, devido às mudanças contínuas no local, posicionamento e movimento dos jogadores competidores e cooperantes. Sem a adoção de uma “abordagem dos sistemas complexos” torna-se impossível compreender totalmente a infinidade de fatores que influenciam o comportamento, inviabilizando intervenções eficazes destinadas a melhorar o desempenho desportivo (Salmon & McLean, 2020). As equipas desportivas podem ser estudadas como sistemas sociais coletivos que exibem comportamentos coletivos emergentes de interações interpessoais complexas e não lineares dos jogadores no espaço e no tempo (Duarte et al., 2013). O desempenho das funções é assegurado por uma rede complexa de relações interpessoais entre os jogadores (Passos et al., 2011). Os padrões de coordenação emergentes em desportos coletivos são canalizados por constrangimentos circundantes que moldam o surgimento de configurações de jogo, estes constrangimentos fornecem informações que oferecem oportunidades para os jogadores agirem (Vilar et al., 2012). Estas oportunidades ou possibilidade de ação são denominadas de *affordances* (Gibson, 1966, 1979 cit. por Araújo et al., 2006). Devido à natureza altamente interativa do envolvimento de desempenho nos desportos coletivos, as oportunidades de ação emergentes são constrangidas no tempo e espaço. Foi observado que organismos individuais usam regras comportamentais locais relativamente simples para criar estruturas e padrões ricos a um nível coletivo que são muito mais complexos do que o comportamento de um indivíduo no sistema (Davids, 2015). Para Garganta e Gréhaigne, (1999) é a dimensão “mais imprevisível” do jogo, materializada a partir da autonomia dos jogadores, que introduz diversidade e singularidade espaço-temporal dos acontecimentos. Face a uma situação de jogo, cada jogador privilegia determinadas ações em detrimento de outras, tendo implicações no comportamento da equipa enquanto sistema. Uma equipa pode ser encarada como um superorganismo, isto é, um grupo de indivíduos auto-organizados através de uma divisão de tarefas - fator chave para expressar a integração funcional, complementaridade e coordenação entre companheiros - e unidos por um sistema fechado de comunicação, que implica a existência de ligações informacionais entre jogadores, que lhes permite detetar as condições favoráveis para cooperarem com sucesso no jogo (Duarte et al., 2012). Assumindo esta ideia de equipa enquanto um superorganismo, o seu comportamento emerge a partir das sinergias que ocorrem entre as partes constituintes, sendo que estas se orientam para finalidades convergentes que favorecem a identidade e

integridade do organismo como um todo (Garganta et al., 2013). Os mesmos autores afirmam que vários estudiosos sustentam que a construção do conhecimento no Futebol se deve edificar a partir de perspectivas que se foquem nesta lógica interna, como Teodorescu (1985 cit. por Garganta & Gréhaigne, 1999) que salienta o facto da representação do conteúdo do jogo e do sistema de relações dos elementos que o compõem se revestir de grande importância, ao permitir evidenciar aspetos relativos à lógica interior, possibilitando o aperfeiçoamento contínuo, quer do treino quer do próprio jogo (Garganta & Gréhaigne, 1999). Afirmar que o futebol é complexo requer a aceitação concomitante de que o desempenho não pode ser compreendido pelo estudos dos componentes de forma isolada, no contexto de um jogo de futebol a análise isolada das várias partes pode providenciar informação útil, mas não permite a compreensão total da performance, nomeadamente os “comportamentos emergentes, daí que se justifique uma “mudança de paradigma” em direção à complexidade e pensamento sistémico na análise de desempenho no futebol, procurando entender de que forma os inúmeros fatores associados interagem dinamicamente para otimizar o inibir a performance (Salmon & McLean, 2020).

## **2.2 Fundamentos do Jogo**

### **2.2.1 *Tática e Estratégica***

O contexto de conflito em que decorre o jogo, marcado por relações de oposição e cooperação, resulta num forte pendor estratégico-tático que emerge como fator capital no comportamento dos jogadores e das equipas (Garganta, 1997). A estratégia está associada aos princípios de jogo ou orientadores de ação que permitem a uma equipa organização na preparação para um determinado jogo (Bouthier cit. por Clemente et al., 2014). É um processo que, partindo de um conjunto de dados, define cenários, baliza meios, métodos e institui regras de gestão e princípios de ação (Garganta, 1997). Relaciona-se com a ordem geral, como o posicionamento e distribuição dos jogadores no campo, assim como as missões específicas de cada um (Gréhaigne et al., 1999). Segundo Castelo (1994) o objetivo da estratégia centra-se em garantir as modificações pontuais e temporárias de adaptação da expressão tática da equipa de acordo com a especificidade do adversário. Assim, a estratégia está fortemente vinculada à competência dos jogadores e das equipas para atuarem em situações de adversidade, aleatoriedade e imprevisibilidade (Garganta, 1997).

Enquanto a estratégia está associada a processos cognitivos mais elaborados dado que as decisões são baseadas em reflexões sem constrangimentos temporais, as táticas

operam debaixo de forte constrangimento temporal (Gréhaigne et al., 1999). Nesse sentido, a tática remete para a orientação do jogador durante o jogo, a fim de adaptar os seus requisitos iniciais aos constrangimentos dinâmicos realizadas pela equipa adversária (Clemente et al., 2014). Deste conceito destacam-se três características: a ligação ao jogo; o seu carácter de execução para tornar operativa a estratégia (à qual compete a conceção e direção); e a sua estreita dependência da estratégia (Garganta, 1997). A tática requer níveis mais elevados de tomada de decisão e adaptações comportamentais em funções relacionadas com os constrangimentos contextuais (Clemente et al., 2014).

Deste modo fica evidenciada a concomitância destes dois conceitos no futebol, frequentemente designados enquanto estratégico-tático (Garganta, 1997), adotando-se o entendimento de Gréhaigne (1992 cit. por Sarmiento, 2012) que considera que a estratégia representa o que está previsto antecipadamente, enquanto a tática é a adaptação instantânea da estratégia às configurações do jogo.

### **2.2.2 Princípios de Jogo**

Por de trás da tática e estratégia existem princípios que sustentam as ações dos jogadores. O êxito individual e coletivo depende destes princípios de jogo, que são não mais do que um conjunto de regras de ação e gestão do jogo que definem as propriedades invariáveis sobre as quais se estrutura o desenvolvimento de acontecimentos do jogo (Bayer, 1994; Gréhaigne, 1992 cit. por Garganta et al., 2013). A aplicação dos princípios táticos auxilia a equipa no melhor controlo do jogo, por isso, quanto mais ajustada e qualificada por a aplicação dos princípios no decorrer do jogo, melhor poderá ser o desempenho da equipa ou jogador na partida (Costa et al., 2009). Na literatura especializada em Futebol emergem três tópicos relativamente a esta temática: princípios gerais, princípios operacionais e princípios fundamentais. Dado que as situações de oposição são de tal formas evidentes, o jogo de Futebol pode ser encarado como uma sequência contingente de fases (ofensiva e defensiva) e momentos (transições ataque-defesa e defesa-ataque) (Garganta et al., 2013). Os princípios gerais são comuns às diferentes fases/momentos do jogo e aos outros princípios (operacionais e fundamentais) e incidem sobre as relações espaciais e numéricas, entre companheiros e adversários, com Queiroz (1983) a discriminar: Não permitir a inferioridade numérica; Evitar a igualdade numérica; Procurar criar superioridade numérica.

Os princípios operacionais referem-se às operações necessárias para tratar uma ou várias categorias de situações, dependendo da fase de jogo (Tabela 2).

**Tabela 2**

*Princípios Operacionais (Bayer, 1994 cit. por Costa et al., 2009)*

Defesa	Ataque
1. Anular as situações de finalização	1. Conservar a bola
2. Recuperar a bola	2. Construir ações ofensivas
3. Impedir a progressão	3. Progredir
4. Proteger a balizar	4. Criar situações de finalização
5. Reduzir o espaço de jogo adversário	5. Finalizar na baliza adversária

Por sua vez, os princípios específicos ou fundamentais são as regras básicas que orientam as ações dos jogadores e da equipa nas duas fases do jogo (ataque e defesa) e que, de acordo com Castelo (1996) e Queiroz (1983), têm implícitos os seguintes objetivos gerais: Criar desequilíbrios na organização do adversário; Estabilizar a organização da própria equipa; Propiciar uma intervenção ajustada e racional do “centro de jogo”.

A maior parte da literatura apresenta quatro princípios para cada fase de jogo (Tabela 3), paralelamente Costa et al. (2009) propuseram a consideração de dois outros princípios, relacionados com a conceção da tática de jogo e com a coordenação coletiva funcional – unidade defensiva e ofensiva.

**Tabela 3**

*Princípios Específicos de Jogo (Queiroz, 1983, 1986; Garganta et al., 2013)*

Defesa	Ataque
1. Contenção	1. Progressão
2. Cobertura Defensiva	2. Cobertura Ofensiva
3. Equilíbrio	3. Mobilidade
4. Concentração	4. Espaço

De forma mais ou menos explícita, os princípios específicos de jogo estão sempre presentes no futebol, independentemente do escalão competitivo, a sua compreensão é fundamental para: o treinador, enquanto ferramenta indispensável na orientação do

processo de ensino-aprendizagem do futebol; e para os jogadores, ao permitir estruturar as suas ações com objetivos, intenções e sentido tático, ajudando assim a regular as ações tático-técnicas do jogo. A relevância desta matéria justifica clarificar cada um dos dez princípios:

*Princípio da Contenção* – refere-se à ação de oposição do defesa (1º defesa) sobre o portador da bola visando diminuir o espaço de ação ofensiva, restringindo as possibilidades de passe, evitando o drible que favoreça progressão pelo campo de jogo em direção à baliza e, prioritariamente, impedindo a finalização (Castelo, 1996). Durante esta ação o defesa deverá manter a sua posição entre a sua própria baliza e a posição da bola (Clemente et al., 2014). A tentativa de temporizar a ação do adversário procura criar uma vantagem funcional da própria equipa.

*Princípio da Cobertura Defensiva* – está relacionado com as ações de apoio defensivo (2º defesa) ao jogador que pressiona o portador de bola. O seu objetivo é servir de novo obstáculo caso o portador da bola ultrapasse o jogador que realiza a contenção (Garganta et al., 2013). Esta ação de proteção transmite segurança e confiança ao 1º defesa na disputa pela bola (Worthington, 1974 cit. por Costa et al., 2009).

*Princípio do Equilíbrio* – parte da procura de manutenção do equilíbrio defensivo da estrutura da própria equipa e de anular as ações ofensivas adversárias. Garantir que este princípio é alcançado implica: assegurar superioridade numérica (ou pelo menos igualdade) no centro de jogo (3º defesa); e os ajustes frequentes em resposta ao posicionamento adversário (Clemente et al., 2014). Além de procurar a estabilidade do centro de jogo, há o apoio aos companheiros que executam a contenção (1º defesa) e cobertura defensiva (2º defesa) e a cobertura de eventuais linhas de passe e a marcação de jogadores livres sem posse de bola (Costa et al., 2009).

*Princípio da Concentração* – visa reduzir a área de jogo efetiva da equipa adversária, ou seja, quanto maior a proximidade entre companheiros na fase defensiva, maior a eficácia da cobertura defensiva e proteção de baliza (Clemente et al., 2014). As suas diretrizes apontam para a orientação o jogo ofensivo adversário para zonas de menor risco e criar condições para um aumento da pressão defensiva sobre a zona de disputa da bola (Garganta et al., 2013).

*Princípio da Progressão* – para alguns autores designado de princípio da penetração, é categorizado pelo progresso do atacante com a posse de bola (1º atacante) em direção à baliza adversária ou a uma posição próxima da mesma, em busca de áreas do campo que ofereçam maior risco ao adversário, favorecendo a finalização (Costa et al., 2009). Desequilibrar a organização defensiva do oponente e criar situações vantajosas para o ataque em termos numéricos e espaciais, são objetivos deste princípio (Garganta et al., 2013).

*Princípio da Cobertura Ofensiva* – ação de apoio prestado ao portador da bola por um colega de equipa (2º defesa), de forma que possa ser dada sequência ao processo ofensivo. Procura também garantir a manutenção da posse de bola, diminuir a pressão adversária ao portador da bola, criar superioridade numérica e induzir desequilíbrio na organização defensiva adversária (Garganta et al., 2013). Este suporte dado pelos colegas, fornece várias opções para concluir o processo com eficácia (Clemente et al., 2014).

*Princípio da Mobilidade* – assegurada a cobertura ao jogador em posse de bola, deverá existir o movimento de outro colega (3º atacante) em busca de posições ótimas para receber a bola (Costa et al., 2009). As diretrizes para este princípio são a variabilidade de ações da bola e as posições dos adversários, bem como a velocidade dos movimentos ao tentar desequilibrar a organização defensiva (Clemente et al., 2014). A criação de linhas de passe em profundidade e a rotura da estrutura defensiva adversária, são meios para aumentar o ritmo de jogo e provocar o desequilíbrio defensivo adversário (Costa et al., 2009). No entanto esta mobilidade não deverá comprometer aquilo que é o equilíbrio da estrutura da própria equipa.

*Princípio do Espaço* – relaciona-se com os movimentos dos jogadores fora do centro de jogo para aumentar e aproveitar a área de jogo efetiva. Configura-se a partir da busca incessante dos jogadores, sem a posse da bola, por posicionamentos mais distantes do portador da bola, criando dificuldades defensivas à equipa adversária (Costa et al., 2009). É procurado o aumento de amplitude, em largura e profundidade.

### **2.2.3 Modelo de Jogo**

Além dos princípios de jogo que orientam as ações dos jogadores, numa perspectiva global, cada equipa obedece a um conjunto de princípios próprios, oriundos da conceção do treinador, que estabelecem os comportamentos desejados nos diversos momentos de jogo, emergindo o conceito do modelo de jogo. O modelo de jogo é aquele que existe em termos estruturais e funcionais, e que permite a uma equipa revelar determinadas regularidades que a identificam, resultado da concretização de uma certa operacionalização que faz com os jogadores sejam condicionados estruturalmente (Tamarit, 2013). Em conformidade Vitória (2014) designa o modelo de jogo como “*o meu jogar*”, isto é, a forma como o treinador quer que a sua equipa esteja em campo, possuindo uma identidade e personalidade muito próprias, o que se consegue realizando um trabalho muito profundo, esmiuçado, dos princípios, cabendo ao treinador defini-los para que depois, independentemente do sistema tático escolhido, os jogadores já tenham interiorizadas essas regras. Segundo Casarin et al. (2011) a finalidade do modelo de jogo é dar um sentido ao desenvolvimento do processo perante um conjunto de regularidades que se pretende observar, isto é, delinear o caminho e os passos a serem dados. Os mesmos autores afirmam ainda que ele busca desenvolver um processo coerente e específico de treino, com preocupação na criação de uma determinada forma de jogar, orientada por padrões comportamentais (princípios de jogo) nos quatro momentos: organização defensiva e ofensiva; transição defensiva e ofensiva. Neste sentido, o modelo de jogo constitui um importante utensílio, ao funcionar como uma referência para a concretização dos objetivos e para a elaboração e avaliação das situações de ensino e treino do jogo, permitindo não só articular e organizar o conhecimento, mas, também, verificar e corrigir a ação (Garganta, 1997). O mesmo autor esclarece ainda que, apesar da alta imprevisibilidade do futebol e da impossibilidade de standardizar as sequências de ações, visto que não há duas situações exatamente iguais e as possibilidades de combinações são inúmeras, o que torna impossível recriá-las em treino, se não houvesse algo que servisse de ligação entre o jogo e possibilidades previsíveis, nos quais se focam os modelos, a preparação das equipas e jogadores tornar-se-ia obsoleta. O modelo de jogo não pode ser rígido mas sim variável e condizente a uma zona de desenvolvimento proximal dos atletas, já que o cumprimento dos princípios de jogo poderá variar durante os anos de formação, devendo ser entendido como um sistema dinâmico que apresenta constante variabilidade para desenvolver a criatividade dentro do mesmo, e, permitir aos potenciais talentos evoluírem para níveis de complexidade mais elevados, sem perda de identidade (Oliveira, 2004 cit. por Casarin et al., 2011). Nessa mesma lógica, o modelo de

jogo está permanentemente aberto a novos acrescentos, num processo de evolução e construção contínua, daí que nunca possa ser considerado um modelo final (Oliveira, 2003 cit. por Ribeiro, 2008). Em concordância com a construção permanente do modelo Carvalhal (2014) refere ainda a articulação e relação dos princípios que o constituem, necessitando o treinador de hierarquizar os princípios pretendidos, de modo a que consiga modelar os comportamentos dos atletas. Para Gomes (2008, cit. por Casarin et al., 2011), não existe um modelo de jogo único (universal), pois cada clube possui uma cultura de jogo e cada treinador as suas conceções e adaptações a essa cultura, estes fatores determinam os objetivos comportamentais (princípios de jogo), particulares de cada equipa. Antes de desenhar o modelo de jogo para uma equipa, o treinador deve analisar cuidadosamente o contexto em que se insere, atentando a aspetos relativos o clube, como as relações interpessoais, adeptos, meio social, político, local, regional, nacional, costumes, crenças, história e os jogadores (Carvalhal, 2014). Nessa lógica, Castelo (1996) enumera os fatores que condicionam a elaboração do modelo de jogo: cultura do clube; subsistema estrutural; sistema de jogo; funções dos jogadores nesse sistema; sistema metodológico; questão relacional que são os princípios de jogo ofensivos e defensivos; subsistema técnico-tático do plano ofensivo, defensivo, individual e coletivo; e com o subsistema tático-energético. O estudo de Sarmento et al. (2013) constatou que os treinadores consideram mais importantes fatores culturais comparativamente aos fatores estratégico-táticos, sendo apontado pelos treinadores como a principal fonte para a existência de diferenças que caracterizam ligas de futebol profissionais. Estes fatores incluem política, economia, adeptos, cultura dos líderes desportivos e aspetos históricos de diferentes países.

## **2.3 Potenciar Jogadores para o Futuro**

### **2.3.1 Entender o Talento Desportivo**

Definir o conceito de talento não é uma tarefa fácil, não existindo, atualmente, uma definição consensual (Schorer et al., 2017 cit. por Sarmento et al., 2018). Segundo Garganta (2009) no desporto existe uma ideia inatista do talento, comprovada pela “deteção de talentos” em que se visa “descobrir” os indivíduos que manifestam atributos bimotores acima da média. Salmela (1997 cit. por Garganta, 2009) alertava para a alteração do conceito de talento, com a noção clássica do talento inato, a vir sendo substituída por uma relacionada com as aquisições derivadas da prática sustentada, com o objetivo de melhorar o desempenho desportivo. Mas a verdade é que no futebol ainda

perdura muito a ideia de que os jogadores já nascem com um dom ou talento natural, que lhes assegura as condições essenciais para alcançarem níveis elevados de desempenho (Garganta, 2018). Na literatura sobre este tópico, é constante a presença dicotomia de “*nature versus nurture*” (Johnston et al., 2017), isto é, se as condições facilitadoras de bons desempenhos desportivos são naturais, frutos da herança genética, ou se, por outro lado, são criados, provindo do ambiente que rodeia o indivíduo. Prova disso é, usualmente, nas discussões sobre qual o melhor futebolista do mundo, ouvir-se o devaneio de que o Lionel Messi é talento natural e o Cristiano Ronaldo é produto de trabalho árduo. Embora os fatores genéticos possam ter um papel relevante, as habilidades são altamente treináveis e modificáveis através do treino (Williams & Hodges, 2005), com a crença de que os seres humanos já nascem predestinados para uma dada a e que o “*talento natural*” determinará o seu sucesso ou fracasso, a ser perigosa, podendo causar o menosprezo do processo de treino (Garganta, 2018), uma vez que encarar as habilidades como inatas poderá influenciar significativamente o comportamento do treinador e do próprio atleta (Baker & Wattie, 2018). O “talento inato” parece desempenhar um papel secundário, havendo evidências de que a obtenção de elevados níveis de desempenho se encontram mais relacionados com ambientes estimulantes de aprendizagem, tempo efetivo de prática de qualidade e elevados níveis de motivação e empenhamento (Ericson, 2017 cit. por Garganta, 2018). Numa perspetiva ecológica, os indivíduos estão envolvidos em transações dinâmicas contínuas com o meio envolvente, não sendo possível limitar o talento a uma possessão do indivíduo, nem uma propriedade fixa, mas antes um relacionamento dinâmico e variável capturado pelos constrangimentos e recursos do atleta (Araújo & Davids, 2011). Portanto, fatores como a quantidade e qualidade da prática, influência de terceiros, *coaching*, infraestruturas, entre outros, exercem uma influência declarada ou implícita, mas independente da forma, ambos têm um impacto não linear no desenvolvimento de *expertise* (Araújo et al., 2010), por isso os desempenhos desportivos de excelência não podem ser resumidos a traços hereditários, sendo imprescindível a consideração das condições ambientais, nas quais a harmonização entre o tempo e qualidade de prática e competição, são preponderantes (Garganta, 2009).

Recentemente tem aumentado o interesse pelo estudo do potencial do património genético para as abordagens de identificação de talento, sobressaindo o gene ACTN3 como o mais estudado e associado a melhorias no desempenho desportivo (Sarmiento et al., 2020). A recente investigação de Moya (2020) averiguou as possíveis associações entre dois polimorfismos genéticos e o desempenho em jogadores de futebol, constatando a maior influência dos alelos ACE-D e ACTN-R e maior presença de genótipos ACE-ID E

ACTN-RR, com os indivíduos detentores destas combinações a terem desempenhos superiores em testes de velocidade e força. Os autores apontam para o impacto da relação entre estes polimorfismos genéticos e o desempenho em futebolistas, podendo os componentes genéticos serem como ferramenta ao serviço da identificação e detenção de talento no futebol juvenil. Contudo, esta área de investigação ainda está numa fase inicial, sendo necessário desenvolver o conhecimento sobre genótipos e mecanismos que sustentam as diversas facetas do desempenho físico, verificando-se ainda uma escassez de dados que façam referência à execução das habilidades técnicas e se as habilidades motoras podem ser ligadas aos perfis genéticos dos jogadores de futebol (H. Sarmento et al., 2020).

Procurando uma definição que traduza a complexidade do talento desportivo, Volossovitch (2019) alega que pode ser caracterizado como uma manifestação favorável de características e capacidades, como resultado da interação de fatores inatos e ambientais, embora o grau de influência destes sob o desempenho desportivo possa variar significativamente, sendo por isso indispensável, além dos fatores genéticos, a consideração dos outros fatores (pedagógicos, psicológicos, sociológicos e contextuais) que favorecem o desenvolvimento do potencial do atleta.

### **2.3.2 Identificação do Talento Desportivo**

A aprovação da “*Lei de Bosman*” pelo Tribunal Europeu de Justiça em 1995 viria a revolucionar o mercado de transferências no futebol, banindo as restrições impostas aos futebolistas estrangeiros nas ligas nacionais da União Europeia e concedendo-lhes o direito de vincularem-se a outro clube, após o final do seu contrato, sem que um valor de transferência tivesse de ser pago. Esta medida viria a aumentar o fluxo de jogadores e inflacionar os valores dos ordenados e taxas de transferências de futebolistas (Williams & Reilly, 2000). Sobretudo na última década os clubes mais poderosos têm desembolsado valores avultados para contratar futebolistas para as suas equipas, com jovens acabados de ingressar no futebol profissional a serem avaliados em milhões de euros. Nestas circunstâncias, a capacidade de identificar e desenvolver jogadores talentosos numa idade precoce poderá assegurar o sucesso desportivo e/ou financeiro de um clube, ou mesmo a sua sobrevivência (Sarmento et al., 2018). No futebol português, pelo menor poderio financeiro relativamente aos maiores clubes europeus, esta prática tem sido enfatizada ao longo dos anos, conseguindo de forma regular exportar inúmeros jogadores para clubes estrangeiros por valores elevados. É com esse objetivo que os clubes investem muito

dinheiro na tentativa de identificar e desenvolver potenciais jogadores de elite, uma vez que a identificação deste potencial numa fase inicial permitirá que os jovens recebam treino especializado adequado ao seu desenvolvimento (Williams & Reilly, 2000), para que no futuro integrem e contribuam para uma equipa sénior mais forte (Johnson et al., 2017). O recrutamento de jovens para os clubes tornou-se assim uma prática recorrente entre clubes por todo o mundo (Carling et al., 2012), estando vastamente difundida no futebol profissional, com os clubes a possuírem as suas academias nas quais os jogadores recrutados são expostos a um nível de treino de elite, sendo que para além do grande número de jovens jogadores recrutados, os clubes empregam milhares de treinadores (qualificados e com experiência) e outros profissionais de apoio de variadas áreas, em instalações muitas vezes grandes e caras (Ford et al., 2020; Hill et al., 2020), tudo isto com o intuito de criar o ambiente apropriado para o desenvolvimento de jogadores de elite (Stratton et al., 2004). Os clubes reconhecem por isso a necessidade de fornecer um treino mais eficaz, com programas de desenvolvimento sofisticados (Stratton et al., 2004), no entanto apenas um número limitado de atletas poderá beneficiar de tais condições, daí a importância de os clubes conseguirem selecionar os jovens mais “talentosos” para integrarem os seus programas (Johnson et al., 2017).

Neste sentido a identificação de talento refere-se ao processo de reconhecimento de jogadores atuais com o potencial de se tornarem jogadores de elite (Garganta, 2018; Stratton et al., 2004; Williams & Reilly, 2000). Esta etapa acaba por ser um pré-requisito do processo de desenvolvimento, pretendendo-se facultar um ambiente adequado para que o talento possa ser realizado (Stratton et al., 2004; Williams & Reilly, 2000). Paralelamente, a deteção de talento remete para a descoberta de potenciais jogadores que no momento não estão envolvidos na modalidade, algo que, fruto da popularidade do futebol, não constitui um problema quando comparado à realidade de outras modalidades, havendo sempre muitas crianças interessadas em praticá-lo (Williams & Reilly, 2000). Outro processo associado é a seleção de talento, esta envolve o processo contínuo de identificação dos praticantes atuais da modalidade que correspondem aos pré-requisitos para estarem incluídos num determinado contexto, em diferentes fases, sendo escolhidos aqueles que deverão permanecer na equipa ou clube (Williams & Reilly, 2000). O processo de identificação de talento é determinante para o que poderá vir a ser o sucesso ou insucesso do praticante a longo prazo, os que são classificados como “talentosos” serão sujeitos a um processo de treino sistemático e participarão em competições de um nível superior, dispondo assim de melhores oportunidades para apurarem as suas qualidades e capacidades (Garganta, 2009). No entanto, se definir talento já é, por si só, muito difícil,

proceder à sua identificação é também muito complexo, sendo as práticas comuns altamente limitadas, daí a pertinência em atentar aos problemas dos processos de identificação de talento.

### **2.3.3 Problemas Inerentes à Identificação de Talento**

Tradicionalmente as tentativas de identificação de talento com vista à obtenção de elevados níveis de desempenho aquando da competição adulta, são feitas através da avaliação do nível de desempenho atual do praticante, olhando a variáveis físicas, fisiológicas, antropométricas, psicológicas, técnicas ou de desempenho, de forma individual ou combinada (Stratton et al., 2004; Vaeyens et al., 2008). Isto leva a que os treinadores ou olheiros responsáveis pelo recrutamento dos jovens inferiram o potencial dos atletas a partir do seu nível de desempenho atual (Baker & Wattie, 2018), decidindo quem tem talento ou potencial para ser desenvolvido, numa tentativa de prever o que serão os seus resultados desportivos no futuro e acreditando que os melhores atletas aquando da seleção serão igualmente os melhores no futuro, o que para Garganta (2018, 2009) manifesta a desconsideração do desenvolvimento dos praticantes, por partes destes programas. Um grande problema dos sistemas de identificação precoce é que os atletas são selecionados em função das observações de medidas de desempenho precoces, não considerando as alterações que podem surgir durante as etapas de desenvolvimento posteriores (Ribeiro et al., 2021). Esta assunção de que os indicadores precoces são preditores válidos de potencial para o futuro, parece indicar que o talento é uma capacidade fixa que pode ser identificada cedo e não se altera ao longo do tempo (Baker & Wattie, 2018), o que é errado, um jovem que possua as características exigidas numa idade precoce não irá necessariamente mantê-las ao longo do seu processo de maturação (Vaeyens et al., 2008), daí ser insuficiente limitar a identificação de talento à comparação dos atletas bem-sucedidos numa determinada idade com os seus pares que apresentam níveis de desempenho inferiores (Volossovitch, 2019). Para Vaeyens et al. (2008) é claro que as características inatas ou de pré-adolescência não se traduzem automaticamente em índices de desempenho elevados na idade adulta, havendo impacto de fatores como os efeitos da maturação e o treino no processo de desenvolvimento do indivíduo, até porque, de acordo com os mesmos autores, algumas das qualidades que caracterizam desempenhos atléticos de elite podem revelar-se apenas no final da adolescência, confundindo a seleção precoce de praticantes (Williams & Reilly, 2000). Um exemplo recente no futebol australiano (modalidade distinta do futebol aludido neste documento),

onde a identificação de jogadores talentosos obedece a um processo criterioso de avaliações fisiológicas, técnicas e antropométricas, constatou a falta de relação entre as variáveis utilizadas nas práticas de seleção de talento e os desempenhos futuros dos atletas (Sullivan et al., 2020). Os valores de desempenho atual devem ser encarados como “*tendências*”, estimativas que podem, ou não, estar alinhadas com o potencial alcançado (Ribeiro et al., 2021).

Os métodos parecem assim associados a uma grande subjetividade, dependendo imensamente da capacidade de quem observa (Stratton et al., 2004), ainda que, de acordo com Williams e Reilly (2000) esta capacidade dos treinadores e olheiros não deva ser subestimada, mas o aproveitamento das contribuições das ciências do desporto irá conferir maior objetividade ao processo avaliativo, quanto mais não seja ao confirmar a intuição inicial do observador relativamente aos pontos fortes e fracos com atleta. Para Garganta (2018, 2009) o grande problema é que a apreciação feita pelos observadores que procuram identificar os atletas “*talentosos*” está contaminada por efeitos perversos, relacionados com a idade biológica e precocidade física dos jogadores, podendo levar a que quanto mais velho seja o jovem relativamente aos pares, maior a probabilidade de ser considerado dotado. As grandes diferenças no *timing* de maturação de diferentes indivíduos, provam que a idade cronológica não deve ser tida como um indicador preciso do potencial físico, podendo levar à classificação errada de crianças em relação ao seu estado maturacional, com consequências tremendas para a participação desportiva e identificação de talento (Vaeyens et al., 2008). A organização dos escalões desportivos através do uso de grupo etários anuais, promove o *Relative Age Effect* (RAE), em que os atletas nascidos cedo dentro do ano de seleção, têm maior probabilidade de ser selecionados para equipas desportivas e conseqüentemente atingir níveis de elite, comparativamente aos seus pares mais novos, nascidos mais tarde nesse mesmo ano (Baker & Wattie, 2018). A comparação das datas de nascimentos dos atletas de vários desportos, traduzem esta distribuição enviesada a favor de indivíduos nascidos cedo no seu ano de seleção, beneficiando das políticas de seleção e de melhores oportunidades de prática (Vaeyens et al., 2008). Numa modalidade com uma forte componente física como o futebol, jovens com um estado maturacional avançado são mais propensos a terem sucesso na prática e, portanto, sendo percebidos como mais talentosos pelos treinadores e observadores (Malina, 2003 cit. por Cumming et al., 2017), havendo imensas evidências do favorecimento de jovens futebolistas com uma idade biológica mais avançada, nos processos de identificação e seleção de talento (Williams & Reilly, 2000). A potência aeróbica, força muscular, resistência muscular, execução de habilidades motoras e inteligência geral são impactadas

pelo nível de maturação (Vaeyens et al., 2008). De uma forma geral, jovens futebolistas apresentam valores acima da média para altura e massa corporal e tendem a ser avançados no estado maturacional (Malina, 2003 cit. por Carling et al., 2012), com a natureza competitiva e seletiva da modalidade a encorajar os jogadores com maturação precoce a fazerem recurso das suas maiores forças (como o tamanho, força ou velocidade) para obter vantagem, em detrimento do desenvolvimento técnico e tático (Malina et al., 2015). Os jogadores com uma maturação precoce são assim mais suscetíveis de serem recrutados para estas academias, retratando maior acesso a treino especializado, recursos e investimento no seu desenvolvimento, tal como níveis mais elevados de competição (Cumming et al., 2017). Embora no desporto adulto as diferenças físicas associadas à idade precoce já não seja significativa para o nível do desempenho dos praticantes, a verdade é que a vantagem inicial acaba por se manter presente, uma vez que aqueles que tiverem a sorte de ter essa vantagem inicial possuem maiores chances de chegar à elite, enquanto os outros que poderiam até ter o nível de habilidade suficiente, acabaram excluídos prematuramente da possibilidade de receberem treino, devido ao seu menor desenvolvimento físico (Johnson et al., 2017).

Conforme Vaeyens et al. (2008) a excelência desportiva não é restrita a um grupo de habilidades ou atributos físicos, podendo ser alcançada por caminhos únicos e individuais, diferentes combinações de habilidades, atributos e características, ocorrendo o “fenómeno da compensação” em que as áreas deficitárias do desempenho poderão ser compensadas pela maior força noutras. Nesta perspetiva, as crianças com maturação tardia poderão compensar eventuais desvantagens no tamanho e força, concentrando o trabalho nas suas capacidades técnicas, é importante que o processo de identificação de talento não seja demasiadamente virado para os jovens com uma maturação precoce, sob pena de potenciais talentos abandonarem a prática desportiva cedo demais (Williams & Reilly, 2000). Segundo Garganta (2009), se os jovens tiverem talento acabarão por se destacar mediante de exposição à prática, residindo o problema no facto de os jovens não selecionados ou não identificados como “*talentosos*”, ficarem reféns de níveis de desempenho inferiores por não receberem estímulos de exigência elevada. O número reduzido de atletas com um estado maturacional tardio selecionados para as academias de futebol deve servir de alerta para a necessidade de avaliar mais do que as necessidades imediatas, pois estes jovens acabarão por atingir a maturidade, necessitando por isso de espaço para se desenvolverem (Carling et al., 2012), no entanto isto demanda algum esforço dos responsáveis pelas decisões, sendo importante que conheçam e entendam o impacto da maturação nos níveis de desempenho imediatos, não discriminando jovens

jogadores de maturação tardia (Sarmiento et al., 2018). O uso da imaturidade ou indicadores inapropriados numa conceção estática para a predição de talento a longo prazo é errada, pela natureza dinâmica do desempenho desportivo, com grandes diferenças interindividuais no crescimento, desenvolvimento e treino a causarem o desenvolvimento não linear das determinantes responsáveis pelo desempenho (Vaeyens et al., 2008), deve-se por isso, procurar esbater as diferenças etárias e maturacionais dos praticantes, com vista a uma tomada de decisão mais eficaz acerca na procura do talento, os clubes deverão fazer coincidir o tempo dedicado à identificação de talentos ao tempo de desenvolvimento e à atualização periódica do nível de desempenho consequente do treino e competição, prolongando-o ao longo do tempo (Garganta, 2018). O processo inicial de identificação de jovens promessas do futebol é multifacetado e complexo, com diversas características a serem usualmente utilizadas enquanto preditores de desempenho (Carling et al., 2012), mas são diversos os autores alertam para que, fruto da complexidade do talento e os problemas metodológicos associados, as práticas de identificação de talento exijam a adoção de abordagens multidisciplinares (Johnston et al., 2017; Williams & Reilly, 2000).

Os modelos de identificação de talento deverão adotar uma visão longitudinal, onde além de variáveis antropométricas, maturacionais, físicas, fisiológicas e psicológicas, devem constar os indicadores de desempenho técnico-táticos (Volossovitch, 2019). O uso de modelos longitudinais, apesar de consumirem mais tempo aos clubes, muitas vezes requerendo grandes amostras para mitigar as tendências de abandono desportivo e o risco de que atletas identificados como “*talentosos*” numa idade precoce possam não o continuar a ser no futuro, são vantajosos, ajudando a determinar os fatores que influenciam o desenvolvimento de habilidades (Baker & Wattie, 2018; Johnston et al., 2017). Ribeiro et al. (2021) afirmam que, se se vai persistir na identificação de talento em vez do desenvolvimento, há que desenvolver formas de identificar o atletismo geral em crianças e jovens (através da avaliação de literacia física), uma vez identificadas tendências para disposição de alcançar a expertise, os atletas podem ser introduzidos à especialização (bidirecional entre generalidade e especificidade). A interação complexa entre fatores táticos, técnicos, antropométricos, maturacionais, fisiológicos e psicológicos, de acordo com cada idade, assim como o estado maturacional e posição específica de jogo, devem ser tidos em conta pelos envolvidos no processo identificação e desenvolvimento de talento, carecendo de programas dinâmicos, onde há margem para alterações nos parâmetros a longo prazo (Sarmiento et al., 2018). O recente trabalho de Ford et al. (2020) inquiriu diversos clubes profissionais de futebol acerca das práticas atuais nas suas

academias de futebol jovem, permitiu constatar que, pela primeira vez, abordagens multidisciplinares à identificação e desenvolvimento de talento, como proposto por Williams e Reilly (2000), tornaram-se amplamente utilizadas, sobretudo junto dos jogadores adolescentes, apontando como explicação o elevado número de cientistas do desporto que hoje trabalham nos clubes. Baker e Wattie, 2018 referem ainda uma outra dificuldade relativa à dificuldade de antecipar a evolução da modalidade, para a determinação do padrão de habilidades necessário é comum olhar-se aos experts atuais, abordagem que permite compreender os desempenhos de elite nesse momento mas que poderão ser muito diferentes uns anos mais tarde, procurando-se por isso antever quais as habilidades e capacidades que aproximarão os jovens do sucesso quando chegarem à competição adulta, esta tarefa é extremamente difícil uma vez que as modalidades desportivas não seguem uma trajetória previsível. As implicações éticas desta discriminação também não devem ser menosprezadas, pelas consequências psicológicas e comportamentais que poderão provir de apelidar uma criança de “talentosa” ou “não talentosa” (Baker & Wattie, 2018), menosprezando o desenvolvimento geral e o bem-estar da criança que deveria ser a prioridade, a busca da excelência desportiva não deve ocorrer às custas da saúde física e emocional das crianças (Williams & Reilly, 2000).

## **2.4 Processo Formativo do Jovem Atleta**

### **2.4.1 Bases Metodológicas do Processo de Formação**

A influência decisiva que exerce na formação dos praticantes e na preparação para lidarem com a competição desportiva, confere ao processo de ensino e treino do futebol um papel muito relevante, tornando-se incontornável a racionalização de processos conducentes à eficácia da respetiva preparação e orientação (Garganta et al., 2013). Já na década de oitenta Ferreira e Queiroz (1983) refletiam acerca desta temática, defendendo que o processo de preparação de um jovem jogador não deve dirigir-se para um estado de especialização prematura, mas antes procurando uma preparação planeada e sistematizada racionalmente, em harmonia com o processo de desenvolvimento da criança, devendo os jovens, antes de atingir as ações coletivas completas e um sistema de jogo bem definido, conhecer os princípios básicos do jogo. Nesta ótica, os mesmos autores propuseram os princípios orientadores para um modelo didático de ensino do jogo:

1. Introduzir o jovem no jogo, confrontando-o com a complexidade de questões que a sua natureza sugere;

2. Organizar o treino e estruturar os exercícios a utilizar em harmonia com a complexidade do jogo, adaptando-os ao nível de aptidão do praticante;
3. Definir uma sequência pedagógica pela formulação de tarefas e objetivos a realizar em treino; a função central é o desenvolvimento dos comportamentos fundamentais para a resolução dos objetivos do jogo; a seleção e aplicação sistemática das ações técnico-táticas, no cumprimento de tarefas definidas, são apropriados metodicamente em função do objetivo traçado, ou seja, as ações de jogo são abordadas nas suas formas de aplicação;
4. O desenvolvimento indiscriminado dos comportamentos dedutivos e indutivos num jogo livre é limitado, mas altamente estimulado, quer pelas formas de organização fundamentais de cada situação, quer pelas tarefas e objetivos definidos;
5. As situações de aprendizagem devem ser estruturadas do simples para o complexo;
6. Só a seleção e apresentação de situações de crescente complexidade e desenvolvidas pelos praticantes, com uma certa liberdade, permitem estimular o atleta numa perspetiva das apropriações fundamentais, para que desenvolva a eficácia técnico-tática, a inteligência conceptual e a criatividade;
7. Independentemente da forma e estrutura organizadora da atividade, a finalização é, no domínio dos objetivos definidos, a meta fundamental a atingir; é a finalização, enquanto objetivo fundamental dos exercícios, que cria um forte efeito motivador na criança, permitindo também desenvolver e educar metódica e sistematicamente um comportamento constante, objetivo e perigoso perante a baliza adversária.
8. Na estruturação e organização dos exercícios, a complexidade das ações técnico-táticas podem ser objetivadas em função de: aumento do número de jogadores; aumento da velocidade, através de situações de treino em espaços reduzidos; aumento sucessivo da definição de tarefas e atribuição de funções.

A construção das situações de ensino e treino do futebol, deve partir duma hierarquização dos requisitos para jogar, levando em consideração aquilo que o praticante já sabe é capaz de fazer e, por outro lado, as aquisições consideradas fundamentais, devendo a adaptabilidade ser solicitada e estimulada em situações condizentes com o nível de desenvolvimento do praticante (Garganta, 2002). Nesta ideia do ensino estruturado, Ferreira e Queiroz (1983) apresentaram uma estruturação que tem em conta o desenvolvimento da criança, estruturando o processo em etapas que harmonizem níveis de complexidade do jogo com os níveis de aptidão do praticante.

**Tabela 4**

*Proposta de estruturação das etapas de formação e conteúdos programáticos no ensino do futebol (adaptado de Matos, 2017)*

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS			
ETAPA DE FORMAÇÃO	A) Finalização/Impedir a Finalização	B) Criação de Situações de finalização/Anular as Situações de Finalização	C) Construção das Ações Ofensivas/Impedir a Construção das Ações Ofensivas
Iniciação (8-12 anos)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ações Individuais                             <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Recepção, controlo e domínio de bola</li> <li>1.2. Passe</li> <li>1.3. Condução</li> <li>1.4. Remate</li> </ol> </li> <li>2. Ações Coletivas Elementares                             <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Combinações (princípios elementares)</li> <li>2.2. Controlar, passar e mover</li> </ol> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ações Individuais                             <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Drible, finta e simulação</li> <li>1.2. Princípios do ataque</li> <li>1.3. Desarme e interceção</li> <li>1.4. Princípios da defesa</li> </ol>                             *Mais as ações anteriores                         </li> <li>2. Ações Coletivas Elementares                             <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1 Desmarcações</li> <li>2.2 Combinações a 2 e 3</li> </ol> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ações Individuais                             *Todas as anteriores                         </li> <li>2. Ações Coletivas Elementares                             *Todas as anteriores                         </li> <li>3. Ações Coletivas Complexas                             <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1 Racionalização do espaço de jogo e das tarefas e funções                                     <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1.1 Corredores</li> <li>3.1.2 Setores</li> </ol> </li> <li>3.2 Princípios do ataque e defesa</li> </ol> </li> </ol>
Pré-especialização (13-14 anos)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ações Individuais                             *Todas as anteriores                         </li> <li>2. Ações Coletivas Elementares                             <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Combinações (associação de várias técnicas)</li> </ol> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ações Individuais                             <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Marcação (princípios)</li> </ol>                             *Mais todas as anteriores                         </li> <li>2. Ações Coletivas Elementares                             <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Desmarcações                                     <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1.1. Formas</li> <li>2.1.2. Tipos</li> </ol> </li> <li>2.2. Combinações                                     <ol style="list-style-type: none"> <li>2.2.1. Formas</li> <li>2.2.2 Tipos</li> </ol> </li> </ol> </li> <li>3. Marcação                             *Mais todas as anteriores                         </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ações Individuais                             *Todas as anteriores                         </li> <li>2. Ações Coletivas Elementares                             *Todas as anteriores                         </li> <li>3. Ações Coletivas Complexas                             <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1. Princípios do Ataque e da Defesa                                     <ol style="list-style-type: none"> <li>3.2. Sistema Tático</li> <li>3.3. Métodos de Jogo   <ol style="list-style-type: none"> <li>3.3.1. Ofensivo</li> <li>3.3.2. Defensivo</li> </ol> </li> </ol> </li> </ol>                             *Mais todas as anteriores                         </li> </ol>
Especialização (15-16 anos)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ações Individuais                             *Todas as anteriores                         </li> <li>2. Ações Coletivas Elementares                             <ol style="list-style-type: none"> <li>2.1. Combinações</li> </ol> </li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ações Individuais                             <ol style="list-style-type: none"> <li>1.1. Marcação</li> </ol>                             *Mais todas as anteriores                         </li> <li>2. Ações Coletivas Elementares                             *Todas as anteriores                         </li> <li>3. Ações Coletivas Complexas                             <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1. Coordenação das ações Coletivas elementares de natureza ofensiva e defensiva</li> </ol> </li> </ol> <p style="text-align: center;">↓</p> <p style="text-align: center;">Especialização Progressiva das Tarefas e Funções</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ações Individuais                             *Todas as anteriores                         </li> <li>2. Ações Coletivas Elementares                             *Todas as anteriores                         </li> <li>3. Ações Coletivas Complexas                             <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1. Método de Jogo                                     <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1.1. Ofensivo   <ol style="list-style-type: none"> <li>3.1.1.1. Ataque Organizado</li> <li>3.1.1.2. Contra-Ataque</li> </ol> </li> <li>3.2.1. Defensivo   <ol style="list-style-type: none"> <li>3.2.1.1. Zona</li> <li>3.2.1.2. Individual</li> <li>3.2.1.3. Misto</li> </ol> </li> </ol> </li> </ol>                             *Mais todas as anteriores                         </li> </ol>
Aperfeiçoamento - 1ª Fase (17-18 anos)	<p>Aumento de velocidade de execução das ações individuais e coletivas nas situações reais de jogo - resposta técnico-tática a novos perfis de jogo.</p> <p><b>CONSIDERANDO:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. A formação continua, regular e sistematizada, segundo uma ordem programática racional e de complexidade crescente;</li> <li>2. A formação terminada no plano cognitivo e motor;</li> <li>3. A melhoria da componente técnica observa-se pelo aumento da velocidade ou eficácia das ações técnico-táticas ou de ambas;</li> <li>4. O crescimento e o desenvolvimento não se encontram ainda finalizados.</li> </ol> <p><b>OBJETIVO:</b> Obtenção de rendimentos altos a médio prazo.</p> <p><b>PRINCÍPIO:</b> Toda a metodologia do treino procura a obtenção progressiva de melhores e maiores rendimentos das ações técnico-táticas individuais e coletivas apropriadas, servindo a competição e a equipa ainda como meio.</p> <p><b>CONTEÚDOS:</b> Todos os das etapas anteriores.</p>		
Aperfeiçoamento - 2ª Fase (+18 anos)	<p><b>CONSIDERANDO:</b> No decorrer desta etapa o indivíduo concluirá o seu processo de crescimento e desenvolvimento, aprestando-se para a obtenção de rendimentos máximos que se pretende manter durante o maior número de anos possíveis.</p> <p><b>OBJETIVO:</b> Obtenção de rendimentos máximos imediatos (curto prazo).</p> <p><b>PRINCÍPIO:</b> Toda a metodologia do treino procura a obtenção da maior eficácia das ações técnico-táticas individuais e coletivas apropriadas, constituindo a competição e a equipa fins em si mesmo.</p> <p><b>CONTEÚDOS:</b> Todos os das etapas anteriores.</p>		

A Tabela 4 ajuda a elucidar para a necessidade de encarar o processo formativo no futebol enquanto algo contínuo e progressivo, com a seleção de conteúdos programáticos e objetivos ajustados ao nível de desenvolvimento dos praticantes. Além de conceder aos jovens a oportunidade de desenvolver as habilidades requeridas pelo próprio jogo, deverá ter em consideração uma abordagem holística, preocupando-se também com o desenvolvimento das habilidades pessoais e sociais dos jovens futebolistas.

#### **2.4.2 Desenvolvimento a Longo Prazo**

A formação desportiva deve ser perspectivada a longo prazo, considerando os processos de desenvolvimento e as características e particularidades etárias dos jovens, neste sentido os programas de treino devem ser pensados em articulação com o grau de desenvolvimento do jovem (como descrito no ponto anterior), com o foco a incidir sob o indivíduo e, a aquisição técnica, tática, física e mental, a serem as prioridades no planeamento do programa de treino. Primeiramente, pelo facto de imensas vezes serem referidos em conjunto, importa distinguir os conceitos de desenvolvimento, crescimento e maturação, os três estão de facto presentes ao longo das primeiras duas décadas de vida pós-natal dos jovens, ocorrendo em simultâneo e interagindo entre si, mas correspondem cada um a processos distintos (Malina, 2014). O mesmo autor, define, de forma sucinta, cada um dos três conceitos da seguinte forma:

Crescimento – refere-se ao aumento em tamanho do corpo, como um todo e por partes. À medida que a criança cresce, a altura e massa corporal aumenta. Ocorre como resultado da combinação da hiperplasia (aumento do número de células), hipertrofia (aumento da dimensão das células) ou da acreção (aumento das substâncias intercelulares) (Reilly et al., 2004).

Maturação – remete para o progresso em direção ao estado maduro ou maturidade biológica. É um processo que ocorre em todos os órgãos e sistemas corporais, mas varia de acordo com o sistema biológico considerado.

Desenvolvimento – alude à aquisição e refinamento de comportamentos esperados e, em muitos casos, definidos pela sociedade. Refere-se, por isso, a alterações no domínio comportamental.

Em suma, enquanto o crescimento e a maturação são processos biológicos, o desenvolvimento é, em grande parte, um processo comportamental, muitas vezes próprio de um determinado contexto cultural, verificando-se uma grande interação entre os três processos. Todos estes processos podem ser influenciados pela atividade física e, ao mesmo tempo, podem influenciar a atividade física, desempenho e *fitness* (Malina, 2014). Durante a infância habilidades motoras como chutar, atirar, apanhar, saltar, correr, rebolar, equilibrar e muitas outras, são desenvolvidas e refinadas em preparação para a entrada numa modalidade desportiva, como é o caso do futebol (Reilly et al., 2004). O objetivo é que ao longo do processo de desenvolvimento da criança, esta possa beneficiar de estímulos adequados, para tal, ao longo das últimas décadas surgiram diversos modelos de organização do processo de desenvolvimento dos jovens atletas.

O *Long-Term Athlete Development (LTAD)*, apresentado pelo Dr. Istvan Balyi há cerca de vinte anos, pretendia fazer corresponder o treino e desenvolvimento da criança, ao crescimento físico e psicológico. Este modelo considerava para a maioria dos desportos, o ênfase deveria estar no desenvolvimento geral numa fase inicial, com as habilidades específicas da modalidade a serem introduzidas após o domínio das habilidades fundamentais de movimento (Balyi, 2001). Este modelo, maioritariamente orientado para a componente fisiológica, trouxe avanços significativos no desenvolvimento do potencial atlético conciliado com o crescimento biológico, focando-se no treino para otimizar o desempenho longitudinalmente e, tendo em consideração, os períodos de desenvolvimento sensíveis, conhecidos como “*janelas de oportunidade*” (Ford et al., 2011). No entanto este modelo denota algumas limitações, sendo descrito como unidimensional e existindo alguma falta de evidência empírica que sustente a sua base (P. Ford et al., 2011).

Se o *LTAD* pode ser classificado como um modelo de desenvolvimento fisiologicamente orientado, o *Developmental Model of Sport Participation (DMSP)* de Jean Coté é, predominantemente, orientado para o fator psicológico (Bailey et al., 2010). Um dos pilares deste modelo é a diferenciação entre prática deliberada e “*jogo deliberado*”, que descreve as atividades em que as crianças participam porque são inerentemente agradáveis, mas, podem na mesma, contribuir para o desenvolvimento de expertise (Coté et al., 2009). Este modelo estabelece três fases distintas: (i) fase de amostragem (6 aos 12 anos); (ii) fase de especialização (13 aos 15 anos); e fase de investimento (16+ anos). Após a fase inicial em que a criança experiencia uma vasta amostra de modalidades e desenvolve as bases das habilidades motoras, é-lhe dada a possibilidade de optar entre

manter-se envolvida no desporto de forma recreacional, ou, envolver-se de forma mais séria (Coté et al., 2009).

Apesar de ambos os modelos terem o seu valor na promoção de uma abordagem sustentada ao desenvolvimento desportivo, uma abordagem mais altruísta e holística para cada indivíduo será muito mais benéfica para os jovens (Bailey et al., 2010). As estruturas de desenvolvimento do atleta devem ser holísticas ao abraçar a natureza multidimensional do desenvolvimento do atleta, explorando aquelas que são reconhecidas enquanto “*melhores práticas*” para cada fase de desenvolvimento, em oposição à prescrição relacionada com a idade com base em fatores físicos e maturacionais e, ao mesmo tempo, flexíveis para enfrentar a complexidade inerente e a não linearidade do desenvolvimento do atleta (Bergeron et al., 2015). Nesta perspetiva, o *Youth Physical Development Model (YPDM)* (Lloyd & Oliver, 2012) encara o treino como um processo holístico, os autores procuravam, através deste modelo, introduzir uma alternativa aos modelos já existentes, sustentado por uma fundamentação científica indubitável, e oferecendo uma abordagem compreensiva do desenvolvimento físico dos jovens, identificando o quando e o porquê dar ênfase a cada componente de *fitness*. O *YPDM* engloba o processo formativo os jovens desde a primeira infância (2 anos de idade cronológica) até à idade adulta (+21 anos de idade cronológica), havendo diferenças entre sexos (Lloyd & Oliver, 2012). É reiterado que na antes da adolescência deve-se enfatizar o treino das habilidades motoras fundamentais, com a agilidade, a velocidade, a potência e a força, a serem as qualidades físicas a trabalhar, com a sua relevância aumentar gradualmente, sendo que as adaptações provenientes do treino predominantemente neurais. A partir da adolescência o foco deve ser redirecionado para as habilidades motoras específicas, mantendo-se o trabalho das qualidades físicas anteriores, com a hipertrofia a ganhar maior importância, nesta fase as adaptações serão uma combinação de neurais e hormonais. Os autores afirmam ainda que o modelo apresenta o que seria uma criança de maturação média (nem precoce, nem atrasada), no entanto é indispensável a individualização do treino por parte do treinador, devendo para tal, ter em consideração fatores como o *timing* e taxa de maturação, assim como o historial de cada atleta. A identificação do estado inicial de preparação e a distinção do estado maturacional dos praticantes são, por isso, dois fatores essenciais para o treinador. Concluindo, o modelo apresentado (Tabela 5), é efetivamente centrado no atleta, promovendo o desenvolvimento do jovem, com vista aos benefícios a longo prazo, ao invés de resultados de desempenho a curto prazo, daí a sua relevância.

**Tabela 5**

*Youth Physical Development Model para o sexo masculino* (adaptado de Lloyd & Oliver, 2012)

IDADE CRONOLÓGICA	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21+
PERÍODO	2ª e 3ª Infância e Pré-Adolescência										Adolescência								Adulto	
TAXA CRESCIMENTO	Alta			Estável							Muito Alta				Baixa					
ESTADO MATORACIONAL	Pré - PVCA										Pico Velocidade de Crescimento em Altura (PVCA)						Pós - PVCA			
ADAPTAÇÃO DO TREINO	Predominantemente Neural (Relacionado com Idade)										Combinação de Neural e Hormonal (Relacionado com Maturidade)									
QUALIDADES FÍSICAS	<b>HMF</b>			<b>HMF</b>				HMF			Habilidades Motoras Fundamentais (HMF)									
	HME			HME				<b>HME</b>			<b>Habilidades Motoras Específicas (HME)</b>									
	Mobilidade			<b>Mobilidade</b>							Mobilidade									
	Agilidade			<b>Agilidade</b>							<b>Agilidade</b>				Agilidade					
	Velocidade			<b>Velocidade</b>							<b>Velocidade</b>				Velocidade					
	Potência			<b>Potência</b>							<b>Potência</b>				<b>Potência</b>					
	<b>Força</b>			<b>Força</b>							<b>Força</b>				<b>Força</b>					
	Hipertrofia										Hipertrofia		<b>Hipertrofia</b>						Hipertrofia	
	Resistência e CM			Resistência e CM							<b>Resistência e CM</b>				<b>Resistência e CM</b>					
ESTRUTURA DE TREINO	Destruído			Pouco Estruturado				Moderadamente Estruturado			Muito Estruturado				Extremamente Estruturado					

*Nota.* O tamanho de letra refere-se à importância; as caixas cinzento claro representam o período de adaptação pré-adolescente; as caixas cinzento escuro referem-se ao período de adaptação adolescente. CM = Condicionamento Metabólico; HME = Habilidades Motoras Específicas; PVCA = Pico de Velocidade de Crescimento em Altura; HMF = Habilidades Motoras Fundamentais.

### 2.4.3 Especialização Precoce

A abordagem de especialização precoce no desenvolvimento de talentos remete para o início da prática de uma modalidade desde cedo, investindo no treino intensivo da mesma, a “*prática deliberada*” (Coutinho et al., 2016). O foco na especialização precoce nas etapas primárias do desenvolvimento foi associado a diversas consequências negativas para os participantes, nomeadamente por poder limitar o desenvolvimento geral das habilidades motoras e, sobretudo, o risco de abandono desportivo (Baker, 2003). O famoso estudo de Ericsson sobre as “*10 000 horas de prática*” como sendo a receita para

o sucesso, sugere a existência de uma relação uniforme entre o número de horas de prática deliberada e o nível de desempenho alcançado, no entanto vários estudos apontam para a importância de outras atividades e experiências, do que exclusivamente a quantidade de prática deliberada (Coutinho et al., 2016). Encorajar as crianças a praticarem unicamente uma modalidade desportiva, desde tenra idade, pode aumentar significativamente o risco de abandono desportivo por falta de prazer em praticar e competir num desporto fixo (Strafford et al., 2018). Nestas fases precoces de desenvolvimento, um treino diversificado é uma alternativa à especialização precoce para a obtenção de níveis de desempenho elevados (Baker, 2003), devendo considerar todo o espectro de atividades e aprendizagens distintas (prática deliberada, prática lúdica, prática espontânea e jogo deliberado) para melhor compreender a contribuição dos diferentes contextos de aprendizagem, sendo a diversificação inicial baseada na noção de que as crianças “*experimentam*” uma ampla gama de práticas desportivas que envolvem altos níveis de “*jogo deliberado*” e baixos níveis de “*prática deliberada*”, tipicamente durante a infância, antes da diminuição gradual do número de atividades e do “*investimento*” numa modalidade durante a adolescência (Coutinho et al., 2016). Strafford et al. (2018) apontam o *Athletic Skills Model (ASM)* como tendo uma abordagem mais variante para obtenção de expertise, pretendendo evitar as limitações da especialização precoce, defendendo que os programas de desporto juvenil devem incluir experiências de várias atividades físicas, designados “*desportos doadores*”, que favorecem o desenvolvimento das habilidades através de prática exploratória e descoberta guiada. Estes autores apontam para a integração de atividades de *parkour* na prática, possibilitando *transfer* significativo para as modalidades desportivas coletivas. A prática destas atividades requer aos atletas o uso de habilidades cognitivas como a perceção, atenção, resolução de problemas e criatividade em função das características do envolvimento, criando um ambiente onde podem ser desenvolvidas habilidades atléticas específicas requeridas nos desportos coletivos. O *parkour* distingue-se pela quantidade limitada de treino tradicional, onde ao invés da instrução prescritiva do treinador, a aprendizagem resulta da experiência, observação e exploração, enfatizando o prazer e estimulando a criatividade na exploração do movimento, em vez de se concentrar no desenvolvimento de habilidades motoras em práticas repetitivas tradicionais baseadas em exercícios (Strafford et al., 2018), perfilando-se como um bom complemento para o treino de futebol para jovens. Do ponto de vista das dinâmicas ecológicas, as “*experiências de enriquecimento*” (variedade rica de brincadeiras, atividades físicas, jogos e desportos) são fundamentais, no início do desenvolvimento individual do atleta, podendo suportar a especialização que deverá surgir posteriormente, no momento certo para cada individuo

(J. Ribeiro et al., 2021). Assim, é evidente que a especialização precoce não é o único caminho para a *expertise*, a diversificação precoce também pode levar a um nível de desempenho de elite e beneficiar a participação desportiva continuada e desenvolvimento pessoal (Coutinho et al., 2016). Nas abordagens contemporâneas de aprendizagem motora e modelos pedagógicos, é defendida uma abordagem relacional bidirecional entre a generalidade e especificidade da aquisição de habilidades e experiências de aprendizagem ao longo da carreira de cada indivíduo (J. Ribeiro et al., 2021).

## **2.5 Observação e Análise de Jogo**

### **2.5.1 A sua relevância do Futebol**

Uma partida de futebol é sempre vista por alguém, seja apenas o treinador e jogadores suplentes, seja uma plateia presente no estádio, ou até uma vasta audiência de telespetadores que assistem ao jogo na televisão... em qualquer momento há olhos postos no jogo. Antes de mais é proveitoso diferenciar alguns termos, o Dicionário Infopédia da Língua Portuguesa define “*ver*” como “*perceber ou conhecer por meio dos olhos (...)*”, para “*observar*” estabelece “*olhar com atenção para; examinar (...)*”, já “*analisar*” é apresentado como “*estudar (algo) com atenção, examinando as suas partes constituintes (...)*”. É notória a diferença entre estes termos, sendo que, o que a grande maioria das pessoas faz, é limitar-se a ver futebol, não o observam nem analisam (Sánchez, 2018).

A análise de desempenho no desporto, numa perspetiva geral, é a investigação do desempenho atual em competição ou treino (O’Donoghue, 2009). No caso específico do futebol, Garganta (2001) refere esta temática surge na literatura sob diferentes denominações, nomeadamente: observação do jogo (*game observation*), análise do jogo (*match analysis*) e análise notacional (*notational analysis*). Com o autor a destacar a análise de jogo como a mais frequente e a mais completa. O feedback é fundamental para provocar uma melhoria na performance, logo ter a capacidade de providenciar aos jogadores feedback preciso é essencial para os treinadores, para tal terá de existir um processo rigoroso de análise (Hughes & Bartlett, 2007). Carling (2007) define análise de jogo como o registo objetivo e exame dos eventos comportamentais ocorridos durante a competição. A função principal da análise de jogo é conferir informação aos treinadores e jogadores sobre o desempenho de uma equipa e/ou jogadores, na procura de melhorar desempenho da equipa ou jogador, num contexto específico de treino ou competição (Carling et al., 2008; Lemmink & Frencken, 2013; Tenga, 2013). As informações obtidas são uma fonte de feedback preciosa, quer para treinadores quer para jogadores (Carling, 2007). Nos últimos anos esta área do futebol tem crescido imenso, com os treinadores de

elite a reconhecerem o impacto positivo que a informação objetiva tem no jogo (Carling et al., 2008). O estudo do jogo a partir da observação dos comportamentos dos jogadores e equipas tem sido importante para a organização e avaliação dos processos de ensino e treino nos jogos desportivos coletivos (Garganta, 1997). A Figura 1 ilustra o ciclo do processo de treino, com o treinador a avaliar o desempenho anterior antes do planeamento e implementação das sessões de treino que visam preparar o próximo jogo (Carling, 2007).

**Figura 1**

*The Coaching Cycle* (adaptado de Carling, 2007).



Tradicionalmente o feedback tinha origem nas observações subjetivas, realizadas pelos treinadores durante os jogos, acreditando que conseguiam relatar com precisão os pontos críticos do desempenho, sem necessitarem de auxílios de observação (Hughes & Bartlett, 2007). O que o treinador recorda do jogo é condicionado por uma série de fatores, concretamente o ambiente de visualização, limitações da memória humana, pontos de vista e preconceitos e efeitos das emoções (como o stress ou raiva) (Carling, 2007). Por exemplo, Franks e Miller (1986 cit. por Garganta, 1997) verificaram que mesmo os treinadores mais experientes e de nível internacional, retiveram apenas 30% dos acontecimentos mais relevantes para o sucesso no jogo. A análise de jogo pode ajudar a contornar uma tendência pessoal e reduzir o efeito das emoções que podem distorcer a opinião do treinador acerca do jogo (Carling et al., 2008), superando as limitações decorrentes do uso de uma observação subjetiva, e disponibilizando aos treinadores informação objetiva que favoreça a compreensão da performance (Carling, 2007; Garganta, 1997; O'Donoghue, 2009). Atualmente os treinadores dispõem de uma vasta

gama de meios e métodos, procurando retirar benefícios práticos da análise de jogo, ao nível do seu conhecimento de jogo e melhoria da prestação desportiva dos seus jogadores e equipas (Garganta, 2001). Outro dos valores práticos da análise de jogo é que indicadores bem escolhidos fazem sobressair bons e maus desempenhos, ajudando os treinadores a identificá-los e, facilitando a comparação entre jogadores ou equipas (Hughes & Bartlett, 2007). A análise de jogo tem duas dimensões: uma descritiva, em que a informação sobre desempenhos anteriores é produzida para que o treinador possa dar feedback; outra prescritiva, em que a informação sobre o desempenho futuro é criada para projeção do resultado e otimização da performance (Tenga, 2013).

### **2.5.2 Operacionalização**

O uso eficaz da análise de jogo depende da seleção de quais as informação que são importantes e de que forma podem ser usadas para melhorar o desempenho, procurando assim solucionar os problemas identificados através da prescrição de exercícios e programas de treino (Carling et al., 2008). Porém o desempenho no futebol é altamente complexo, multifacetado e difícil de definir, é mais do que a simples soma das suas partes (McLean et al., 2017), com as condições instáveis e aleatórias em que ocorrem os jogos desportivos coletivos a dificultarem ainda mais a tarefa do observador (Garganta, 2001), só sendo a análise sistemática de jogo viável se os propósitos da observação estiverem claramente definidos (Garganta, 1997, 2001). Os sistemas de análise de jogo podem ser desenhados para recolher dados sobre diversos aspetos de performance, abrangendo fatores técnicos, comportamentais, físicos e táticos (Carling, 2007). Normalmente o treinador procura detetar erros da performance e fraquezas, de maneira a poder corrigi-las, enquanto que ao analisar uma equipa adversária, o treinador procura combater as forças do opositor e explorar as suas fraquezas (Carling, 2007). O termo organização no futebol, tem inerente uma estabilidade, isto é, algo invariável no desempenho, e que será confiável para aplicações futuras, sendo por isso uma condição para a função prescritiva da análise de jogo (Tenga, 2013). Embora haja esta tendência de se rastrear as regularidades no desempenho, a análise de outras ações, mesmo que imprevisíveis e não regulares, não deve ser esquecida pelo papel que possam assumir no desenrolar dos acontecimentos do jogo (Garganta, 1997). Há inúmeros fatores que influenciam a performance no futebol, por exemplo, de acordo com Sarmiento et al. (2014) são muitos os estudos nesta área que incidiram em quatro variáveis situacionais que aparentam ter grande importância: localização do jogo, qualidade da oposição, estado do jogo e parte do jogo.

Relativamente aos *timings* da análise de jogo, treinadores que estão mais informados sobre o adversário, serão mais propensos a conseguirem neutralizar os seus pontos fortes do oponente e de explorar as suas fraquezas (Carling, 2007), com a análise pré-jogo a revelar-se indispensável. As metodologias utilizadas variam muito, mas da observação e análise do adversário deverá resultar um produto – relatório – que será o mais completo possível, dando à equipa técnica os dados necessários para conhecerem as características da equipa adversária e as variantes tático-estratégicas, tal como a sua organização interna (Sánchez, 2018). A identificação precoce das táticas e estratégias do futuro adversário dará à equipa uma vantagem, antecipando o que poderá encontrar aquando da competição e, permitindo ao treinador aplicar exercícios de treino específicos de acordo com os comportamentos que pretende que a equipa adote, face ao que foi identificado no adversário (Carling et al., 2008). A análise de jogo em tempo real é uma prática recorrente, conferindo aos treinadores informação específica a qualquer momento durante o jogo (Carling et al., 2008), podendo também registar-se estatísticas simples que possam ser úteis, o objetivo é, acima de tudo, ajudar o treinador a nas decisões táticas e a aceder a dados objetivos para basear a sua intervenção (no intervalo ou final da partida) ou nas decisões relativas a substituições (Carling, 2007). O mesmo autor refere ainda que atualmente, se necessário, é possível proceder-se à codificação do jogo “*em direto*”, originando vídeos para o treinador visualizar durante o jogo, ao intervalo ou imediatamente após o término da partida, sendo estas soluções tecnológicas exploradas mais adiante. A análise pós-jogo é realizada logo após ou nos dias subsequentes à competição, focando-se no desempenho da equipa e/ou jogadores em individual, com a informação a ser empregue mediante as prioridades a curto e médio prazo, podendo ser utilizada para reforçar bons desempenhos ou na identificação de aspetos a melhorar (Carling, 2007).

### **2.5.3 Evolução da Análise no Futebol**

#### **Análise Notacional**

A análise notacional é um método de registo e análise de situações dinâmicas e complexas, como é o caso do futebol, esta permite que os dados sejam recolhidos de maneira eficiente, conferindo uma visão abstrata do desporto, com foco nas informações mais importantes (O'Donoghue, 2009), sendo registado de forma simples o que efetivamente aconteceu (Carling, 2007). Esta abordagem é uma maneira objetiva de registar o desempenho desportivo, quantificando os eventos críticos de uma forma consistente e viável (Hughes & Bartlett, 2007), recorrendo a dados numéricos para estudar

a avaliar a qualidade do jogo (Gréhaigne et al., 2001). Os seus resultados são factuais e indubitáveis, desde que os métodos de recolha de dados usados sejam confiáveis e objetivos, e o sistema adaptado ao nível de jogo (Carling, 2007; Garganta, 2001). Esta envolve a categorização das ações que ocorreram no jogo, permitindo aos treinadores criar um relato estatístico da partida para usarem na transmissão de feedback (Carling et al., 2008). Nos primórdios na análise de jogo, esta era realizada manualmente, através da técnica “*papel e lápis*”, em que as observações eram assistemáticas e subjetivas (Garganta, 1997, 2001), símbolos taquigráficos e contagens eram estratégias comuns pelo observador para que os dados fossem registados de forma eficiente (Carling, 2007; O’Donoghue, 2009). Posteriormente, passou-se à gravação dos jogos e revisão subsequente, a alternativa foi a adoção de um sistema de codificação das atividades que eram consideradas relevantes para avaliar o desempenho no jogo, permitindo que os eventos fossem notados e depois analisados (Carling, 2007). Segundo Carling et al. (2008), o valor da análise quantitativa do jogo de futebol é inestimável para o treinador, visto que ajuda a criar uma visão imparcial e objetivos dos eventos, fornecendo uma plataforma sólida para uma tomada de decisão sustentada (Carling et al., 2008). Estes sistemas de notação são muito baratos e adaptáveis, sendo por isso de fácil utilização, assegurando a recolha de dados simples, sobretudo nos níveis mais baixos de jogo (Carling et al., 2008).

Todavia, da inépcia das conclusões provenientes destes métodos quantitativos, centrados nas ações técnicas individuais, surge a dúvida relativa à pouca relevância contextual dos dados recolhidos, questionando-se a sua pertinência e utilidade, sobressaindo a necessidade de considerar a dimensão técnica (Garganta, 1997, 2001). Segundo Vilar et al. (2012) estes métodos falham ao providenciar uma compreensão significativa de desempenhos bem sucedidos nas modalidades desportivas coletivas, referindo que uma crítica a apontar à análise notacional é a de que é reducionista, omitindo o “*porquê*” e “*como*” do desempenho, com pouca referência ao contexto de desempenho e às interações contínuas entre executantes de onde surgem comportamentos mal sucedidos (Travassos et al., 2013). Abordagens reducionistas devem ser evitadas, pois não permitem o desenvolvimento de uma compreensão completa do desempenho e dos fatores que o influenciam, nem a deteção de novos comportamentos emergente que poderiam melhorar a performance (McLean et al., 2017; Sarmiento et al., 2018). Por exemplo, a posse de bola num jogo, só por isso, não é necessariamente uma condição de sucesso no jogo (Vilar et al., 2012). É por esta necessidade de interpretar os dados em função das características específicas das partidas, que os analistas têm redirecionado o seu foco para a relevância contextual dos comportamentos, justificando o estudo da

organização das equipas (Garganta, 2001). Análises que salientam o comportamento das equipas e jogadores, através da identificação das regularidade e variações de jogo, tal como a eficácia ofensiva e defensiva, afiguram-se mais proveitosas do que uma imensidão de dados quantitativos referentes a ações descontextualizadas (Garganta, 1997, 2001).

### **Análise Qualitativa**

Conseguir contextualizar o desempenho desportivo tem sido alvo de preocupação dos investigadores (Sarmiento et al., 2018), a vertente técnica e tática da performance podem ser analisadas quantitativamente (frequências, percentagens) ou qualitativamente (vídeos gravados editados, reconstruções animadas de jogo) (Carling et al., 2008). Para conseguir interpretar o desempenho tático, é necessária informação relativa a “*o que*”, “*como*”, “*onde*” e “*quando*” (Lemmink & Frencken, 2013), com a análise exclusivamente técnica a ser insuficiente para a compreensão das situações de jogo (Riera, 1995). No futebol, tal como na maioria das modalidades, a análise de desempenho era restrita à análise notacional e biomecânica (O’Donoghue, 2009). A análise qualitativa tem sido usada em estudos observacionais nas áreas socioculturais e tem potencial para a análise observacional de desempenho desportivo, com a vantagem dos dados registados não se limitarem a um conjunto de eventos predefinidos (O’Donoghue, 2009). Carling et al. (2008) defende que alguma forma de análise qualitativa de imagens de vídeo ou reconstruções das partidas poderá ser necessária, uma vez que dados meramente estatísticos nem sempre servem para pintar uma imagem verdadeira do desempenho do jogador. Segundo Ventura (2013) o vídeo é útil quer na análise da própria equipa, quer do adversário, pois além de fornecer um maior conhecimento das características e comportamentos das equipas, torna possível a recuperação de factos que tenham escapado à observação direta e fornece imagens com os comportamentos avaliados aos jogadores. O vídeo é por isso o meio mais reconhecido enquanto apropriado para a obtenção de informações qualitativas sobre a performance (Hughes & Franks, 2004), embora a natureza da informação que transmite possa ser algo subjetiva, a maioria dos treinadores experientes são normalmente capazes de observar e avaliar os desempenhos técnicos e táticos dos jogadores de forma precisa, podendo na mesma, se necessário, recorrer a informação estatística relevante para suportar o vídeo, de modo a auxiliar a interpretação do treinador (Carling, 2007; Carling et al., 2008). A tecnologia de vídeo tem evoluído muito recentemente, perfilando-se como uma fonte rica de informações visuais e auditivas para treinadores e atletas (Hughes & Franks, 2004), com as inovações tecnológicas a darem aos treinadores informação rápida, precisa, objetiva e relevante, o que lhes permite dissecar cada aspeto

do jogo, isto deve-se sobretudo aos sistemas computadorizados que facilitam a análise técnica, tática e física do desempenho (Carling et al., 2008). No mercado existem inúmeras ferramentas tecnológicas para os treinadores e equipas técnicas, com diferentes funcionalidades, estes programas permitem a otimização do processo de observação e análise de jogo, suportando também o treino, tudo com a finalidade de melhorar o desempenho das equipas e jogadores (Ventura, 2013). Através destes meios os treinadores podem extrair informação sobre os aspetos qualitativos da performance, tal como quantitativos em alguns *softwares* (Hughes & Franks, 2004). Convém destacar os sistemas informáticos para edição de vídeo: programas que permitem a realização de registo videográfico das equipas e jogadores (Gama et al., 2017), como é o caso dos *Sportscore*, este *software* de análise vídeo digital permite aos clubes obterem, analisarem e apresentarem informação técnica e tática relativa à performance, graças a um elevado nível de portabilidade, flexibilidade e facilidade de uso, sendo uma das suas grandes vantagens o facto de poder ser adaptado ou personalizado para ir ao encontro das necessidades específicas de cada utilizador (Carling et al., 2008). Este *software*, tal como outros concorrentes, consistem na criação de bases de dados dos eventos ocorridos no jogo para posterior fornecimento de feedback interativo em vídeo (O'Donoghue & Mayes, 2013), com os eventos a serem indexados através de uma codificação temporal digital, com o tempo a ser registado automaticamente para cada ação inserida à medida que o analista trabalha o vídeo, tendo a oportunidade de analisar detalhadamente: imagem a imagem, em câmara lenta e/ou imagem parada (Carling et al., 2008). O mesmo autor explica que sequências selecionadas, relativas a um tema em particular, podem assim ser facilmente editadas e agrupadas. O uso da codificação permite acesso imediato a qualquer tempo específico ou ação dentro da gravação, otimizando o dispêndio de tempo do jogador ou treinador (Carling, 2007). Tendo em conta que muitas vezes os produtos destas análises sejam apresentados a terceiros (jogadores, por exemplo) os cuidados no formato e estilo de apresentação são necessários (Hughes & Franks, 2004), algo que também é facilitado por estes *softwares*, visto que disponibilizam diferentes soluções para auxiliar a compreensão da informação, como texto, gráficos, desenhos ou tabelas, que poderão ser introduzidos nas apresentações (Carling, 2007; Carling et al., 2008).

### **Aproveitamento das Ferramentas Tecnológicas**

A análise de jogo como abordagem metodológica nas ciências do desporto cresceu progressivamente baseada na proliferação de sistemas tecnológicos para recolha de dados (Sarmiento et al., 2018). A introdução de sistemas interativos de vídeo controlados

por computador concedeu aos analistas a oportunidade de combinarem a análise imediata com a apresentação visual do *feedback* da ação, levando ao uso dos vídeos editados como meio privilegiado de *feedback* (Hughes & Franks, 2004). Vídeos da competição e treino permitem que os movimentos e ações dos jogadores sejam registrados, observados, analisados e avaliados, facultando informação qualitativa e quantitativa do desempenho (Carling et al., 2008). Paralelamente Gama et al. (2017) afirmam que através dos dados facultados por vários *softwares*, é possível mapear em tempo real a tomada de decisão dos jogadores e perceber de que modo estes respondem aos desafios que lhes são colocados pelos adversários. Inovações tecnológicas como o *tracking* através da sincronização de várias câmaras de vídeo e tecnologia GPS (*Global Positioning System*), abriram novas possibilidades de análise de jogo e treino, com rastreamento dos posicionamentos individuais dos jogadores a conferir informações como a distância, velocidade e acelerações/desacelerações (Lemmink & Frencken, 2013). Na ótica de Tenga (2013) quanto maior o acesso a dados posicionais de sistemas automatizados de rastreamento de jogadores, que cubram toda a atividade em campo de todos os jogadores, mais eficiente e eficaz será a pesquisa no futuro, com implicações práticas a nível tático e de tomada de decisão. Travassos et al. (2013) argumenta que uma das principais fraquezas nas abordagens atuais da análise de desempenho é que elas se centram em ações discretas, ficando privadas de informações de jogo relevantes sobre as interações interpessoais entre jogadores e equipa, algo que algumas tendência evolutivas procuram contrariar, por exemplo, através da investigação em díades atacante-defesa e os efeitos de constrangimentos do jogo (oposição, membros da equipa, bola, postes, etc) nos padrões de coordenação emergentes durante os jogos coletivos (McLean et al., 2017). Este maior conhecimento sobre as relações espaço-temporais entre jogadores pode ajudar a explicar alguns comportamentos que a análise notacional não consegue quantificar (Sarmiento et al., 2018).

A análise de desempenho no futebol aumentou o nível de conhecimento sobre técnica e eficácia da técnica, tática e avaliação da tomada de decisão, taxa de trabalho e avaliação do risco e mecanismos de lesão, bem como aspetos comportamentais e psicológicos do desempenho do jogador e equipa (Tenga, 2013). Para Poizat et al. (2013) a combinação da descrição qualitativa da experiência do atleta e a descrição (semi-quantitativa de indicadores de desempenho objetivos providenciará uma melhor compreensão do jogo. Os treinadores devem interpretar, avaliar e transformar as informações obtidas para que tenham consequências práticas (Carling et al., 2008), com a quantidade de informação disponibilizada a não garantir o acesso a informação pertinente,

há que dar um sentido aos dados recolhidos para que seja relevantes (Garganta, 1997). Uma visão multidimensional dos indicadores de jogo de futebol ajudará a aferir o desempenho da equipa e jogadores, algo que a análise notacional não é capaz de fazer de forma inequívoca (Belli et al., 2015). Uma abordagem integrada facilitará a investigação relativa à análise tática, com os treinadores a deverem estar inseridos em equipas técnicas multidisciplinares (Lemmink & Frencken, 2013).

Concluindo, o grande objetivo da análise de jogo é melhorar o desempenho do jogador e equipa, fornecendo conhecimentos que tenham significado dentro do contexto específico de competição ou treino (Tenga, 2013), podendo ser utilizada como meio para avaliar se um determinado programa de treino está a ter o efeito de desejado ao longo tempo (Carling, 2007). A tecnologia melhorou o processo de análise de jogo a todos os níveis, desde a aquisição de dados até à avaliação e apresentação, no entanto, é a forma como os utilizadores usam estas ferramentas para melhorar o jogo que faz a diferença (Carling, 2007), a tecnologia só por si, não garante maior eficácia na observação e conhecimento do jogo (Garganta, 2001). A tecnologia como ferramenta de trabalho do analista deve ser encarada como facilitadora do trabalho, com os recursos disponíveis atualmente a permitirem maior organização e simplicidade, economizar tempo e abrindo vastas possibilidades de estudo (Carling et al., 2008; Sánchez, 2018), desde que o uso que se faça dela seja adequado (Garganta, 2001).

#### **2.5.4 Aplicada ao Futebol de Formação**

No contexto do futebol de formação a prioridade é o desenvolvimento do jovem jogador, daí que a análise e observação de jogo deva centrar-se no aumento do conhecimento do jogo dos atletas, ao invés do rendimento coletivo (Ventura, 2013). Recentemente o maior conhecimento na área do desenvolvimento tem levado à adoção de abordagens holísticas por parte dos clubes, colocando o jogador no centro do processo, acreditando propiciar o desenvolvimento de jogadores de elite (Wright et al., 2016). Os mesmos autores afirmam que a análise de desempenho pode ser potencialmente usada enquanto mecanismo facilitador desta ideia do jogador no centro do processo, permitindo-lhes refletirem, analisarem e compararem os seus desempenhos, alertando, no entanto, para a necessidade de educar os jogadores para que desenvolvam capacidade de reflexão, uma vez que é comum surgirem dúvidas relativas a onde direcionar a sua reflexão. Os treinadores devem por isso fornecer aos atletas os recursos e apoio necessários para utilizarem o *feedback* em vídeo de forma positiva e produtiva (Middlemas & Harwood, 2018). Em atletas menos experientes, a informação dada deve direcionada

para parâmetros gerais da performance (p.e. postura geral, erros de *timing*), enquanto que junto de atletas mais experientes, o *feedback* em vídeo e orientação deve ser o mais específico e similar à competição possível (Hughes & Franks, 2004). Relativamente ao grau de envolvimento dos jogadores, McKenna et al. (2018), junto de atletas sub-20 e sub-17, verificaram que clubes que utilizam análises individuais conseguem maior envolvimento dos jogadores, quer no processo, quer nos reflexos manifestados na performance, com um ambiente interativo e de maior propriedade do atleta a parecer proveitoso. Atletas que apenas recebam informação pré-processada, acabam por não estar envolvidos na sua análise (Hughes & Franks, 2004). Neste sentido, a análise jogo aplicada ao futebol de formação, tem grande impacto ao nível do *feedback*, auxiliando os treinadores a serem mais eficazes e a melhorar a qualidade da informação por eles transmitida (Nicholls & Worsfold, 2016). Outra vantagem da análise no futebol de formação, tem a ver com o armazenamento das informações produzidas, criando bases de dados e facilitando a comparação de diferentes desempenhos do mesmo atleta ao longo do tempo (Carling, 2007), favorecendo o acompanhamento da sua evolução e da adequação dos programas de treino utilizados.

### **3. ÁREA 1: Gestão do Processo de Treino e Competição**

Este capítulo congrega aquilo que foram as experiências vividas pelo treinador analista ao longo do período de estágio, caracterizando as suas tarefas e funções desempenhadas ao longo da época, num período marcado por uma enorme imprevisibilidade, onde a capacidade de adaptação e resolução de problemas foram uma constante na realização da prática profissional.

No contexto futebolístico atual e no desenvolvimento de jovens jogadores, a área da Análise e Observação é fundamental. No SLB em concreto, as funções tradicionais de videoanalista ou técnico de vídeo estão ultrapassadas, acreditando-se que, ao elemento de uma equipa técnica encarregue do vídeo, seja exigido um conhecimento aprofundado sobre o jogo, de maneira que o uso dessas ferramentas informáticas seja adequado para aquilo que são as exigências e a especificidade do futebol. Neste sentido é requerido ao treinador analista muito mais do que trabalho de “escritório”, prestando apoio no campo sempre que necessário e estando altamente envolvido naquilo que é todo o processo de preparação e competição.

Dentro do clube, o Departamento de Análise e Observação (DAO), abarca na dinâmica multidisciplinar das equipas do futebol de formação, sendo responsável por dar suporte ao processo educativo/formativo de jogadores e treinadores, a partir da reflexão e análise ao jogo e treino. As metodologias empregues são ajustadas às necessidades de cada escalão, beneficiando da possibilidade de acesso às mais recentes tecnologias e ferramentas. Os treinadores analistas do futebol de formação do SLB estão por isso totalmente integrados nas equipas técnicas, dando suporte na implementação dos processos definidos nos vários contextos: pré-jogo, jogo, pós-jogo, treino, bem como noutros projetos ligados ao estudo do jogo/jogador.

### **3.1 Perfil do Treinador SLB**

Sendo que o principal objetivo do clube é desenvolver e potenciar jovens jogadores, um treinador de futebol de formação do clube deve adaptar-se ao jogador, sendo o atleta, numa perspetiva individual, o elemento mais importante do processo, relegando para segundo plano as questões táticas e estratégicas. Na etapa de formação em que está inserida a equipa de Sub-14, o treinador deve ser especialista na dimensão técnica, associando-a às ideias base do jogo. Desta forma, o treinador deve forçar-se no processo em si e olhar para o jogo enquanto a continuidade do processo de treino. O cunho pessoal do treinador de formação do SLB deve por isso ficar atrás daquilo que é a cultura do clube.

Ao treinador é exigido o domínio de diversas áreas de competência, não só pedagógicas e científicas, mas também pessoais, devendo apresentar elevados níveis de compromisso com o projeto, busca permanente da excelência, reflexão e pensamento crítico, entre outros. Uma vertente importantíssima é a comunicação treinador-jogador, o feedback prestando deve ser de qualidade, ou seja, construtivo, curto e eficaz, aliado a uma postura corporal condizente com o cargo. Para a grande maioria dos jogadores, a informação relativa a treino/jogo é muitas vezes confusa, daí a necessidade de objetividade na comunicação, o treinador deve também forçar os jogadores a pensarem por eles, bem como ter a capacidade de recorrer a meios áudio visuais para suportar a transmissão da informação.

### **3.2 Caracterização da Equipa Sub-14**

A situação pandémica teve um grande impacto na forma de organização dos Escalões de Iniciados do SLB, levando à impossibilidade de acolher no Benfica Campus os atletas destes escalões que, em condições normais, lá residiram, fazendo com que os atletas não provenientes de Lisboa e periferia, permanecessem nos seus locais de residência, ficando assim impedidos de comparecer nos treinos realizados no Seixal. De forma a responder a este constrangimento e para fidelizar os jovens atletas, o clube desenvolveu um plano de intervenção à escala nacional com a realização de estágios aos fins-de-semana, no norte e sul do país. Estes estágios decorrem em Vouzela (Estágio Norte) e Lagoa (Estágio Sul), numa operação que implicou um grande planeamento e logística, sendo assegurado aos atletas o transporte, alojamento e alimentação. Ao longo do fim-de-semana os atletas participavam em diversas sessões de treino orientadas pelos treinadores do SLB que, assim como outros profissionais, que levavam até aos atletas a metodologia e qualidade do clube, procurando dar continuidade ao processo de desenvolvimento individual dos jogadores, respeitando sempre as normas sanitárias em vigor. Esta situação obrigou também, a uma articulação permanente ainda maior com a equipa técnica dos Sub-15, com os treinos realizados no Benfica Campus, ao longo da maior parte do período do estágio, a agregarem ambas as equipas numa só, levando a que os profissionais de ambos os escalões trabalhassem em conjunto regularmente.

O plantel de Sub-14 ficou então dividido, pelos três locais de estágio, em concordância com os locais de residência dos jovens, com a tabela 6 a sumarizar o grupo de jovens que constituiu o plantel.

**Tabela 6***Plantel da equipa de Sub-14 do SLB na época 2020/2021.*

<b>Jogador</b>	<b>Posição</b>	<b>Local de Treino</b>
Jogador 1	Guarda-Redes	Benfica Campus
Jogador 2	Guarda-Redes	Benfica Campus
Jogador 3	Guarda-Redes	Estágio Norte
Jogador 4	Guarda-Redes	Estágio Sul
Jogador 5	Defesa Lateral Direito	Benfica Campus
Jogador 6	Defesa Lateral Direito	Benfica Campus
Jogador 7	Defesa Lateral Direito	Estágio Norte
Jogador 8	Defesa Lateral Direito	Estágio Sul
Jogador 9	Defesa Central	Benfica Campus
Jogador 10	Defesa Central	Benfica Campus
Jogador 11	Defesa Central	Benfica Campus
Jogador 12	Defesa Central	Benfica Campus
Jogador 13	Defesa Central	Estágio Norte
Jogador 14	Defesa Central	Estágio Norte
Jogador 15	Defesa Lateral Esquerdo	Benfica Campus
Jogador 16	Defesa Lateral Esquerdo	Benfica Campus
Jogador 17	Defesa Lateral Esquerdo	Estágio Norte
Jogador 18	Médio Centro	Benfica Campus
Jogador 19	Médio Centro	Benfica Campus
Jogador 20	Médio Centro	Estágio Norte
Jogador 21	Médio Centro	Estágio Norte
Jogador 22	Médio Centro	Estágio Norte
Jogador 23	Médio Centro	Estágio Norte
Jogador 24	Médio Centro	Estágio Norte
Jogador 25	Médio Centro	Estágio Norte
Jogador 26	Médio Centro	Estágio Norte
Jogador 27	Médio Ala	Benfica Campus
Jogador 28	Médio Ala	Benfica Campus
Jogador 29	Médio Ala	Benfica Campus
Jogador 30	Médio Ala	Benfica Campus
Jogador 31	Médio Ala	Estágio Norte
Jogador 32	Médio Ala	Estágio Norte
Jogador 33	Médio Ala	Estágio Norte
Jogador 34	Médio Ala	Benfica Campus
Jogador 35	Ponta-de-Lança	Benfica Campus
Jogador 36	Ponta-de-Lança	Benfica Campus
Jogador 37	Ponta-de-Lança	Benfica Campus
Jogador 38	Ponta-de-Lança	Estágio Norte
Jogador 39	Ponta-de-Lança	Estágio Norte

### **3.3 Objetivos Específicos da Equipa Sub-14**

O contexto vivido de grande instabilidade e incerteza relativamente à existência de competição, trouxe novos desafios e objetivos diferentes dos que seriam de perspetivar numa época dita normal. Primeiramente procurou-se assegurar condições que permitissem a retoma da prática desportiva seguindo as normas impostas pela Direção Geral de Saúde (DGS), obrigando a uma adaptação profunda de todo o processo de organização e gestão do futebol de formação do clube.

As equipas de Sub-14 e Sub-15 do clube, inseridas na etapa da Pré-Especialização, têm como base treinar para criar bases sólidas para o futuro dos jovens futebolistas. O principal objetivo para o escalão foi procurar dar aos jogadores um estímulo o mais aproximado possível daquele que seria expectável, procurando maximizar a prática desportiva, encontrando soluções que permitissem compensar e contornar os períodos ausência de treinos e competição a que os jovens estavam sujeitos. Sobretudo nesta etapa formativa dos atletas, um eventual desaproveitamento de uma época desportiva poderia ter consequências irreversíveis no desenvolvimento dos futebolistas, com consequências a longo prazo no próprio projeto desportivo do clube, daí a necessidade, esforço e investimento para tentar mitigar as restrições impostas pela situação sanitária. O trabalho realizado com os futebolistas dos sub-14 foi centrado no desenvolvimento individual, com o treinadores e restante staff a criarem planos específicos para cada jogador, neles constando um conjunto de objetivos e conteúdos a trabalhar nas áreas técnico-tática, física, nutricional, psicológica, pessoal e social.

A fidelização dos atletas foi outro objetivo relevante nesta época, sobretudo pelo facto de muitos dos atletas deste escalão residirem um pouco por todo o país, colocando em causa a sua presença nos treinos a realizar no Benfica Campus e, conseqüentemente, a possível saída do clube e ingresso noutra mais próximo do seu local de residência, ou até mesmo o abandono desportivo, daí a solução encontrada da realização de estágios regulares em locais estratégicos.

### **3.4 Planeamento Anual**

A calendarização da época desportiva 2020-2021 das equipas de Iniciados do SLB foi altamente condicionada pela situação pandémica à data, obrigando a reajustes constantes de forma a ir ao encontro das regras sanitárias em vigor. O clube fez sempre um grande esforço para se adaptar e encontrar soluções que permitissem aos seus atletas receberem estímulos adequados, apesar de todas as limitações. Todas as semanas a

equipa técnica reuniu-se (de forma não presencial), para planeamento e organização das atividades desportivas.

A data de início dos trabalhos foi 15 de setembro, coincidindo com o início da atividade escolar. No Benfica Campus, treinariam os atletas residentes na Área Metropolitana de Lisboa, com as equipas de Sub 14 e Sub 15 a trabalharem em conjunto, em três sessões semanais: segunda-feira, quarta-feira (das 19h15 às 21h15) e sábado/domingo.

Para os atletas não residentes na zona de Lisboa, foram criados dois polos para permitir a estes jovens a continuidade da atividade. No Estádio do Norte (Vouzela) e no Estádio do Sul (Lagoa), os atletas participariam estágios aos fins de semana, onde completariam quatro unidades de treino (dois bidários), a que acrescem dois treinos *online* por semana, adestrados pela plataforma *Cisco Webex*. Estes estágios principiaram a 11 de setembro e tinha previsto findar a 20 de dezembro, mas acabaram por se prolongar até ao final da época desportiva.

Ao longo destes meses foi frequente a suspensão de sessões de treino, sobretudo as previstas para os fins de semana, por imposição de recolher obrigatório pelas autoridades nacionais.

No período de férias escolares do Natal, procedeu-se a uma compensação dos treinos previamente cancelados, através da realização de diversas sessões entre os dias 21 e 23 de dezembro, nos três locais de desenvolvimento de atividade. Seguiu-se um período de pausa dos trabalhos até retoma no início do ano de 2021.

Em meados de janeiro de 2021 o Conselho de Ministros decretou “novo confinamento geral”, encerrando a grande maioria das instalações desportivas, impossibilitando a manutenção da atividade das equipas de futebol de formação do SLB. A equipa de Sub-14 passou então a um regime “à distância”, adotando sessões *online* e sessões de treino autónomo.

Com o prolongamento forçado deste regime de trabalho e a perceção de alguma saturação dos atletas face aos treinos *online*, no início do mês de março optou-se pela redução do volume, limitando a duas sessões de treino autónomo semanal. Na semana que antecede a Páscoa também foram concedidas férias aos atletas.

A 19 de abril retomou-se a atividade presencial, nos moldes em que tinha sido desenvolvida até à interrupção. Os treinos conjuntos de Sub-14 e Sub-15 no BC, passaram a quatro por semana: segunda-feira, quarta-feira e sexta-feira (das 19h15 às 21h15) e sábado ou domingo, onde realizariam jogos de carácter amigável. Esta rotina semanal

viria a manter-se até ao dia 4 de julho, no qual terminou a época desportiva das equipas de Iniciados do SLB.

Face ao levantamento de restrições no mês de abril, a Federação Portuguesa de Futebol anunciou a criação de competições nacionais de Sub-19, Sub-17 e Sub-15, para suplantar a ausência de competição até então, optando o SLB pela não participação na competição de Sub-15, ao invés o clube decidiu pela realização de jogos particulares. Todos esses jogos foram realizados no Benfica Campus ou nos locais dos estágios regionais, priorizando sempre jogar contra equipas de faixas etárias mais avançadas, numa perspetiva de aumento da competitividade e onde regularmente atletas com idade de sub-14 jogaram pela equipa de sub-15. No total, equipas compostas pelos atletas sub-14 completaram 11 jogos no Benfica Campus e 8 no Estádio Norte, como ilustrados nas tabelas 7 e 8.

**Tabela 7**

*Jogos Amigáveis Realizados pelos Sub-14 no Benfica Campus.*

#	Adversário	Data	Resultado
1	CD Cova da Piedade sub-14	02/05/2021	8-3
2	Amora FC sub-15	09/05/2021	9-0
3	Vitória FC sub-14	16/05/2021	5-0
4	Seixal 1925 sub-16	23/05/2021	2-1
5	EFB Almada sub-15	30/05/2021	3-2
6	SC Linda-a-Velha sub-16	03/06/2021	4-1
7	GD Benavente sub-17	06/06/2021	4-2
8	CD Cova da Piedade sub-14	11/06/2021	4-1
9	UF Comércio e Indústria sub-15	13/06/2021	5-3
10	CD Os Pelezinhos sub-15	20/06/2021	1-1
11	GD Estoril Praia sub-15	26/06/2021	3-5

**Tabela 8**

*Jogos Amigáveis Realizados pelos Sub-14 no Estádio do Norte.*

#	Adversário	Data	Resultado
1	AD Taboeira sub-14	01/05/2021	2-2
2	Craks Lamego sub-15	08/05/2021	5-0
3	Gil Vicente FC sub-15	16/05/2021	0-1
4	GD Gafanha sub-15	22/05/2021	9-0
5	Anadia FC sub-15	29/05/2021	19-0
6	FC Famalicão sub-16	03/06/2021	1-1
7	SC Salgueiros sub-15	10/06/2021	3-6
8	DC Estação sub-16	12/06/2021	4-1

Nestes momentos competitivos foi sempre feito o apelo aos atletas para que encarassem estes jogos como a sua competição, pondo em campo a ambição de vencer que caracteriza o clube. O balanço destas partidas foi positivo, tendo-se conseguido dar aos jogadores um estímulo competitivo significativo, expondo-os a momentos de dificuldade e adversidade, aos quais deram, na generalidade, uma boa resposta, atestando o aprimoramento das suas capacidades durante o longo período de ausência de jogos formais.

### **3.5 Modelo de Jogo**

O jogo faz parte da essência do futebol e a competição é vista na formação como um estímulo importante para o processo de desenvolvimento dos jovens futebolistas. O modelo de jogo da formação do clube é transversal às várias equipas de formação, funcionando com uma referência do processo de formação e levando a que as mesmas apresentem características gerais semelhantes, que traduzem a ideia denominada de “jogar à Benfica”. Este modelo procura acima de tudo valorizar uma ideia de futebol atrativo e entusiasmante, condigna com os valores do clube e com a qualidade dos nossos jogadores. Tem por base um forte cariz ofensivo, assente na qualidade técnica com domínio da posse de bola, criatividade para criação de situações de finalização e a concretização de muitos golos. De uma forma global, as equipas do SLB devem ser eficientes em todos os momentos de jogo, o “jogar à Benfica” pressupõe um enorme sentido coletivo, quer a atacar, quer a defender, entendo que jogando e tendo sucesso em equipa, resultará na valorização individual e desenvolvimento dos jogadores.

Seguidamente, é descrito o modelo de jogo, apresentando os sistemas táticos usados e os princípios gerais que pelos quais os jogadores devem reger o seu comportamento nos vários momentos de jogo, sendo que as informações expostas são fruto da experiência vivida e dos momentos de interação com os restantes treinadores, não podendo detalhar especificamente as dinâmicas utilizadas, por motivos éticos e de confidencialidade.

### 3.5.1 Sistemas Táticos

As equipas de formação do clube utilizam como sistema tático principal o 1-4-3-3 (figura 2), com uma linha defensiva composta por quatro jogadores (dois defesas laterais e dois defesas centrais), um meio-campo onde figuram três jogadores (um dos quais mais recuado – o médio defensivo) e uma frente de ataque constituída por três avançados (dois extremos e um ponta-de-lança). Este sistema é tido como o mais equilibrado e que assegura uma ocupação mais racional do campo, permitindo também encaixar os diferentes perfis de jogador e facilitando o processo de aprendizagem do jogo. Alternativamente pode também ser usado o sistema 1-4-2-3-1, que no fundo equivale a uma variante do sistema tático principal, principalmente em função das circunstâncias do jogo ou necessidades da equipa/jogadores (figura 3).

**Figura 2**

*Sistema Tático Principal.*



**Figura 3**

*Sistema Tático Alternativo.*



### 3.5.2 Organização Ofensiva

O momento de organização ofensiva, divide-se em três sub-momentos:

- 1) Início de Construção;
- 2) Construção a Meio-Campo;
- 3) Criação e Finalização;

### **Princípios Gerais:**

- Predomínio do ataque posicional, assegurando a ocupação racional do espaço de jogo, os posicionamentos iniciais devem procurar a criação do “campo grande”, garantindo largura e profundidade;
- Rapidez a adotar posições iniciais, indicando o jogo através da saída curta do guarda-redes (com diferentes soluções de saída), devendo os jogadores ter a capacidade para jogar sob pressão, encontrando soluções para a contrariar;
- No meio-campo, buscar a criação de superioridade para progressão, com jogadores a aparecerem entrelinhas e existindo opções na largura sempre;
- No último terço do campo, liberdade para os jogadores exprimirem a sua criatividade, devendo saber quando alterar o ritmo de jogo e procurando fazer chegar a bola a zonas mais eficazes (interior da área adversária);
- Combinações interiores e remates como meio para quebrar linhas adversárias, ameaça constante às costas da linha defensiva, jogando no limite do fora de jogo;
- Garantir os equilíbrios defensivos no meio-campo ofensivo, procedendo à vigilância das referências adversárias de forma a estarem preparados para transitar.

### **3.5.3 Transição Defensiva**

Este momento de jogo é constituído por dois sub-momentos:

- 1) Reação à Perda;
- 2) Reposicionamento;

### **Princípios Gerais:**

- A transição deve ser facilitada pelo equilíbrio defensivo existente durante a fase ofensiva;
- Reação rápida após a perda, pressionando com o objetivo de conseguir recuperar a posse de bola imediatamente e o mais alto possível (próximo da baliza adversária);
- Impedir a saída vertical do adversário, tentando forçar erros e condicioná-lo para passes laterais ou atrasados;
- Reorganização de forma coletiva, recuperando posições defensivas e controlando a profundidade, devendo a defesa sentir-se confortável a defender o espaço com guarda-redes a ter um papel ativo no controlo dessa profundidade.

### **3.5.4 Organização Defensiva**

O momento de organização defensiva, subdivide-se em três fases:

- 1) Início de Pressão;
- 2) Defesa em Bloco;
- 3) Proteção de Baliza;

#### **Princípios Gerais:**

- Organização defensiva com variações da zona pressionante, numa tentativa de reduzir os espaços e dificultar as ações do adversário, procurando precipitar a recuperação da posse de bola;
- Bloco compacto e sem espaço interior (entrelinhas), respeitando distâncias horizontais e verticais, com os jogadores a defenderem juntos em largura e profundidade;
- Orientar e intensificar a pressão para os corredores laterais, evitando consentir passes interiores;
- Controlo da profundidade de acordo com a relação do portador da bola e o oponente mais próximo (bola coberta ou descoberta);
- Última linha muito coordenada e coesa, basculando e procurando a superioridade na zona da bola, defendendo as zonas e evitando ser arrastado pelos adversários.

### **3.5.5 Transição Ofensiva**

Este momento de jogo é composto por dois sub-momentos:

- 1) Saída de Pressão;
- 2) Progressão;

#### **Princípios Gerais:**

- Rápidos a sair da zona de recuperação de bola, criando linhas de passes que permitam escapar da zona de pressão, procurando jogar para a frente sempre que possível e tentando explorar as zonas de menor concentração defensiva;
- Preferencialmente tentar sair de forma vertical, acelerando circulação e atacando a profundidade, garantindo linhas de passe para o portador e utilizando desdobramentos ofensivos para poder progredir no terreno;
- Perante a reorganização defensiva do adversário, entender quando abrandar e priorizar a manutenção da posse de bola, passando para organização ofensiva.

### **3.5.6 Esquemas Táticos**

Comumente conhecido como “bolas paradas”, havendo as duas vertentes:

- 1) Esquemas Táticos Ofensivos;
- 2) Esquemas Táticos Defensivo;

#### **Princípios Gerais:**

- Ofensivamente, trabalhar a variabilidade de soluções, enfatizando a qualidade da execução (batedor), devendo os movimentos dos atacantes serem coordenados e agressivos. Garantia do equilíbrio defensivo.
- Defensivamente, adoção rápida dos posicionamentos definidos, numa defesa à zona ou zona mista, onde os jogadores devem ser ativos e agressivos no ataque à primeira e segunda bola. Guarda-redes com papel importante no domínio do espaço aéreo e início da transição ofensiva.

### **3.6 Modelo de Treino**

Dentro do clube, o modelo de treino encontra-se bem definido e consolidado, orientando os treinadores dos vários escalões na estruturação e operacionalização do processo de treino, estando inteiramente vinculado ao modelo de jogo, dado que materializa as ideias e princípios que dão corpo ao “jogar à Benfica”.

Neste escalão, o foco está na criação de bases sólidas para o futuro, com a predominância da evolução da dimensão técnica, articulada às ideias fundamentais do jogo. As condicionantes em vigor durante a maior parte da época, que impossibilitavam a realização de jogos, tornaram as sessões de treino nos únicos momentos de prática desportiva deliberada, fazendo com que os treinadores canalizassem toda a sua preocupação para estes momentos. A necessidade de rentabilizar ao máximo as oportunidades de treino, obrigou a uma reorganização da forma como seriam abordados os conteúdos ao longo da época, mas sem relegar a importância do conhecimento de jogo e, da familiarização para os novos jogadores, consolidação para os outros, dos comportamentos a adotar nos vários momentos de jogo, perspetivando a subida de escalão que teriam na época seguinte, onde com a retoma de competições alguns viessem a competir no Campeonato Nacional de Sub-15.

A especificidade de cada jogador é capital nas metodologias utilizadas, para cada jogador foi criado um plano de desenvolvimento individual, através de uma abordagem holística, visando potenciar ao máximo a evolução do atleta. Este plano tem como ponto

de partida autoavaliação do jogador, depois sustentada pelos profissionais do clube das várias áreas de intervenção, conduzindo à definição de quais dos objetivos e conteúdos que carecem de melhorias, nas vertentes técnico-tática, física, nutricional, psicológica e pessoal/social. O trabalho de desenvolvimento individual de campo, era realizado de forma regular, na fase inicial das sessões de treino, onde os atletas estavam divididos em função da sua posição, dedicando-se sobretudo ao treino de capacidades associadas ao desempenho da função.

### **3.6.1 Unidades de Treino e Microciclo**

A responsabilidade da elaboração e estruturação das unidades de treino coube sempre ao treinador principal, suportado pela restante equipa técnica, sendo que no dia do treino todos tinham acesso ao plano de treino a implementar antes da chegada ao Benfica Campus. Antes de cada sessão existia uma breve reunião de *briefing*, para ultimar a operacionalização do treino com os treinadores presentes, certificando que todos tinham conhecimento do que sucederia.

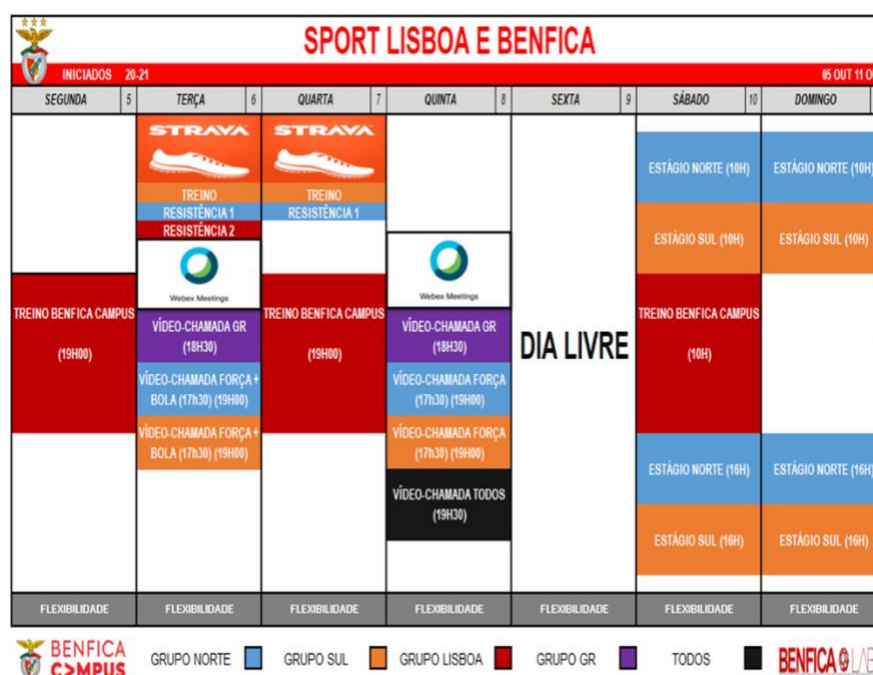
Nas sessões de treino, a principal função do treinador analista era assegurar a filmagem adequada dos exercícios, pré-estabelecendo junto do treinador principal quais os justificariam, sendo posteriormente partilhados os vídeos capturados com a restante equipa técnica, com a maior brevidade possível (habitualmente no próprio dia). Nos exercícios que não requeressem filmagem ou não necessitassem do manuseamento constante da câmara, era prestado o apoio em campo na instrumentalização dos exercícios. Outra responsabilidade assumida era a do controlo de treino, contabilizando o volume, tempo útil de cada exercício, os interregnos de transição entre exercícios, a duração de provisão de feedback e as pausas para hidratação, procedendo ao registo destas informações num documento.

Ao longo da época os treinos remotos foram uma constante, tendo sido inventadas inúmeras soluções para procurar estimular os jogadores perante a ausência total ou parcial de atividade presencial. De forma semanal foram realizados treinos online através da plataforma *Webex*, com os exercícios a poderem ser adaptados ao espaço e meios de cada jogador, considerando não só a componente física, mas também a técnica (p.e. exercícios de relação com bola). Paralelamente foi também promovido o treino autónomo, a partir da criação de desafios semanais que foram sendo lançados aos jogadores, perfazendo um ranking semanal onde eram atribuídas as classificações de ouro, prata e bronze para aqueles com os melhores desempenhos. Estes desafios poderiam ser do relativos à componente física (p.e. corrida de resistência – distância máxima em 30 minutos

ou 5km no menor tempo), mas também relativos à vertente técnica (melhor finta ou maior número de toques sem deixar cair a bola). O controlo do treino autónomo foi feito através da aplicação móvel *Strava*, que monitoriza os dados de treino de resistência, sendo esses dados encaminhados para o fisiologista. A Figura 4 apresenta o microciclo que foi mais frequente durante a época (quando permitida atividade presencial), sendo que para os treinos online os atletas estavam divididos em vários grupos, tal como acontecia no trabalho presencial, com os horários a serem estabelecidos em consonância com os horários escolares dos atletas.

**Figura 4**

*Microciclo-tipo usado durante a época.*





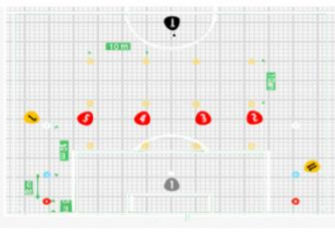

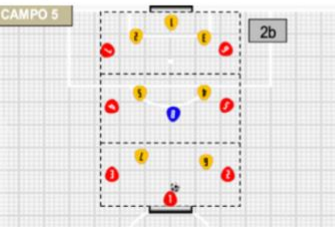
Algo que foi recorrente ao longo dos treinos, foi a existência do denominado VAC (velocidade, agilidade, coordenação), correspondente a sessões, que normalmente principiavam o treino, direcionadas para o trabalho das qualidades físicas. Estas sessões tinham habitualmente a duração de 15 a 20 minutos, com os conteúdos e a forma tiveram grande variabilidade, abordando as várias capacidades motoras, enfatizando mais a coordenação/técnica de corrida e a agilidade/velocidade.

### 3.6.2 Exercícios Utilizados

Na figura 5 são apresentados alguns dos exercícios-tipo aplicados durante a época, com a correspondente representação gráfica, a forma, objetivo do exercício, a descrição, número de atletas e dimensões do espaço a utilizar.

**Figura 5**

*Exercícios variados utilizados.*

<p><b>Princípios de Jogo</b></p> 	<p><b>Forma:</b> Complementar.</p> <p><b>Objetivo:</b> Princípios de jogo ofensivos e defensivos (progressão, contenção, cobertura ofensiva e defensiva, passe, receção, desmarcação e orientação dos apoios).</p> <p><b>Descrição:</b> Os atletas dispõem-se pelas marcas azuis e amarelas respetivamente. O exercício inicia-se nas marcas amarelas e realiza-se a sequência de combinações conforme a figura indica. Após, inicia-se uma situação de 1x1, 2x1 ou 2x2 conforme indicação do treinador. Os atacantes (vermelhos) deverão finalizar nas duas balizas, os amarelos caso recuperem tentarão passar com a bola controlada pela linha final.</p> <p><b>Espaço:</b> 20m x 20m.</p>
<p><b>Cruzamento + Finalização</b></p> 	<p><b>Forma:</b> Fundamental I - 2 x 0+GR (2 x 1 + GR).</p> <p><b>Objetivo:</b> Desenvolvimento das ações de finalização de cabeceamento ofensivo e remate de média distância. Desenvolvimento das ações de cruzamento após sprint.</p> <p><b>Descrição:</b> Um atacante realiza um passe para a profundidade no CL. Esta bola é atacada pelo jogador posicionado no CL e cruzada de primeira após sprint. O cruzamento deve ser realizado para a zona atacada pelo primeiro atacante (1o poste, 2o poste, entrada da área), sendo a sua decisão condicionada pelo posicionamento de um treinador que fecha uma das 3 zonas.</p> <p><b>Espaço:</b> 25m x 68m.</p>
<p><b>Linha Defensiva</b></p> 	<p><b>Forma:</b> Fundamental Fase II GR+4 x 1+0.</p> <p><b>Objetivo:</b> Organização Defensiva, coordenação da linha defensiva.</p> <p><b>Descrição:</b> Uma equipa estruturada com a sua linha defensiva (DD – DCD – DCE – DE), começa o exercício nas marcas amarelas, tendo como objetivo bascular vertical ou horizontalmente, em função do movimento do treinador que está na posse de bola. Após X tempo, o treinador efetua um passe para um dos Alas que está posicionado numa das marcas coloridas dispostas no CL (branco, azul ou vermelho). Consoante a marca onde o Ala recebe a bola, a linha defensiva prepara possível situação de cruzamento ("Área", "Bola" e "Caixa"), sendo a ação do DL que sai na contenção, semi-passiva. Após receção o Ala deve cruzar e a linha defensiva reagir consoante o tipo de cruzamento. O Ala contrário fica inativo quando não é solicitado.</p> <p><b>Espaço:</b> Meio campo.</p>
<p><b>PJO - Jogo dos Apoios</b></p> 	<p><b>Forma:</b> Fundamental Fase II - GR+6(+6)x6(+6)+GR.</p> <p><b>Objetivo:</b> Desenvolvimento das ações de finalização de curta e média distância após cruzamento curto, aéreo e rasteiro. Desenvolvimento dos princípios inerentes ao início de construção e ligação em passe interior e exterior.</p> <p><b>Descrição:</b> Jogo 6x6 com apoios exteriores, com os apoios laterais a poderem jogar a 2 toques e os apoios frontais apenas a 1 toque. Possibilidade de estender a regra do máximo de 2 toques a todos os jogadores.</p> <p><b>Espaço:</b> 45m x 40m.</p>
<p><b>PJO - Jogo dos Sectores</b></p> 	<p><b>Forma:</b> Fundamental Fase III - GR+6+(1) x (1)+6+GR.</p> <p><b>Objetivo:</b> Desenvolvimento dos princípios de jogo ofensivos e defensivos.</p> <p><b>Descrição:</b> Uma equipa de 6 jogadores (2 por sector + 1 joker) tenta obter golo com a oposição de 6 defensores (2 por sector). Para isso terá de fazer passar a bola por todos os sectores (DEF, MED e OF) à frente da linha da bola no momento da RPB. A equipa atacante pode ter até 4 jogadores por sector (pode baixar um jogador, joker ou não, ao sector DEF, e podem subir 2 jogadores ao sector seguinte – MED ou OF). A equipa defensora pode ter até 3 jogadores por sector.</p> <p><b>Espaço:</b> 42m x 28m.</p>

### 3.7 Modelo de Observação e Análise

Nos dias de hoje, a análise de jogo encontra-se estritamente vinculada às ferramentas tecnológicas, o exercício das funções de treinador analista está por isso dependente do domínio destes recursos, concretamente dos softwares de análise da performance desportiva para futebol. Estes permitem aumentar o rigor e fiabilidade do processo de análise, assim como a organização, compilação e apresentação dos mesmos, de forma eficaz. Ao longo da experiência profissional a formação específica nos programas informáticos usados foi contínua, permitindo a aquisição gradual de competências e aumento da capacidade de resposta às necessidades emergentes.

Dentro do DAO do Futebol de Formação, há um conjunto de normas pelas quais os treinadores analistas dos vários escalões se devem orientar, permitindo uniformizar os procedimentos, bem como as informações geradas dentro de cada equipa. Durante o período de estágio foi permanente a troca de experiências e ajuda entre os vários treinadores analistas integrados no departamento, num espírito de comunhão e entreaajuda que em muito facilitou o exercício da prática profissional e de desenvolvimento pessoal.

Relativamente aos procedimentos aplicados na equipa de Sub-14, por se tratar de um patamar em que a análise do adversário não é relevante, a preocupação está em canalizar os recursos para o trabalho de desenvolvimento individual dos atletas, acrescentando a análise setorial/coletiva quando pertinente.

No Pré-Jogo deste escalão a importância do plano de jogo é menor quando comparado com as equipas que disputam campeonatos nacionais, com o modelo normal de apresentação do plano de jogo a recorrer apenas ao quadro tático, não necessitando de servir-se do suporte de ferramentas tecnológicas. A partir do escalão que sucede, os Sub-15, o peso da análise vai aumentando progressivamente até ao escalão de Sub-19, com a introdução de vídeos de apresentação para os jogadores, sendo a presença da análise visto como introdutório no processo educativo dos jogadores. Na etapa de transição para o profissional (Equipa B e Sub-23), a análise ao adversário tem maior preponderância, justificado pelo grau de dificuldade da competição, tendo como objetivo criar condições para os jogadores se preparem da melhor forma possível e aproximá-los da realidade do patamar superior (equipa principal).

Durante o jogo a prioridade é garantir a qualidade da filmagem e dar o suporte ao treinador principal quando pertinente, pode também ser realizada a codificação ao vivo, através do software *Hudl Sportscode*. Nos escalões mais avançados do clube esta codificação ao vivo é sempre realizada, uma vez que a possibilidade de revisão dos eventos durante o jogo pode melhorar significativamente a informação comunicada para

os elementos da equipa técnica no banco e, por consequência, os jogadores em campo. Há ainda a possibilidade de recurso ao suporte de vídeo no balneário antes ou durante o jogo (intervalo).

Para o Pós-Jogo a prioridade passa por fazer uma revisão do jogo, elaborando um relatório escrito com os pontos positivos e negativos, seguindo-se a distribuir a informação pela equipa técnica, exportando e disponibilizando o vídeo do jogo na pasta partilhada. Seguidamente, cabe ao treinador analista analisar todos os momentos de jogo, selecionando momentos chave (positivos ou negativos) para discussão entre a equipa técnica. Quando solicitando pelo treinador principal, haverá a preparação de momentos de transmissão de informação aos jogadores, quer através de reuniões individuais ou palestras coletivas/setoriais, estes momentos devem ser encarados como formativos, concedendo voz aos atletas e estimulando o seu espírito crítico e grau de envolvimento. Ao longo da época ser criada e atualizada uma base de dados, em vídeo, para cada jogador, compilando ações positivas e negativas, facilitando o acesso à informação e auxiliando o processo de avaliação dos mesmos. A partir do escalão de Sub-16, os eventos individuais do jogo são disponibilizados diretamente aos jogadores, numa perspetiva educativa, promovendo a capacidade de reflexão e autoanálise.

No que diz respeito ao treino, a filmagem do mesmo tem o propósito de análise ou revisão, sendo articulada com os restantes treinadores de forma a ser poupada quando entenderem não se justificar. Fundamental é o registo dos exercícios mais relevantes, nomeadamente todos os exercícios de referência do modelo de treino do futebol de formação. Vídeos de treino também poderão ser anexados às bases de dados individuais dos jogadores, quando justificado, particularmente aquando da realização de exercícios de desenvolvimento individual. Todos os vídeos de treino são armazenados na *OneDrive* e pasta partilhada, onde estão acessíveis à restante equipa técnica.

### **3.7.1 Técnicas de Filmagem**

Sendo o vídeo o elemento basilar para a análise de performance, a sua captura não pode ser descuidada, devendo obedecer a uma série de parâmetros de forma a otimizar a qualidade do vídeo que posteriormente será alvo de tratamento. Para quem procure analisar o jogo sob o ponto de vista tático, as filmagens convencionais da transmissão televisiva são, na maioria dos casos, altamente limitativas, uma vez que o zoom, as várias câmaras e repetições ou o foco em situações diversas exteriores ao jogo que ocorre dentro das quatro linhas, impossibilitam a visualização da maioria dos comportamentos, individuais ou grupais, comprometendo a abrangência da observação e consequentemente

resultando numa análise incompleta. A realização de uma filmagem com uma câmara única e em plano aberto, será vantajoso para os objetivos dos treinadores, tendo sido por isso um dos primeiros pontos do processo de formação do estagiário.

Neste momento inicial de formação o objetivo foi a familiarização com o material a utilizar, concretamente montagem e manuseamento da câmara e tripé, e, da seleção do local ideal para a captura de vídeo. Primeiramente deve-se procurar montar o tripé no local mais elevado possível, preferencialmente central relativamente ao campo, mas sempre dando primazia à altura uma vez que será o parâmetro com mais influência na qualidade da filmagem (p.e. caso o local de filmagem seja muito baixo, poderá ser extremamente difícil ou mesmo impossível de visualizar a linha lateral do lado oposto). Paralelamente existe um conjunto de fatores que devem ser considerados aquando da seleção do local de filmagem, sob a pena de prejudicarem a captura, nomeadamente: distância para o campo (proximidade excessiva impede um plano aberto, demasiado afastando poderá obrigar ao uso de zoom e conseqüente perda de qualidade de imagem); condições climatéricas (num cenário de ausência de bancada com cobertura, a chuva força a necessidade do uso de capa para proteção da câmara, no entanto quando tal não é suficiente a filmagem não deve ser realizada, de modo a salvaguardar o material); orientação do sol (o seu posicionamento de frente para a lente da câmara pode prejudicar altamente a filmagem); presença de obstáculos à frente (postes, outras câmaras, adeptos, etc).

A finalidade da filmagem em plano é a captação de um maior número de informação, para tal a preocupação basilar da pessoa que realiza a filmagem, deve ser conseguir enquadrar os vinte jogadores de campo, quando tal não é possível e é necessário cortar uma parte do campo, deverá ser o setor mais recuado da equipa em posse da bola, que ficará de fora da imagem. Este tipo de filmagem, para além de permitir aos analistas analisarem questões relacionadas com a organização coletivas das equipas (como posicionamentos, linhas defensivas, distâncias intersectoriais), permite também atentar às ações individuais dos jogadores ao longo de todo o jogo, uma vez que não captura apenas as suas ações no centro de jogo.

## Figura 6

Exemplo de filmagem em plano aberto, no Campo 7 do Benfica Campus.



Por vezes é também indicado o recurso à ferramenta zoom, nomeadamente nos esquemas táticos (para melhor perceção do executante e execução, bem como a zona da área na direção da qual será executada a bola parada) ou quando a bola está no corredor lateral contrário ao do lado da filmagem (tentando perder o menor número de jogadores/setores possíveis). Estas ações de *zoom in* ou *zoom out* devem ser feitas de forma suave e gradual, sem movimentos bruscos, de forma que a qualidade de imagem não seja afetada.

Em muitos estádios e campos, sobretudo nos escalões de futebol de formação, a infraestrutura existente não permite a filmagem desde um ponto mais alto, condicionando imensamente a captura de vídeo em plano aberto. Para superar esta dificuldade e garantir os meios necessários para a realização da filmagem dos jogos e treinos dos vários escalões, os treinadores analistas do clube têm à sua disposição a ferramenta *HI-POD*. Este instrumento consiste numa torre portátil, extensível até aos 10 metros de altura, no topo do qual é fixada uma câmara, com o utilizador a controlá-la desde o chão, conseguindo assim assegurar uma filmagem de qualidade desde um ponto alto.

Dado que no escalão de Sub-14 seria recorrentemente necessário o uso desta ferramenta, tratou-se de um tópico de formação logo na fase inicial da época. Uma vez que esta ferramenta requer a sua montagem a cada utilização, é muito importante o seguimento dos procedimentos necessários para a sua preparação e manipulação correta e em segurança, em particular considerando que se trata de uma estrutura metálica com um peso significativo (15 quilogramas) erguida desde o solo. Para começar deve-se seleccionar

o local onde será montada a estrutura, procurando um local plano e o mais centrado possível relativamente à linha de meio-campo. As “pernas” da base do tripé podem então ser abertos, ajustando-se se necessário de forma a garantir estabilidade total. Segue-se a fixação da câmara na cabeça da torre (após garantida a existência de bateria suficiente e espaço de armazenamento no cartão de memória para realizar a filmagem), conectando-a através de um cabo *HDMI* ao monitor *LED* e de outro cabo *USB* para o comando. É o monitor que faculta ao operador o vídeo que está a ser capturado em tempo real, de forma a poder garantir o melhor ângulo e enquadramento possível. Já o comando serve para iniciar e terminar a filmagem, bem como ampliar ou diminuir o zoom. Antes de subir os vários tubos da estrutura, até a altura desejada, deve-se certificar da existência de um contrapeso junto dos “pés, concretamente os sacos de areia que acompanham o produto, ou alternativamente, amarrar com cordas os contrapesos fixos colocados estrategicamente nos pontos de filmagem de alguns campos do Benfica Campus. De forma a conservar o bom estado do material e a segurança, o uso do *HI-POD* deverá sempre ter em consideração as condições meteorológicas verificadas, em caso de chuva é possível na mesma o seu uso, mas exige-se a utilização das capas impermeáveis para a câmara, monitor e comando, já perante a existência de vento forte não deverá ser utilizado de todo.

### **Figura 7**

*Exemplo de imagem capturada através da ferramenta HI-POD.*



### 3.7.2 Codificação

Os treinadores analistas do clube têm à disposição o software *Hudl Sportscode* para execução do processo de codificação de treino ou jogo, esta ferramenta, pode ser utilizada com o vídeo capturado em tempo real, ou através da importação posterior de vídeo. Muito utilizado no desporto de elite, este software destaca-se pela sua flexibilidade, permitindo aos utilizadores criarem as suas próprias janelas de codificação, dando assim resposta às suas necessidades, contribuindo para o processo de análise. A facilidade de agrupar vídeos, sob a forma de bases de dados ou listas de reprodução, ou então exportá-los, torna-a num instrumento proveitoso para os treinadores analistas do clube, agilizando o fluxo de trabalho e de transmissão da informação à restante equipa técnica.

Após uma formação inicial, a aprendizagem de conhecimento foi gradual e contínua, muitas vezes por força das necessidades emergente, beneficiando da cooperação dos outros elementos do departamento na resolução de problemas. Houve ainda a oportunidade para a realização de uma sessão de formação com um responsável da empresa, que permitiu o esclarecimento de algumas dúvidas.

**Figura 8**

*Exemplo de timeline de um jogo codificado no Hudl Sportscode.*



### 3.8 Tarefas Complementares

Uma vez que foi uma época bastante intermitente, inclusive ao nível da possibilidade de realização e presença nos treinos, bem como de ausência de competições oficiais para este escalão, os projetos e tarefas complementares que a serem realizados pelo estagiário, ganharam ainda maior ênfase, tratando-se da oportunidade ideal para investir mais tempo nestas iniciativas. Estas tarefas surgiram âmbito do trabalho desenvolvido no DAO, onde é permanente a busca pela atualização de conhecimento, nomeadamente sob a forma de estudo do jogo e do jogador. Neste tópico irei apresentar os vários projetos desenvolvidos no decorrer do estágio:

- **Análise da equipa sub-14 da época anterior:**

A primeira tarefa realizada consistiu na realização da análise tática da equipa sub-14 do clube, na época transata, de forma ao estagiário poder familiarizar-se com as ideias e princípios de jogo da equipa onde viria a exercer funções. Foram disponibilizados os vídeos de três jogos de referência completos, devendo codificar os jogos e analisá-los, produzindo um vídeo com a duração máxima de 10 minutos explanando as ideias base de jogo, para cada momento de jogo. Esta tarefa terá também servido como ferramenta de avaliação diagnóstica, permitindo ao coordenador aferir o nível inicial do treinador estagiário.

#### Figura 9

*Análise da equipa sub-14 do SLB na época 2019-2020.*

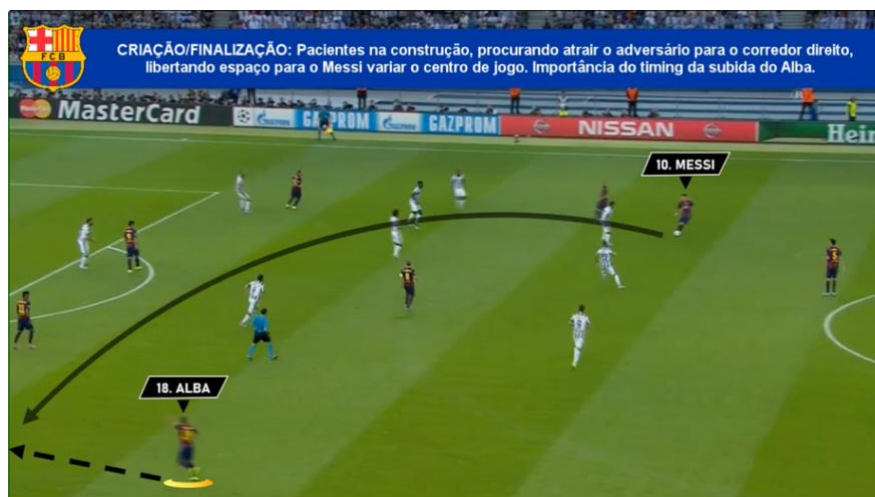


- **Análise de equipas de elite:**

Neste projeto cada um dos quatro elementos do DAO integrados nos escalões de iniciação, foi desafiado a escolher uma equipa entre os clubes vencedores da *UEFA Champions League* mais recentes, ficando depois responsável por observar e analisar do ponto de vista tático essas equipas no seu percurso até à conquista da prova. A apresentação, com a duração máxima de 10 minutos, foi realizada remotamente através da plataforma *Microsoft Teams*, direcionada para os restantes elementos do departamento. Após uma breve caracterização inicial, destacou-se os comportamentos e princípios das equipas nos diversos sub-momentos de jogo, tendo ficado responsável pela equipa do FC Barcelona da época 2014-2015, treinados por Luis Enrique. O grande objetivo desta tarefa foi encontrar, entre as várias equipas vencedoras da prova, possíveis pontos em comum, bem como o que as distingue.

**Figura 10**

*Análise realizada da equipa do FC Barcelona da época 2014-2015.*



- **Resumos de Webinars:**

Fruto das circunstâncias, durante o período de confinamento na pandemia assistiu-se a uma eclosão de momentos de partilha de conhecimento entre profissionais da área do futebol, onde através de conferências online, um ou vários profissionais falavam, por vezes abertamente e sem grandes formalismos, sobre as suas práticas e vivências, abrindo aos espetadores as portas de contextos profissionais até então praticamente inacessíveis. Este género de sessões conduziu a conversas, discussões e autênticas “aulas” riquíssimas, possibilitando a quem assiste, de “beber” muito daquilo que é a experiência prática de diversos contextos do futebol de elite. Numa lógica evolutiva e de tentar perceber

o que é feito noutros clubes e por outros profissionais da área, cada elemento do DAO ficou responsável por procurar e resumir duas sessões deste género (*webinar, podcast, entrevista*), preferencialmente de analistas de outros clubes de elite ou então outros profissionais que abordassem a vertente da observação e análise. A atenção foi direcionada para aquilo que são os métodos e procedimentos utilizados no pré-jogo (análise de adversário, plano de jogo, tarefas), jogo (tarefas e ferramentas usadas), pós-jogo (análise coletiva, análise individual), treino (tarefas e ferramentas de análise de treino) e outras informações que se pudessem considerar relevantes.

O trabalho de todos culminou numa tabela onde foram sintetizadas as informações extraídas de mais de 20 sessões do tipo, o que permitiu uma compilação significativa daquilo que são as metodologias empregues por outros clubes, acabando por fornecer algumas ideias com potencial aplicabilidade no futuro do departamento.

- **Projeto Princípios Específicos de Jogo:**

Este foi o maior projeto desenvolvido durante o estágio, tendo sido elaborado de forma faseada, juntamente com os restantes treinadores analistas dos escalões de Iniciação e sob a supervisão do coordenador do DAO, partindo da ideia de aprofundar o conhecimento acerca dos Princípios Específicos de Jogo e refletir a importância e estado atual dos mesmos, de forma a poder evoluir na sua aplicabilidade dentro do futebol de formação do clube.

Os Princípios Específicos de Jogo são um conjunto de comportamentos que orientam e coordenam as ações técnico-táticas dos jogadores em função do momento de jogo, posição (da bola, colegas e oponentes) e distância da baliza ofensiva. A primeira etapa passou pela recolha de informação (em livros, artigos, entrevistas) sobre os 8 princípios comumente encontrados na literatura. Para cada um destes princípios, a recolha de informação efetuada procurou dar resposta aos seguintes pontos:

- Definição;
- Objetivos;
- Referências (espaciais ou zonais);
- Executante;
- Ações técnico-táticas de suporte;
- Critérios de êxito gerais;
- Indicadores a evitar;

- Critérios de êxito por etapa de desenvolvimento (pré-iniciação; iniciação, pré-especialização; especialização; rendimento).

O resultado desta pesquisa produzida pelos quatro treinadores analistas envolvidos, foi compilado num documento que serviria de base teórica para as etapas seguintes do projeto.

Seguidamente, para cada princípio, procedeu-se à recolha de vídeos que ilustrassem a execução correta dos mesmos, recorrendo à plataforma *Wyscout* para pesquisar exemplos no contexto de futebol de elite, privilegiando as principais competições internacionais e jogos da equipa principal do SLB.

Num terceiro momento, virou-se o foco para ouvir as opiniões dos profissionais do clube sobre esta temática. Em conjunto foi criado um guião de entrevista que viria a ser aplicada a várias pessoas do clube com vasta experiência no futebol de formação:

- Pedro Marques – Diretor Técnico
- Jean Paul Castro - Recrutamento
- Rodrigo Magalhães – Coordenador Técnico
- Nuno Maurício – Chefe do DAO Futebol Profissional
- Luís Araújo – Treinador Sub-19
- Luís Castro – Treinador Sub-23
- Nélon Veríssimo – Treinador Equipa B

As questões centrais do guião de entrevista trataram os seguintes tópicos: importância atribuída aos princípios; operacionalização dos princípios em treino e jogo; estruturação ao longo dos diferentes escalões; frequência de treino dos princípios; feedback ao jogador; tendências evolutivas e reformulação/evolução dos princípios; episódio ou história curiosa relacionada com a temática.

Não podendo replicar o conteúdo tratado, estas entrevistas, realizadas remotamente através da plataforma *Microsoft Teams*, geraram conversas riquíssimas, com os entrevistados a revelarem enorme acessibilidade e abertura no debate de diversos tópicos, culminando em conteúdo precioso para a finalidade do projeto.

Paralelamente, foi concebido um questionário a aplicar a um leque mais alargado de treinadores do clube (principais, adjuntos e analistas) para perceber a importância dada aos princípios em vários contextos e de que forma os podemos estruturar ao longo do processo de formação. Os questionários foram criados através do *Microsoft Forms*, sendo difundidos pela coordenação por via email e consistia em 4 questões de enquadramento do inquirido, 7 de resposta em escala e 2 de resposta aberta. Um total de 48 treinadores

do SLB deram resposta ao inquérito, permitindo inferir as percepções gerais sobre este tema e melhorar o debate.

As várias fases deste projeto produziram um grande volume de informação, conseguindo conteúdo muito importante sobre a importância e enquadramento dos Princípios Específicos de Jogo ao longo do processo de formação futebolística, desde tenra idade até ao futebol profissional, permitindo constatar que há uma tendência emergente dos treinadores privilegiarem cada vez mais princípios de jogo associados à organização coletiva, o que pode colocar em causa a construção de alicerces sólidos e impactar negativamente naquilo que é o treino/jogo nos escalões mais jovens e consequentemente a capacidade de adaptação dos futebolistas à medida com que forem avançando etapas. O projeto culminou na produção de um manual de referência, onde foram compiladas as informações e conteúdos mais relevantes, com o objetivo de conseguir, com esta reflexão, contribuir para um maior entendimento e valorização desta temática pelos treinadores, a fim de melhorar as práticas e, por conseguinte, afinar o processo de formação dos nossos jogadores.

- **Apresentação Jovem Futebolista e a Análise de Desempenho:**

Outra tarefa concluída no âmbito do departamento, foi de escolha livre de tema, ficando cada elemento do DAO incumbido de preparar uma apresentação, com a duração máxima de 15 minutos, sobre um tema relacionado com a área da observação e análise.

Em reuniões e discussões anteriores, um dos problemas identificados no seio do departamento foi a baixa adesão dos atletas aos meios de suporte audiovisuais colocados à disposição dos jogadores da formação do clube, particularmente nos escalões de transição para o profissional. Estes atletas têm acesso a ferramentas através das quais podem ver as suas ações em jogo e, em alguns casos, também dos adversários que irão defrontar no próximo jogo. Perante esta situação, entendi pertinente explorar esta matéria, com o objetivo de conseguir contribuir para atenuar esta situação. Em primeiro lugar, foi feita uma revisão de literatura, buscando artigos científicos que abordassem esta temática, tendo obtido vários dados relevantes sobre o envolvimento dos jogadores na análise de desempenho. O trabalho dos autores Wright et al. (2016) acerca do envolvimento dos jogadores na análise através de vídeo, trouxe várias ideias que serviram de sustento para a consideração de três tópicos fundamentais:

1. Nível de debate e interação do jogador nas sessões;

2. Vídeo enquanto ferramenta para autorreflexão;
3. Timing do feedback em vídeo.

A síntese de dados extrapolados de vários estudos, permitiu identificar quatro fatores associados à problemática, desde logo o perfil geracional dos jogadores, traduzido nos seus hábitos de consumo das tecnologias e numa menor capacidade de manutenção da atenção, sendo também referido o interesse decrescente das novas gerações por ver futebol. O segundo fator foi a influência do treinador principal e a consideração do mesmo sobre a análise, podendo os jogadores adotar a visão do mesmo de forma inconsciente. O terceiro tópico foi a dificuldade do próprio jogador, uma vez que nem todos são capazes de analisar de forma crítica o seu desempenho, não sabendo onde devem incidir o foco para a sua reflexão, sem ajuda da equipa técnica. O último fator foi a perceção do valor da análise de desempenho, tendo-se apurado que existe uma discrepância entre treinadores e jogadores, com os treinadores a verem na análise maior utilidade.

Este trabalho terminou com uma série de pontos de intervenção, da forma como pode ser estimulado e promovido o uso de meios de vídeo nos futebolistas, salientando a importância de dar aos jogadores oportunidades para desenvolverem as habilidades que conduzem a autorreflexões eficazes. Um ponto fundamental foi o princípio da individualização e da preferência pessoal do atleta, sendo por isso benéfico a disponibilização de uma solução flexível relativamente ao timing de consulta. A informação cedida aos jogadores deve sempre ter um formato ajustado, sintético e apelativo e o aumento da interação com os jogadores na discussão das suas análises poderá ser uma mais-valia para a aprendizagem, por exemplo, com a equipa técnica a poder solicitar tarefas de análise de jogo aos seus atletas. Em conclusão, o desenvolvimento enquanto futebolistas deve incorporar a educação para a utilização das ferramentas tecnológicas de análise de desempenho, enquanto meio para aprimorar o seu conhecimento de jogo e pelo papel que estas empreendem no futebol profissional, ondem certamente ambicionam chegar.

A pertinência e conveniência desta pesquisa foi amplamente elogiada internamente, tendo sido posteriormente convertida num guia de referência distribuído pelos treinadores do clube e sustentando uma nova investigação realizada com os jogadores onde foram inquiridos sobre as suas preferências e perceção acerca a análise de desempenho.

## **4. ÁREA 2: Estudo de Investigação – O Efeito da Idade Relativa na etapa de transição do futebol de formação para o futebol profissional em Portugal: o caso das Equipas B**

### **4.1 Introdução**

Ao longo dos anos tem-se assistido à consolidação do futebol português enquanto referência a nível mundial. Não obstante ter um futebolista considerado o melhor do Mundo em cinco ocasiões e as conquistas recentes da Seleção Nacional – Euro 2016 e Liga das Nações 2018-2019 – as atenções centram-se nos jovens talentos que de forma consistente são produzidos pelo futebol português. Para esta crescente notoriedade do jovem futebolista português contribuiu a atribuição do prémio *Golden Boy* (melhor jogador Sub-21, atribuído anualmente pelo jornal italiano *Tuttosport*) ao Renato Sanches, em 2016, e ao João Félix, em 2019, assim como as vitórias no Europeu Sub-17, em 2016, e Europeu Sub-19, em 2018.

A época desportiva 2012-2013 marcou o regresso das Equipas B ao futebol nacional, tendo ocorrido uma reformulação da Segunda Liga (atual Liga Portugal SABSEG) para a inclusão das mesmas. A competição foi assim alargada a 22 clubes, sendo que as Equipas B seriam plantéis secundários de clubes primodivisionários, impossibilitados desde logo de subir à principal divisão e com a sua participação restrita a esta competição, não sendo incluídos na Taça de Portugal, nem Taça da Liga. Com esta medida pretendia-se criar um espaço para o desenvolvimento dos jovens futebolistas na etapa de transição do futebol de formação para o futebol profissional, inseridos num contexto muito competitivo, onde os outros clubes lutam pela promoção à Primeira Liga. Estes plantéis seriam constituídos maioritariamente por jovens, com o objetivo de os preparar para integrarem as equipas principais, mas também para dar ritmo competitivo a jogadores menos utilizados pelos plantéis principais.

Desde a época de retoma das Equipas B, participaram na competição equipas secundárias de seis clubes: SL Benfica, Sporting CP, FC Porto, SC Braga, CS Marítimo e Vitória SC. Na presente época (2020-2021) apenas SL Benfica e FC Porto se mantêm em prova, em virtude de descidas de divisão das restantes equipas. De acordo com o *Relatório “Plano B” da Liga Portugal (2021)*, desde a reativação das Equipas B a média de golos marcados por estas é superior à registada na prova, tendo uma delas inclusive vencido a competição na época 2015-2016, no entanto as participações destas equipas têm sido irregulares, comprovado pelas várias descidas de divisão, pese embora o objetivo destas equipas não sejam os resultados desportivo imediatos. Olhando de forma individual aos

jogadores que passaram por estas equipas, temos inúmeros casos de sucesso, constando jogadores que hoje integram as principais ligas e clubes europeus, destacando-se atletas como: Jan Oblak, João Cancelo, Bernardo Silva, André Gomes, João Mário, Gelson Martins, Rúben Neves, Eric Dier, Ricardo Pereira, Renato Sanches ou João Félix, entre muitos outros. Dos 23 jogadores que se sagraram campeões europeus ao serviço da Seleção Nacional de Portugal em 2016, 9 integraram Equipas B (alguns antes da retoma em 2012), número que sobe para 12 relativamente aos 23 vencedores da Liga das Nações em 2019, dados estes que ilustram a ascensão destes atletas oriundos da Segunda Liga e o sucesso da competição enquanto meio para o desenvolvimento dos jovens futebolistas.

Os atletas que chegam a este patamar de elite, vivenciaram anos e anos de prática desportiva, integrados ou não em programas de desenvolvimento, confraternizando com diferentes metodologias, alguns incorporados nestes clubes desde tenra idade, outros recrutados numa fase mais avançada do seu desenvolvimento, provindos de diversos contextos sociais e culturais, tendo em comum a participação em competições de futebol formação. As competições desportivas para jovens, na sua generalidade, organizam-se com base no ano de nascimento dos atletas, consentindo assim o confronto entre indivíduos nascidos em janeiro e dezembro, o que se traduz quase num ano de diferença entre a idade cronológica de ambos, conferindo, à partida, maior probabilidade de sucesso para os atletas nascidos no início do ano. Esta vantagem associada à diferença de idades dentro do ano de nascimento tem vindo a ser amplamente estudada nas várias modalidades desportivas, denominando-se de Efeito da Idade Relativa (EIR), sendo consistentemente evidenciada a sobrerrepresentação de atletas nascidos nos primeiros meses do ano, concretamente no caso do futebol, levantando a questão da tendência que há no processo de seleção e as consequências negativas que daí podem advir.

Neste sentido, baseado na premissa de que as Equipas B, integradas na Segunda Liga, são o contexto de elite para o jovem futebolista a quem é reconhecido potencial de chegar ao topo do futebol português, tem-se como objetivo primário analisar a presença do EIR neste quadro competitivo. Procura-se observar se existe efetivamente uma maior representatividade de atletas nascidos no início do ano de seleção, com as Equipas B a espelharem anos de seleção tendenciosa, ou, se por outro lado, é notório maior equilíbrio, indicando maior cuidado na gestão do processo de desenvolvimento dos jogadores, sendo-lhes concedido espaço para o seu desenvolvimento individual, independente do seu mês de nascimento. Os dados do *Relatório “Plano B” da Liga Portugal (2021)* indicam que, à data da publicação, 853 jogadores foram utilizados pelas Equipas B na Segunda Liga, com mais de 57% desses atletas a conseguirem jogador na Primeira Liga posteriormente, o que

“comprova o sucesso dos projetos das equipas secundárias, para alimentar o principal escalão nacional”. O mesmo documento refere ainda que “desde 2012 foram diretamente aproveitados (...) 198 jogadores” que disputaram a Segunda Liga ao serviço da Equipa B dos seus clubes, “antes de completarem 23 anos”. A observação atenta destes atletas que transitaram para as equipas principais, será também objeto de estudo, numa tentativa de identificar uma possível relação entre o EIR e as probabilidades de sucesso na transição para o futebol de topo. Do mesmo modo, o número de partidas realizadas por estes atletas na Segunda Liga até ao seu jogo de estreia na Primeira Liga será alvo de escrutínio, enquanto potencial indicador de sucesso.

## 4.2 Revisão de Literatura

O aumento da competitividade na maioria dos desportos profissionais tem vindo a incentivar os clubes a identificarem atletas talentosos desde uma idade precoce, aumentando as possibilidades de sucesso e podendo gerar recompensas financeiras significativas (Mann et al., 2017). Para conseguirem identificar e desenvolver potenciais atletas de elite, há um grande investimento por parte dos clubes, uma vez que a identificação de talento no futebol, numa idade precoce, garante que os jogadores receberão treino especializado para acelerar o processo de desenvolvimento de talento (Williams & Reilly, 2000). Este desenvolvimento é, no entanto, um processo muito complexo, com inúmeras variáveis a serem determinantes. De acordo com Baker e Horton (2004) essas variáveis podem ser divididas em primárias e secundárias, em função da sua influência na *expertise*. Os fatores primários influenciam diretamente a aquisição de desempenho especializado e incluem todos os elementos com que o atleta contribui para o seu próprio desempenho, podendo ser categorizados em fatores genéticos, fatores de treino e fatores psicológicos. Por sua vez, os fatores secundários, são os que exercem influência sobre os fatores primários, como são os casos dos fatores socioculturais ou contextuais, que têm um efeito indireto nos fatores primários. A idade de um atleta relativamente aos seus pares emergiu como um fator secundário afetando a probabilidade de um atleta atingir os níveis mais altos de habilidade (Wattie et al., 2015).

Nas competições desportivas juvenis as crianças são divididas de acordo com a sua idade cronológica, no caso do futebol, em 1997, o organismo que tutela a modalidade, a FIFA (*Fédération Internationale de Football Association*), impôs a data inicial de 1 de janeiro para o ano de seleção para as provas internacionais (Helsen et al., 2005). Este agrupamento faz com que as equipas desportivas juvenis sejam constituídas por atletas nascidos no mesmo período de 12 meses, resultando em diferenças de idade entre os

jovens nascidos logo após a data de *cut-off* relativamente aos nascidos quase um ano após essa data (Vaeyens et al., 2005). Uma diferença da idade relativa de 12 meses pode resultar em diferenças antropométricas significativas, possivelmente conferindo vantagens àqueles que são nascidos no início do ano de seleção (Helsen et al., 2005). Nas idades mais novas a diferença de um ano de crescimento e maturação pode ser ainda mais determinante para o desempenho, com os atletas mais bem sucedidos a serem frequentemente aqueles que são mais velhos dentro do grupo etário (Williams, 2009). Para Barnsley, Thompson e Legault (1992) esta diferença de idades entre crianças inseridas no mesmo grupo etário é apelidada de idade relativa e as suas consequências são o Efeito da Idade Relativa (Cobley et al., 2009; Musch & Grondin, 2001), sendo a sobre-representação de atletas nascidos no início do ano de seleção comprovada consistentemente, nas várias modalidades desportivas. A abordagem mais frequente a esta temática passa pela análise da distribuição das datas de nascimento dos indivíduos, agrupando os meses do ano em quartis (trimestres) (Helsen et al., 2005, 2012; Poli et al., 2015; Silva et al., 2015; Vaeyens et al., 2005; Williams, 2009).

Helsen et al. (2012) investigaram o EIR no futebol profissional na Europa, tendo como amostra todos os jogadores profissionais que competiram nas épocas 2000-2001 ( $n=4675$ ) e 2010-2011 ( $n=4661$ ), à exceção de Portugal e Espanha, todos os países revelaram o EIR, sendo que no segundo momento apenas Portugal não demonstrou o efeito. Na época desportiva de 2010-2011 verificaram que 31,9% dos jogadores nasceram no primeiro quartil do ano seleção, contrastando 18,4% nascidos no último trimestre. Também não houve uma diminuição da presença do fenómeno no período de uma década entre os dois momentos de investigação. Resultados semelhantes obtiveram Vaeyens et al. (2005) no futebol sénior belga, ao longo de cinco épocas competitivas, com os jogadores nascidos de janeiro a março a terem maior representação comparativamente aos nascidos de outubro a dezembro. No caso do futebol espanhol o estudo de Salinero Martín et al. (2013) consideraram não só 11 equipas de futebol profissional da Primeira Divisão, mas também as suas equipas de reservas e futebol juvenil, numa amostra total de 2216 futebolistas, com o EIR a produzir efeitos significativos nas três categorias, através da sobre-representação de atletas nascidos no primeiro trimestre. Mais recentemente Poli et al. (2015) conceberam um trabalho que enfatiza a manifestação do EIR no futebol europeu. Com uma amostra amplamente abrangente ( $n=28685$ ) onde compilaram os futebolistas das 31 principais ligas da Europa desde a época 2009-2010, depararam-se com uma representação de atletas nascidos no primeiro trimestre de 30,5%, em oposição dos 19,3% do último trimestre. De uma perspetiva neutral, uma vez que “*não há dias nem meses do*

ano em que nasçam mais pessoas (...) seria de esperar o número de futebolistas profissionais seria o mesmo independentemente do dia ou mês de nascimento”, mas tal não se verifica, confirmando esta tendência existente no futebol. Olhando às competições internacionais juvenis – a elite do futebol de formação, onde o rendimento imediato é muito provavelmente desejado - o trabalho de Williams (2009) analisou 6 edições do Mundial da FIFA Sub-17, cobrindo uma janela temporal de 10 anos (de 1997 a 2007), observando uma presença maioritária de atletas nascidos nos primeiros dois trimestres do ano em quase todas as seleções. Em concordância estão os resultados obtidos nos Mundiais da FIFA e Mundiais da FIFA Sub-20 por Silva et al. (2015), com o EIR presente em ambas as categorias no futebol masculino, enquanto que no feminino tal não se verificou, nessa amostra. Nas seleções jovens alemãs, Skorski et al. (2016) investigaram a variância dos perfis antropométricos e medições de *fitness* em função da distribuição da data de nascimento, assim como se existiam diferentes possibilidades de se tornarem jogadores profissionais dependendo do trimestre em que nasceram. A amostra de 495 futebolistas contemplou as equipas de Sub-16, Sub-17, Sub-18, Sub-19, Sub-20 e Sub-21, com os resultados alcançados a retratarem uma predominância de atletas nascidos no primeiro trimestre, apesar das medidas antropométricas e variáveis de desempenho não apresentarem diferenças significativas, o que se pode explicar pelos atletas nascidos numa fase tardia do ano de seleção poderem ter uma maturação biológica avançada, resultando numa melhor prestação física que os faz serem selecionados para estas equipas de elite.

A presença do EIR, com a significativa sobrerrepresentação de atletas nascidos no início do ano de seleção, é assim transversal a várias faixas etárias no futebol masculino, alastrando desde os momentos de seleção nos escalões mais baixos, mas com os seus impactos a perdurarem até ao futebol profissional de elite. Helsen et al. (2012) apontam precisamente para a origem do problema residir na seleção, uma vez que se os jogadores são selecionados pelas suas características físicas, sendo que, após a maturação e a perda de importância dessa vantagem, serão as habilidades técnicas o fator predominante para atingir o sucesso. Esta primazia dada aos atletas fisicamente mais desenvolvidos poderá ser responsável pela perda de muitos talentos, ao negar a jovens menos desenvolvidos fisicamente, mas igualmente ou até mais talentosos que os seus pares, o acesso a treino profissional e oportunidade de concretizarem o seu potencial. No mesmo sentido, Williams (2009) aponta para o papel que o tamanho desempenha, bem como o facto dos jogadores mais velhos serem identificados desde cedo como “*talentosos*” e com isso terem maior probabilidade de receberem instrução de nível superior e oportunidades competitivas. O mesmo autor indica ainda que a menor presença de atletas com idades relativas mais

baixas se poderá dever à menor presença absoluta dos mesmos, em consequência do abandono desportivo que os exclui assim da seleção. Wattie et al. (2015) propuseram um modelo baseado nos constrangimentos para o EIR no desporto, argumentando que a *Newell's framework of interacting constraints* e os princípios básicos da Teoria dos Sistemas Dinâmicos, fornecem uma boa base para a compreensão do EIR.

De acordo com Poli et al. (2015) o EIR diminui com o tempo, com a data de nascimento média dos jogadores a tender a aproximar-se à dos cidadãos, confirmando a tendência na seleção associada ao mês de nascimento, motivado pelas vantagens em termos de desenvolvimento, mas a partir dos 23 anos funciona um “*mecanismo duplo*” em que os jogadores precoces poderão não corresponder às expectativas sendo progressivamente excluídos a favor dos com maior potencial, previamente descartados. Os mesmos autores apontam ainda que o EIR é particularmente forte entre os principais clubes, sugerindo que quando uma equipa tem a primeira escolha na seleção de jovens, o favorecimento de jogadores com um desenvolvimento precoce é ainda maior, parecendo indicar uma relação com a importância dada aos resultados desde as categorias mais jovens.

### **4.3 Metodologia**

#### **4.3.1 Amostra**

Inicialmente foram considerados elegíveis todos os jogadores utilizados pelas Equipas B na Segunda Liga, desde a época 2012-2013 até à 2020-2021, com pelo menos 1 jogo realizado na prova. O Artigo 12º do Regulamento de Competições da Liga Portugal refere que podem ser inscritos, por estas equipas, na ficha técnica de jogo “*jogadores, aptos a competir na categoria sénior, com idades compreendidas entre os 16 e os 23 anos*” e “*dois sem limite etário*”, optando-se por isso pela exclusão de todos os atletas com mais de 23 anos, uma vez que não se enquadram no objetivo deste estudo, podendo essas vagas ser preenchidas, por exemplo, por atletas da equipa principal que não tenham tempo de jogo ao serviço da mesma.

Atletas que participaram em mais do que uma época ao serviço de uma Equipa B foram contabilizados apenas à data da sua primeira participação, de modo a evitar repetições de indivíduos. A tabela 2 ilustra o número de atletas que preenchem os dois os pré-requisitos (idade não superior a 23 anos e realização do mínimo de 1 jogo por uma Equipa B), na sua primeira época de participação.

No total foram 770 os futebolistas das equipas B que constituíram a amostra do estudo, com uma média de idades de 19,44 (desvio padrão de 1,728).

#### **4.3.2 Procedimentos da Recolha de Dados**

As informações dos jogadores (Nome, clube, idade, data de nascimento e número de jogos realizados ao serviço da Equipa B na Segunda Liga até estreia na Primeira Liga) foram obtidos com recurso aos *websites* oficiais dos clubes, *website* da Liga Portugal, do *website* especializado *Transfermarkt* e da base de dados Zerozero.

Partindo da data de seleção estabelecida pela FIFA (de 1 de janeiro a 31 de dezembro) as datas de nascimento dos atletas foram agrupadas em 4 períodos de 3 meses (trimestres), com o primeiro quartil a corresponder a janeiro, fevereiro e março (Q1), o segundo quartil a abril, maio e junho (Q2), o terceiro quartil a julho, agosto e setembro (Q3) e o quarto quartil a outubro, novembro e dezembro (Q4). Paralelamente foram também divididos por semestre de nascimento (S1 e S2).

Foi feita a verificação dos atletas que jogaram na Primeira Liga, expressa na participação dos mesmos em pelo menos 1 jogo da principal competição de clubes nacional, ao longo da sua carreira. O levantamento do número de jogos realizado ao serviço das Equipas B, na Segunda Liga, antes da sua estreia na Primeira Liga, permitiu filtrar os jogadores que possam ter integrado uma equipa B após já terem participado em jogos da Primeira Liga, fugindo assim ao propósito deste estudo.

Os atletas que acumularam jogos numa equipa B e apenas posteriormente se estrearam na Primeira Liga, estão representados na variável “Transição B para a Primeira Liga”, sendo esta a que maior relevância tem para o objetivo deste estudo. Em alguns casos a debute na Primeira Liga ocorreu ao serviço de outro clube que não aquele no qual o atleta integrou a Equipa B, sendo igualmente considerada a sua transição para o principal escalão. Importa referir que pese embora alguns jogadores tenham realizados jogos ao serviço das equipas principais noutras competições nacionais (Taça de Portugal e Taça da Liga), apenas a Primeira Liga foi examinada, por se tratar da principal competição e aquela onde à partida será menor a probabilidade de inclusão de um jovem futebolista oriundo da equipa B. A última atualização dos dados relativamente às estreias dos indivíduos na Primeira Liga realizou-se no dia 28 de outubro de 2021.

### 4.3.3 Análise dos Dados

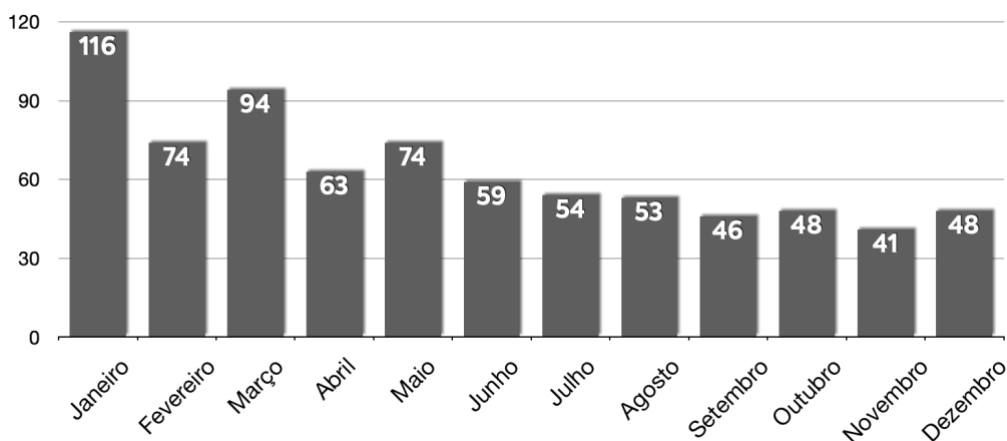
Os dados recolhidos foram inicialmente compilados e organizados num documento de *Microsoft Excel*. Posteriormente, para a execução do tratamento estatístico foi utilizado o programa informático específico de análise estatística *SPSS (Statistical Package for the Social Sciences)*, versão 26.0.

Através da estatística descritiva estabeleceu-se uma imagem da distribuição das datas de nascimento dos jogadores e da frequência para estreia na Primeira Liga e transição da equipa B para PL, bem como do número de jogos realizados pelas equipas B. A tabulação cruzada e o recurso ao teste qui-quadrado permitiram analisar as relações entre os trimestres de nascimento e as variáveis estreia na Primeira Liga e transição de equipa B para PL. O teste não paramétrico de Kruskal-Wallis foi usado para analisar a correlação entre a transição para PL e os trimestres de nascimento.

## 4.4 Resultados

**Figura 11**

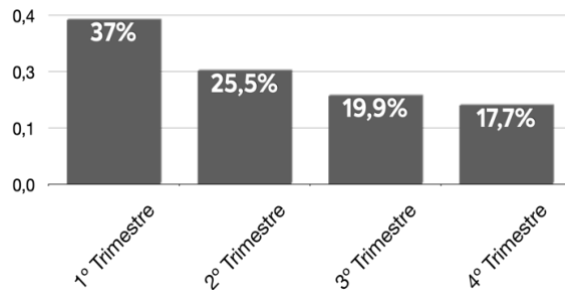
*Meses de nascimentos dos futebolistas jovens das Equipas B.*



A análise descritiva permitiu verificar a distribuição das datas de nascimento dos indivíduos da amostra, ao longo dos meses do ano. Como esperado, verificou-se uma predominância dos primeiros meses do calendário, com a figura 1 a ilustrar, em números absolutos, essa mesma distribuição. Dos 770 jogadores, 116 nasceram apenas no mês de janeiro, correspondendo a 15,06%. Em sentido contrário, o mês de novembro foi o menos representado, com apenas 41 atletas, representando 5,32%.

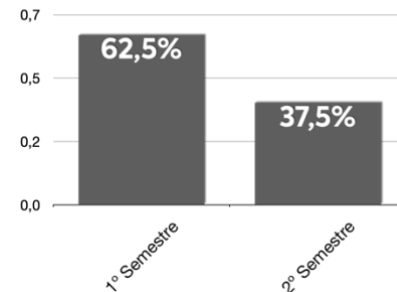
**Figura 12**

*Percentual por Trimestres.*



**Figura 13**

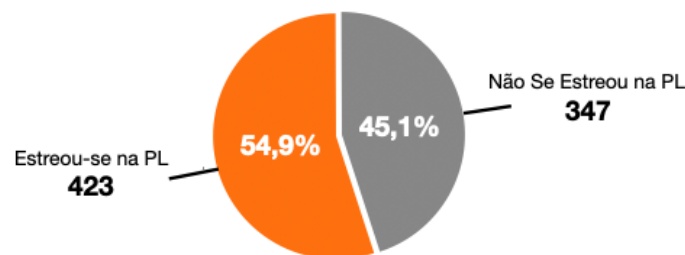
*Percentual por Semestres.*



As figuras 12 e 13 apresentam a distribuição, de forma relativa, agrupando em trimestres e semestres, respetivamente. É evidente o predomínio do período do 1º trimestre do ano, no qual nasceram 285 jogadores, cerca de 37%, seguindo-se um decréscimo gradual, com 196 nascimentos no 2º trimestre (25,5%), 153 nascimentos no 3º trimestre (19,19%) e por último o 4º trimestre onde se registou o número mais baixo de nascimento de jogadores, com 136 indivíduos, correspondente a 17,7%. A figura 3 elucida para o contraste verificado quando feita a divisão somente pelos dois semestres do ano, tendo-se registado 481 jogadores nascidos no 1º semestre (62,5%), em contraste com o 289 nascidos no 2º semestre (37,5%).

**Figura 14**

*Diagrama circular da Estreia na PL.*



Atentando ao percurso dos jovens jogadores que integraram as equipas B, na figura 14 estão ilustrados aqueles que conseguiram atingir, ou não, a principal competição do futebol nacional, a Primeira Liga. A participação em pelo menos 1 jogo da competição foi o critério utilizado, independentemente da fase da sua carreira em que aconteceu, permitindo que alguns jogadores possam ter efetuado a sua estreia na Primeira Liga, previamente à sua inclusão numa equipa B. No entanto, esta variável permite atestar o nível qualitativo dos jogadores que compuseram os plantéis das equipas B ao longo das 8

épocas analisadas, traduzido no facto de mais de metade dos mesmos terem-se estreado na Primeira Liga (54,9%). Nota para o facto dos 347 que apesar de não terem conseguido efetuar a estreia no principal escalão nacional, poderem ter atingido o nível equivalente noutros países.

Foi averiguada uma eventual relação entre a estreia na Primeira Liga e o Trimestre de nascimento, com o teste qui-quadrado (Tabela 9) a permitir verificar que não existem diferenças estatisticamente significativas ( $p\text{-value} = 0,269$ ), apresentado na Figura 5, não sendo por isso o período de nascimento relevante para a possibilidade dos jogadores atingirem ou não a Primeira Liga portuguesa.

**Tabela 9**

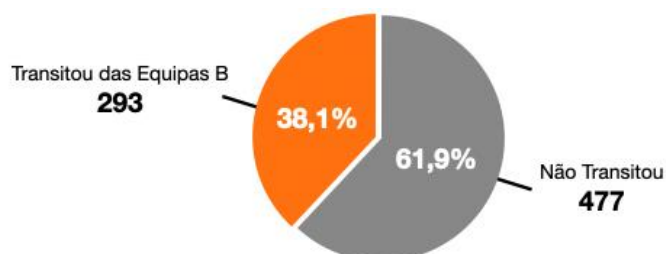
*Teste qui-quadrado para Estreia na PL e trimestre de nascimento.*

	Valor	df	Significância Assintótica (Bilateral)
Qui-Quadrado de Pearson	3,931	3	0,269

Os dados da transição das equipas B para a Primeira Liga (figura 15) mereceram especial atenção pela pertinência em aferir o impacto das equipas B no futebol nacional. Dos jogadores jovens que integraram plantéis das equipas B ao longo das oito épocas consideradas, considera-se que 293 (38,1%) transitaram efetivamente de uma equipa B para a Primeira Liga, isto é, participaram na principal competição apenas após terem jogado na Segunda Liga ao serviço de uma equipa B.

**Figura 15**

*Diagrama circular da Transição das Equipas B para PL.*



Dos 423 jogadores que atingiram o patamar da Primeira Liga (figura 14), constatou-se que um total de 130 jogadores alcançaram a sua estreia antes de realizarem qualquer partida por uma equipa B, por esse motivo não se consideram estes atletas como provenientes das equipas B para a Primeira Liga. Juntando a este grupo os 347 jogadores que não conseguiram a sua estreia na Primeira Liga, deriva a quantidade de jogadores jovens das equipas B que não transitaram para a Primeira Liga, concretamente 477 (61,9%).

**Tabela 10**

*Transição das Equipas B para Primeira Liga por Clube.*

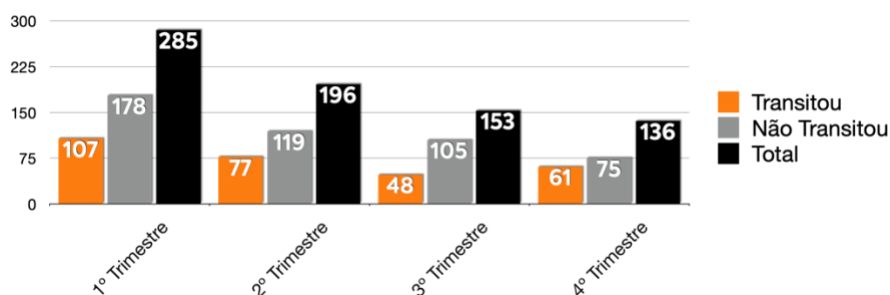
Clube	N	Transição PL	Percentagem	Taxa de Sucesso
SLB	178	75	25,60%	42,13%
FCP	153	56	19,11%	36,60%
SCB	142	52	17,75%	36,62%
VSC	126	46	15,70%	36,51%
SCP	113	48	16,38%	42,48%
CSM	58	16	5,46%	27,59%
Total	770	293		

A tabela 10 explana a preponderância das equipas B dos vários clubes, no fornecimento de jogadores para a Primeira Liga. O clube que mais contribuiu para alimentar a Primeira Liga com jovens jogadores foi o SLB (25,60%), seguido pelo FCP (19,11%) e pelo SCB (17,75%). O facto das equipas B destes três clubes terem um número maior de participações na Segunda Liga, face às decididas de divisão das restantes, contribuiu para um maior número de atletas e conseqüente probabilidade de terem os seus atletas transitar para a Primeira Liga.

Ao observar a percentagem de atletas que transitaram para a Primeira Liga relativamente ao número de jogadores do clube, expresso na taxa de sucesso, verifica-se que o SCP foi aquele que obteve melhores resultados (42,48%), ligeiramente acima do SLB (42,13%). FCP, SCB e VSC tiveram valores muito próximos, destacando-se negativamente o CSM como aquele que menos contribuiu com jogadores para a Primeira Liga.

**Figura 16**

*Distribuição dos jogadores que transitaram/não transitaram em função dos trimestres de nascimento.*



À semelhança do procedimento adotado para a estreia na Primeira Liga (tabela 9), examinou-se a eventual correlação entre a transição de uma equipa B para a Primeira Liga e o período de nascimento dos jogadores. A figura 16 demonstra a distribuição dos jogadores que transitaram, ou não, ao longo dos diferentes períodos de nascimento. Como esperado os trimestres com maior número de jogadores, foram aqueles com representatividade entre os que transitaram, a única exceção foi o 3º trimestre que apesar de ter um número superior ao 4º trimestre, foi o período do ano com menor número de jogadores a transitarem para a Primeira Liga. Dos atletas que transitaram das equipas secundárias dos clubes para a Primeira Liga, em valores relativos, 36,5% nasceram no primeiro trimestre, 26,3% no 2º trimestre, 16,4% no 3º trimestre e 20,8% no 4º trimestre.

**Tabela 11**

*Teste qui-quadrado para Transição para PL e trimestre de nascimento.*

	Valor	df	Significância Assintótica (Bilateral)
Qui-Quadrado de Pearson	5,722	3	0,126

A possível causalidade entre o trimestre de nascimento dos jogadores e o sucesso na transição de uma equipa B para a Primeira Liga, foi também mensurada, com o teste qui-quadrado a sinalizar que não existem diferenças estatisticamente significativas (*p-value* = 0,126), não sendo por isso um fator determinante a data de nascimento, para o sucesso ou não, na transição dos jogadores para a Primeira Liga.

Em relação ao número de jogos pelas equipas B, a estatística descritiva do grupo de jogadores que consumiu a transição de uma equipa B para a Primeira Liga (tabela 12), revela alguns dados a ter em consideração. Desde logo o número de jogos que em média, os jogadores realizaram na Segunda Liga, antes de efetuarem a transição para a Primeira Liga, correspondente a 31,91 (desvio padrão de 25,21).

**Tabela 12**

*Estatística Descritiva para o número de jogos até Transição.*

Mínimo	Máximo	Média	Erro Desvio	Variância
1	127	31,91	25,21	635,77

O valor mínimo (1) explana que existiram jogadores que efetuaram apenas um único jogo pelas equipas B a priori da sua progressão para a Primeira Liga, por outro lado, houve quem tivesse participado em 127 jogos ao serviço das equipas B na Segunda Liga, até ter a oportunidade de se estrear no principal escalão.

**Tabela 13**

*Teste qui-quadrado para Transição para PL e trimestre de nascimento.*

	Jogos Até Estreia na PL
H de Kruskal-Wallis	1,916
gl	3
Significância Sig.	0,590

Fazendo a correspondência entre o número de partidas realizadas ao serviço das equipas B na Segunda Liga, pelos jogadores que posteriormente transitaram para a Primeira Liga, e o trimestre de nascimento, com recurso ao Teste Kruskal-Wallis (tabela 13), observa-se a ausência de diferenças estatisticamente significativas ( $p\text{-value} = 0,590$ ), excluindo-se assim a possibilidade de o número de jogos realizados estar correlacionado com o trimestre de nascimento dos jogadores.

#### 4.5 Discussão

Olhando para a distribuição das datas de nascimento dos jogadores, pelo trimestre do ano, confirmamos a tendência verificada na grande maioria dos estudos relacionados. Neste caso, a presença de indivíduos nascidos no 1º trimestre foi de 37%, superiorizando-se aos 25,5% do 2º trimestre, 19,19% do 3º trimestre (19,19%) e 17,7% do 4º trimestre. Comparando com os estudos mais abrangentes, o artigo do CIES Football Observatory (2021) notou que, dos 43 938 futebolistas que participaram numa de 119 ligas nacionais, durante o ano de 2021, nasceram no 1º trimestre cerca de 31,2% dos jogadores, versus 19,0% no último trimestre. Poli et al. (2015) compilaram os futebolistas das 31 principais ligas da Europa desde a época 2009-2010, registando-se uma representação de atletas nascidos no 1º trimestre de 30,5%, em oposição aos 19,3% do 4º trimestre. Anteriormente Helsen et al. (2012) analisaram o EIR olhando a todos os jogadores profissionais do futebol europeu, que competiram nas épocas 2000-2001 e 2010-2011, no primeiro momento constatou-se que 29,3% dos futebolistas tinham nascido no 1º trimestre e 19,8% do 4º trimestre, sendo que, para o segundo momento alvo de estudo, o 1º trimestre registou 31,9% e o 4º trimestre 18,4%, havendo por isso um ligeiro incremento. A sobrerrepresentação do 1º trimestre reportada neste estudo corrobora com a tendência evidenciada nas variadas amostras de futebolistas de ligas profissionais, acabando por ser ainda maior a percentagem de atletas nascidos no início do ano, no entanto, o estudo que mais se aproxima deste, teve como objeto a análise ao futebol espanhol, tendo sido consideradas as equipas secundárias dos clubes da Primeira Liga Espanhola – daí a paridade das amostras em estudo – totalizando 37,3% dos futebolistas nascidos no 1º trimestre, contra os 21,5% do 4º trimestre (Salinero Martín et al., 2013). Deste modo, é possível afirmar que no contexto de Equipas B, verifica-se uma tendência forte para a predominância de futebolistas nascidos no início do ano, confirmando a presença do EIR.

É pertinente entender que tipo de jogadores integram a amostra em estudo. Os plantéis das equipas B são, à partida, constituídos por um misto de futebolistas oriundos dos escalões de formação, ou contratados a outros clubes, mas com a perspetiva de poderem evoluir e mais tarde virem a integrar as equipas principais. Examinando a realidade do futebol de formação português, na época 2019-2020 a presença do EIR na distribuição dos nascimentos dos atletas de formação (do escalão Sub-7 até ao Sub-19) era significativa, com 26,6% dos atletas a nascerem no 1º trimestre (Figueiredo et al., 2021), inclusive no escalão de Sub-19, aquele que antecede o patamar de sénior. Em relação à outra via, quando os clubes optam pelo recrutamento de futebolistas de outros clubes, será de esperar que os clubes privilegiem atletas que já apresentem bons níveis

de desempenho. A participação dos futebolistas nas seleções jovens poderá ser um indiciador importante, aos olhos dos clubes, neste processo. Um estudo no futebol alemão, concluiu que os mais novos selecionados para as seleções nacionais, têm maior probabilidade de progredirem até ao patamar profissional, possivelmente pela percepção de maior competência e resiliência mental (Skorski et al., 2016). No caso das seleções nacionais portuguesas, o estudo de Felgar (2019) observou todos os jogadores participantes nas grandes competições internacionais dos vários escalões, desde o Mundial Sub-20 de 1989, com os escalões de Sub-20 (27,7%) e Sub-21 (26,8%), a serem os que apresentam maior percentagem de atletas nascidos no 1º trimestre do ano, faixas etárias nas quais normalmente os jogadores são recrutados para compor as Equipas B. Para todos os escalões o 4º trimestre foi o menos representativo. Estes dados comprovam que dentro do futebol jovem português há uma presença evidente o EIR, visível no contexto de clube, mas também nas seleções nacionais, contribuindo para os valores medidos no contexto das Equipas B.

A relevância que deve ser dada a este fenómeno, deve ser ainda maior pelo facto dos principais clubes nacionais atuarem como exportadores de futebolistas, dependendo largamente do dinheiro obtido através da transação de jogadores. Um estudo de Romann et al. (2021) onde relacionaram o EIR com o valor de mercado dos atletas e concluiu que, embora houvesse uma sobrerrepresentação significativa de jogadores nascidos no 1º trimestre, do escalão de Sub-21 para cima, os jogadores nascidos no 4º trimestre apresentam valores de mercado superiores, tratando-se de um caso de EIR inverso. A partir do escalão de Sub-18 até chegarem a Sub-23, o valor do mercado dos futebolistas do 1º trimestre aumentou 560%, ao passo que, para os atletas do 4º trimestre, o valor subiu 810%, evidenciando uma subvalorização inicial dos jogadores mais jovens. O fenómeno do EIR inverso é frequente na literatura, por exemplo no trabalho de Ramos-Filho e Ferreira (2021) atestou que os futebolistas nascidos no final do ano obtiveram melhores desempenhos desportivos a longo prazo e, inclusive, para a faixa etária dos 27-28 anos, o 4º trimestre foi o grupo com maior representatividade na amostra, indiciando que houve a inclusão tardia de jogadores nascidos na final do ano, previamente preteridos, ou seja o mercado do futebol acabou por corrigir a tomada de decisão ocorrida na fase profissionalização dos jovens futebolistas.

Passando à análise das carreiras dos futebolistas da amostra, mais de metade dos jovens das Equipas B alcançaram a estreia na Primeira Liga (54,9%), evidenciando o nível qualitativo dos jogadores utilizados pelas equipas B. Uma vez que este valor engloba os casos de indivíduos que possam ter tido essa estreia antes de fazerem parte das Equipas

B, a filtragem daqueles participaram na principal competição nacional unicamente após terem jogado na Segunda Liga ao serviço de uma equipa B, permite aferir a representatividade de futebolistas que verdadeiramente transitaram das Equipas B para a Primeira Liga (38,1%). Este número, expressa a importância do papel das Equipas B na “alimentação” das equipas da Primeira Liga, com o contexto da Segunda Liga a revelar-se como um ambiente benéfico para os jovens futebolistas potencializarem e prepararem-se para a passagem para a Primeira Liga. O clube que melhor aproveitamento obteve de atletas das Equipas B, em números absolutos, foi o SLB, responsável por 75 atletas, correspondentes a 25,60% daqueles que transitaram, mas o facto de, juntamente com o FCP, serem as únicas que se foram mantendo na Segunda Liga (por descida de divisão das restantes), faz com que a sua maior longevidade se traduza num número maior de atletas utilizados. De forma relativa, o SCP foi o clube que acaba por conseguir maior taxa de sucesso, com 42,38% dos seus jogadores a conseguirem transitar para a Primeira Liga. Os dados obtidos espelham o contributo das academias dos principais clubes portugueses, sabendo que o nível qualitativo das suas equipas principais é muito elevado, apenas uma percentagem reduzida dos atletas formados por estes clubes conseguem atingir esse patamar, levando a que os jovens que ficam aquém acabem por continuar as suas carreiras noutros clubes, isto significa que os maiores clubes nacionais formam futebolistas não só para si, mas também para os restantes clubes, através dos seus excedentários.

Este estudo investigou também a correspondência entre o trimestre de nascimento dos jogadores e o seu percurso futebolístico. Testaram-se as hipóteses de o período de nascimento dos atletas estar associado ao seu sucesso, quer para a condição de obtenção de estreia na Primeira Liga, quer para o completar desde as equipas B. Para ambos os casos não se verificaram diferenças estatisticamente significativas, o que aponta para a data de nascimento não ser um fator determinante para os jogadores jovens das Equipas B portuguesas, chegarem à mais importante competição do futebol nacional. Neste quadro competitivo, embora os jogadores sejam jovens, já se trata de uma prova profissional sénior, onde as características associadas a possíveis vantagens, têm menos impacto do que comparado a faixas etárias inferiores. Vários autores apontam para a redução do EIR com o passar dos anos, Poli et al. (2015) afirmam que o fenómeno em causa é particularmente intenso nos primeiros anos de carreira profissional, com os jogadores nascidos na fase inicial do ano a terem maiores facilidades de acesso ao futebol profissional, mas com o avançar da idade, este efeito vai-se desvanecendo. Salinero Martín et al. (2013) constataram que no caso espanhol, no futebol profissional há uma redução significativa do EIR, comparativamente ao futebol de formação. Para Carling et al. (2009),

após o processo de seleção e desde o momento em que o jogador integra uma academia de elite, a influência da data de nascimento não se revela significativa para a possibilidade do atleta atingir ou não o estatuto de profissional.

No que concerne ao número de jogos realizados ao serviço das Equipas B antes da passagem para a Primeira Liga, chegou-se ao valor médio de 31,91 partidas, na Segunda Liga. Uma vez que este valor se aproxima de 34 – número de jornadas no atual formato da Segunda Liga – pode-se cogitar que a conclusão de uma época desportiva, na sua totalidade, ao serviço de uma Equipa B, poderá servir de referência para a assunção de uma capacidade de resposta dos futebolistas a um estímulo competitivo superior. Não tendo sido possível encontrar estudos análogos noutros países, não existem valores com os quais se possa confrontar o valor calculado, é mais importante realçar a infinidade de fatores que exercem peso neste processo e a variabilidade entre indivíduos. O valor mínimo de jogos realizados (1) e o máximo (127), explanam a volatilidade desta etapa, relativizando ainda mais a importância atribuída ao valor médio obtido. O atleta que necessitou das 127 aparições numa Equipa B, acumulou um número de jogos quase equivalente a 4 épocas completas (no formato atual), enquanto outro atleta precisou apenas de 1 jogo na Segunda Liga, até ter a sua oportunidade na Primeira liga. Esta discrepância, comprova a variedade e complexidade do processo de transição do futebol de formação para o futebol profissional, sendo possível encontrar na literatura vários trabalhos acerca das dificuldades experienciadas na nesta frase, afirmando que os futebolistas vivenciam simultaneamente alterações profundas a nível da exigência física, psicológica e social (Finn & McKenna, 2010; Røynesdal et al., 2018; Swainston et al., 2020).

#### **4.6 Conclusão**

O fenómeno da idade relativa no desporto tem sido amplamente estudado nas últimas décadas e existe um consenso na literatura acerca da sobrerrepresentação de futebolistas nascidos nos primeiros meses do ano, em vários países, como atesta a revisão de Sarmiento et al. (2018). É comumente aceite que a seleção em idades jovens pode ter repercussões no futuro, aumentando as hipóteses de virem a ser selecionados nos anos subsequentes.

Desde a época 2012-2013 que foram reintegradas as Equipas B na Segunda Liga Portuguesa, o projeto visava dar espaço aos principais clubes, para desenvolverem os seus jovens futebolistas, num campeonato que os pudesse aproximar das exigências da Primeira Liga, atenuando assim o salto direto desde o futebol de formação para

profissional. O objetivo deste trabalho foi analisar a presença do Efeito da Idade Relativa nos futebolistas utilizados pelas Equipas B, com idade igual ou inferior a 23 anos. Os resultados recolhidos demonstraram a maior parte dos futebolistas nasceram no 1º trimestre (37%), enquanto o 4º trimestre foi o período com menor número (17,7%). A magnitude destes valores, superiores aos obtidos normalmente no futebol profissional, podem ser explicados pelo facto de as Equipas B, embora inseridas numa competição profissional, sejam uma prolongação do futebol de formação, onde o EIR é mais vincado, visto que concentram nos seus plantéis jovens provenientes das suas academias e jovens contratados a outros clubes, nos primeiros anos de futebol sénior.

O conceituado treinador Arsène Wenger afirma que *“Muitos jovens talentosos perdem tempo no banco de grandes equipas em vez de acumularem experiência no campo”* (FIFA Publications, sem data), é no combate a este fenómeno que as Equipas B vieram evolucionar o futebol português. A análise da quantidade de jogadores que as Equipas B desenvolveram para a Primeira Liga, permite constatar o peso e importância que este projeto teve para o futebol português, atuando como uma “incubadora” de talento, concedendo espaço competitivo para os jovens futebolistas terem o primeiro contacto com o futebol profissional, numa prova onde defrontam jogadores muito mais velhos e experientes, alavancando assim o processo de desenvolvimento. Este contributo inegável reforça a valorização e investimento que os clubes devem fazer nestas equipas.

O período de nascimento dos futebolistas não se revelou estatisticamente significativo para as probabilidades de os jogadores atingirem o patamar da Primeira Liga ou conseguirem a transição de uma Equipa B para a principal competição.

Este estudo serve também para comprovar a variedade e complexidade que é a transição do futebol de formação para o futebol profissional, visível no número de jogos realizados pelos jogadores ao serviço das Equipas B, antes da sua passagem para a Primeira Liga. Tanta heterogeneidade vem ilustrar a infinidade de caminhos que os jovens futebolistas podem realizar, numa etapa transitória que altamente difícil, onde os jogadores são expostos a adversidades a diversos níveis.

Como limitações deste estudo, está o facto de se ter focado numa amostra de jogadores de um contexto muito específico, as Equipas B, ainda muito pouco exploradas do ponto científico, não ter sido possível estabelecer comparações diretas com outros trabalhos similares. Também a ausência de longevidade do estudo, com a participação em jogo(s) da Primeira Liga a poder ser escassa para avaliar a permanência dos atletas num nível elevado, no futuro, uma análise retrospectiva destes jogadores poderá permitir medir ainda mais a repercussão das equipas B, não só a nível nacional, como internacional.

## **5. ÁREA 3: Relação com a Comunidade – *Webinar* Análise e Observação no Futebol**

### **5.1 Introdução**

Ao longo das últimas décadas a área da análise e observação de jogo cresceu exponencialmente, muito graças aos progressos tecnológicos, com os avanços nos sistemas de análise auxiliada por computador e vídeo, bem como maior visibilidade e alcance global, a levarem a um aumento substancial na literatura e métodos de análise de desempenho de futebol (McLean et al., 2017; Sarmiento et al., 2018). Os treinadores de todos os níveis frequentemente usam vídeos para registrar e analisar o desempenho do jogador e da equipa, com a análise de vídeo a possibilitar um treino mais eficiente e uma aprendizagem mais rápida, procurando produzir resultados positivos em campo (Carling, 2007).

A evolução e desenvolvimento do jogo de futebol exigem dos treinadores uma constante atualização de conhecimento, com os treinadores a procurarem, através da análise de jogo, novas oportunidades para aumentar os seus conhecimentos e prestação das suas equipas (Gama et al., 2017). A formação contínua faz parte do desenvolvimento de todo o treinador, o futebol está em constante evolução e os momentos de partilha nos quais profissionais da área partilham as suas vivências, tem benefícios inestimáveis, não só para jovens treinadores numa fase inicial do seu trajeto, mas também para os treinadores com mais anos de experiência. Nesse sentido e inserido na tarefa de estágio de relação com a comunidade, surge a criação de um evento sobre a área emergente do futebol que é a observação e análise.

O objetivo estabelecido pela organização foi conseguir entrar realmente no que é o dia-a-dia de um treinador analista, obtendo testemunhos reais do trabalho prático realizado no futebol profissional, tentando contribuir para a reflexão e melhoria da qualidade do trabalho desenvolvido por todos os que assistissem.

### **5.2 Formato da Sessão**

A situação excecional de pandemia que assolou o Mundo levou à proliferação das ferramentas tecnológicas de comunicação, numa tentativa de superar os constrangimentos que impediam o ajuntamento físico das pessoas, com as reuniões e conversas *online* a figurarem no novo quotidiano. A educação não foi exceção, com os vários níveis de ensino a terem de se adaptar, enveredando pelos meios de ensino à distância. A plataforma Zoom

foi fundamental nesta adaptação ao distanciamento físico, permitindo a realização de reuniões *online* de forma fácil e intuitiva, tornando-se num recurso amplamente difundido e com o qual as pessoas rapidamente se familiarizaram.

O *webinar* consiste num seminário ou conferência *online*, um formato de evento que se tornou muito frequente, no caso específico do futebol assistiu-se à disseminação de formações deste género, permitindo a todos os entusiastas o acesso a discussões e partilhas de inúmeros profissionais da modalidade, alguns com os quais tamanha proximidade seria improvável de outra forma.

Neste sentido, desde o primeiro momento que foi estabelecido pela organização a realização do evento pela via de um *webinar*, facilitado pelo facto de, através da Universidade de Lisboa, a plataforma Zoom permitir aos estudantes a criação de eventos com duração ilimitada e um máximo de 300 participantes, de forma gratuita.

### **5.3 Público-Alvo**

Este evento destinou-se sobretudo a estudantes universitários e jovens treinadores, tendo sido divulgado em vários grupos *online* de faculdades de desporto e também de treinadores de futebol, no entanto por se tratar de um evento aberto poderão ter participado quaisquer interessados no tópico abordado. Para acesso ao evento, optou-se pela não requisição de inscrição, bastando aos interessados entrarem no *link* de acesso aquando do evento.

### **5.4 Organização e Planeamento**

Nos meses que antecederam o evento a organização reuniu – também à distância – em diversas ocasiões, delineando os procedimentos a seguir para a realização do evento, processando-se a preparação do evento da seguinte forma:

- **Reunião 1** (13/03/2021):

Definição do tema “Análise e Observação” e do formato *online* e numa dinâmica de mesa-redonda com três convidados – analistas profissionais - a definir, ficando estabelecido as seguintes tarefas até à reunião seguinte:

1. Visualização de eventos do género para analisar a forma de condução do evento e tipologia de perguntas aplicadas;
2. Determinação de potenciais convidados;
3. Redação do primeiro esboço do guião.

- **Reunião 2 (02/04/2021):**

Foi realizado um ponto de situação e definidos os convidados a contactar – inicialmente por via informal – e um debate acerca do esboço do guião, inicialmente com 15 perguntas tipo seleccionadas. Por último foi discutida a data do evento, considerando os seguintes pontos:

1. Disponibilidade da organização;
2. Datas de conclusão das principais ligas europeias, final da Taça de Portugal, final da Liga dos Campeões e final da Liga Europa;
3. Outros eventos a ocorrer;

Com base nestas condicionantes o momento escolhido para a realização do evento foi o dia 27 de maio, no horário das 21 horas.

- Nos dias seguintes e após o contacto com vários analistas profissionais, foi formalizado o convite via e-mail e ficou completo o painel de convidados:

1. Tiago Fonseca (Vitória Sport Clube);
2. Cláudio Lopes (Ex-Unión Deportiva Almería)
3. Rui Pedro Sousa (Ex-Sporting Clube Farense)

- **Reunião 3 (20/05/2021):**

Nesta sessão foi feito novo ponto de situação e resolvidas pequenas questões como a fotografia em falta de um dos oradores e foi elaborado o guião final, tendo sido seleccionadas nove perguntas (algumas com várias alíneas) a colocar aos convidados, um número tido como algo excessivo e que na ótica da organização dificilmente existiria tempo para colocar todas. Por fim foram definidos os procedimentos seguintes a adotar, nomeadamente o lançamento e divulgação do evento e o envio de um novo e-mail aos convidados, com as instruções e perguntas para que pudessem preparar-se para o encontro.

- Seguiu-se a redação da descrição do evento, criação da sala Zoom e respetivo *link* de acesso e a criação do evento no Facebook, onde seria divulgado. Propôs-se ainda a partilha do mesmo nas redes sociais pessoais de cada um dos organizadores, a divulgação em grupos de estudantes académicos de desporto e grupos de treinadores de futebol, bem como o envio a colegas, conhecidos e amigos que pudessem ter interesse.

- Foi remetido para os convidados um novo e-mail, agradecendo a sua presença e os seguintes anexos:
  1. Guião com perguntas base e outras informações adicionais;
  2. Cartaz do evento;
  3. *Link* do evento no Facebook;
  4. *Link* para sala Zoom e notificação de que reenviaremos o mesmo no dia do evento;
 Demonstrou-se disponibilidade total para esclarecer qualquer dúvida dos convidados.

- **Reunião 4 (25/05/2021):**

A dois dias do acontecimento foi feito novo balanço, com o evento do Facebook a exibir as respostas de 36 pessoas que “vão” ao evento a que se juntam 88 “interessados”.

Organizou-se a apresentação e a condução do evento, tendo sido feito o agrupamento de perguntas em três tópicos, ficando cada um responsável por um deles, com a seguinte estrutura:

1. Introdução + Contextualização: Pergunta 1 à 5
2. Trabalho do Analista Pré-Jogo: Pergunta 6 e 7
3. Papel do Analista e Envolvimento: Pergunta 8 e 9
4. Perguntas dos participantes (Se houver tempo)
5. Perguntas de reserva

Nesta reunião foi ainda feito um teste dos planos de fundo virtuais personalizados a usar no evento.

## 5.5 Análise SWOT

A ferramenta SWOT sugere a combinação dos pontos fortes e fracos, com as oportunidades e ameaças (Meyer, 2003 cit. por Nyarku & Agyapong, 2011), tendo sido aplicada a este evento para fornecer uma visão ampla.

### Tabela 14

*Análise SWOT do evento.*

<b>Forças</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Área emergente do futebol, atrativo para muitos jovens treinadores que ambicionam trabalhar como analistas;</li> <li>• Proximidade dos organizadores com o tema, estando os três a exercer funções na área nos seus locais de estágio;</li> </ul>

- 
- Leque de convidados com experiência no futebol profissional e passagens por clubes de relevo o que torna o evento mais atrativo para potenciais interessados;
  - Caráter gratuito e aberto, tornando o evento muito apelativo;
  - Familiarização generalizada do público com *webinars* e formações online, derivado da situação pandémica atual.
- 

#### **Fraquezas**

---

- Apesar da seleção da data e hora ter sido minuciosa, por decorrer num dia da semana às 21 horas poderá ser incompatível para alguns membros do público-alvo, pela eventual presença em treinos de futebol;
  - Por não ser uma formação creditada pelo Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), nem com emissão de certificação, poderá diminuir o interesse do público-alvo;
  - Não disponibilização posterior da gravação aos participantes;
- 

#### **Oportunidades**

---

- Capacidade de reunir na mesma sessão convidados com anos de experiência profissional na área, em diferentes contextos a nível nacional e internacional;
  - Criar um ótimo momento de partilha de experiências sobre esta área, beneficiando e enriquecendo os participantes, organizadores e os próprios convidados;
  - Aumento da exposição dos organizadores e alargamento do *networking* com outros profissionais do futebol;
- 

#### **Ameaças**

---

- Limitação da duração do evento, sendo o formato mesa-redonda e o número de convidados (três) muito propício a que algumas intervenções se prolongam e obriguem a um reajuste do plano inicial;
  - Risco de a estratégia de divulgação ser insuficiente podendo perder-se no meio da enorme quantidade de informação a que as pessoas são expostas diariamente nas redes sociais.
- 

## **5.6 Principais Ideias Resultantes da Participação dos Convidados**

Subsequente das várias questões lançadas pelos organizadores os convidados refletiram e dialogaram sobre diferentes pontos da Análise e Observação no Futebol, cada um deles em função das suas experiências e perceções, gerando uma série de ideias a reter para o futuro desempenho de funções nesta área, entre as quais:

1. Existem inúmeras possibilidades de trajetos para chegar a treinador analista, a via académica confere algumas bases, mas é no trabalho prático e no acumular de experiências que o treinador mais irá evoluir;

2. O conhecimento de jogo foi apontado como indispensável, é fundamental habituar-se a observar jogos atentando aos comportamentos táticos. A capacidade de adaptação e de trabalhar sob pressão, bem como as competências sociais têm também um grande peso;
3. Há uma diferenciação entre um analista de equipa técnica – mais próximo do treinador – e um integrante de um departamento ou gabinete de observação do clube. O primeiro, membro da equipa técnica, é o elo de ligação entre o departamento de análise e o treinador, cabendo-lhe filtrar a informação que recebe do departamento em função do que são as ideias do treinador, para que a análise vá ao encontro do que o treinador quer para o jogo. Por outro lado, o papel do analista de departamento é auxiliar a equipa técnica, tendo menor interferência direta no treino e planeamento estratégico do que um analista da própria equipa técnica. O analista de equipa técnica está normalmente mais associado à análise da própria equipa, ficando a análise do adversário a cargo do(s) analista(s) do departamento supracitado;
4. Ao analisar o adversário, o número de jogos observados é algo muito variável (5 ou 6 jogos foi apontado como indicado), o local do jogo (casa ou fora) é outro indicador relevante, o jogo da 1ª volta, quando existente, também deve ser considerado. No entanto o mais importante é atentar a jogos com adversários que utilizem o mesmo sistema tático que o da própria equipa e quais as virtudes e debilidades apresentadas;
5. O *timing* e frequência da transmissão da informação produzida pela análise, aos jogadores, deve ter a sensibilidade de entender o momento da equipa e o estado de espírito, o conhecimento do grupo e da sua receptividade aos momentos de comunicação é crucial, podendo a equipa técnica optar por sessões setoriais ou individuais, ao invés de coletivas. Por vezes, um jogador ao ver demasiadas virtudes no adversário pode diminuir-se a ele próprio, retirando confiança, o que poderá ser prejudicial, daí a necessidade de prudência na forma como se transmite a informação.
6. O treinador deve trabalhar a equipa como um organismo só e com capacidade de interpretar as microestruturas do adversário no jogo e isso consegue-se através do treino, análise e muita reflexão, o jogo não sendo uma ciência exata, tem muitos critérios que o suportam e no nível de elite é imprescindível os jogadores terem capacidade de entender o jogo e ao treinador ter uma base de sustentação que permita convencer os jogadores que um determinado comportamento faz diferença;
7. Perante a variabilidade de sistemas táticos que as equipas, cada vez mais, apresentam, o fundamental é entender as sub-dinâmicas de cada uma delas, sobretudo nos momentos em que é o adversário a ter bola, deve-se preparar os jogadores para

- os vários comportamentos, uma vez que não há controlo, já quando a própria equipa se encontra com a posse de bola o sistema adversário ganha menos importância, interessando perceber em função do que a própria equipa faz, como se pode ajustar;
8. Defensivamente é onde as equipas mais se ajustam a nível estratégico, são essenciais as regras coletivas, definidas pelo treinador, para poderem responder aos vários tipos de situações que o jogo possa trazer de forma aleatória. Estas regras estão associadas às tarefas que cada atleta tem de cumprir dentro da estratégia elaborada, estratégia essa que é simples e que acreditam conseguirá condicionar o adversário no seu momento forte, aliada com algo que já esteja incluído na dinâmica da própria equipa e possa ferir o adversário no seu processo defensivo;
  9. Um dos oradores afirmou que na sua equipa técnica realizam uma reunião no início da semana sobre o que identificaram no adversário que, em função do conhecimento da própria equipa, possa ser aproveitado, uma vez que nem todas as valências identificadas noutras equipas possam ser replicadas pela sua e não será numa semana que irão alimentar isso, optam antes por pegar em dois ou três pontos que identificam no adversário que, pelo que a sua equipa já faz ou pode potenciar sem alterar muito a sua ideia de jogo, para aquele momento, e estimular uma ideia previamente determinada no microciclo, ou seja, em função do dia da semana e dos diferentes regimes, incluir um determinado comportamento nos exercícios adequados, preparando a equipa para o que possa encontrar no jogo;
  10. Ao intervalo é usual serem passadas algumas imagens do jogo, primeiro ao treinador e, caso ele considere pertinente, aos jogadores. Estas imagens serão normalmente relativas aquilo que a própria equipa não está a fazer bem – incumprimento das regras – devendo a comunicação com banco ser assertiva e pontual, para não sobrecarregar de informação.
  11. É importante as pessoas ligadas a esta área lutarem pela valorização da mesma, a nível de oportunidades, reconhecimento financeiro e possibilidades de formação, ao conseguirem subir etapas devem-se lembrar a dificuldade e tentar dar a mão a quem precisa. A evolução enquanto profissional será potenciada ao aprender com os outros, tentar perceber o que os outros profissionais estão a fazer e para onde caminha o jogo de futebol é importante, conhecer aquilo que são as tendências evolutivas do futebol, ver diferentes equipas e entender as suas dinâmicas. Acima de tudo estar sempre recetivo, atento e a procurar melhorar.

## 5.7 Balanço e Reflexão

Ao longo do processo de planeamento e desenvolvimento da iniciativa todos os membros do grupo contribuíram e trabalharam afincadamente, desde o primeiro momento que houve uma simbiose, sendo o consenso alcançado facilmente relativamente aos objetivos a alcançar com este evento. A disponibilidade dos organizadores, fortemente condicionada pelos encargos nos seus estágios, atrasou o processo elaboração do projeto, tendo avançado ligeiramente mais tarde do que inicialmente previsto, no entanto, e até pelos vários acontecimentos anteriormente descritos que poderiam roubar o interesse do público-alvo, considera-se que a data foi apropriada.

Aos olhos da organização a adesão de público ao evento foi positiva, inicialmente foram dados 5 minutos de tolerância para que os interessados pudessem entrar, o número de espectadores estabilizou depois nos 45 (sem contar com convidados e organizadores) sem que se registassem grandes oscilações, denotando a manutenção do interesse do público presente, ao longo do evento.

A duração do evento foi algo que alarmou a organização *a priori*, consciente que o número de oradores e a tipologia de respostas aberta em tópicos que tanto dizem aos convidados, facilmente desencadearia respostas longas, dificultando uma previsão temporal. Com o evento a ter início às 21 horas e num dia de semana, definiu-se as duas horas como limite. O receio de um eventual alargamento veio a confirmar-se, tendo o evento terminado após 2 horas e 32 minutos, obrigando à supressão de algumas das questões planeadas e do momento em que seriam colocadas questões dos participantes, no entanto este prolongamento não foi considerado grave uma vez que se deveu, de certa forma, à qualidade e riqueza da discussão.

O formato do evento foi outro ponto relevante, apesar da impossibilidade de realizar o evento presencial, mesmo caso houvesse essa possibilidade, outras ameaças surgiriam, por exemplo ao tornar mais difícil a presença dos convidados, uma vez que residem em diferentes zonas do país, o que leva a organização a acreditar – até pelo que é a habituação recente do público a estas conferências *online* – que os benefícios de realizar este evento num formato não-presencial superam as desvantagens.

A materialização do evento acabou por corresponder aos objetivos do evento, conseguindo aprofundar muito o que é a rotina e o trabalho diário de um treinador analista, com os oradores a darem diversos exemplos muito interessantes, abrindo aos presentes o trabalho por eles desenvolvido em contextos de elite. As ideias expressadas pelos convidados merecem enorme reflexão de todos os presentes e certamente terão impacto no futuro desenvolvimento de atividade na área da análise e observação no futebol. Logo

após o término da sessão os três membros organizadores reuniram para fazer o balanço e foi unânime o sentimento de satisfação e percepção do evento como tendo sido bem-sucedido. Alguns dos participantes deixaram comentários de congratulação, enquanto outros contactaram com os organizadores posteriormente também para manifestar o seu agrado com o evento, reforçando ainda mais o sentimento de êxito.

## **6. CONCLUSÃO E PERSPETIVAS FUTURAS**

Os conteúdos abordados neste relatório, são a compilação das experiências, vivências e conhecimentos adquiridos nas várias áreas de intervenção, ao longo do estágio de uma época desportiva na equipa de Iniciados B do Sport Lisboa e Benfica.

Do ponto de vista profissional, a possibilidade integrar um clube de excelência no futebol de formação, foi uma oportunidade única, e que se viria a confirmar como extremamente proveitosa. No escalão de iniciados, encontrei uma equipa multidisciplinar, altamente profissional, onde a área técnica é apoiada por diversos departamentos complementares, atuando todos de forma articulada. A prioridade no desenvolvimento do jogador, numa perspetiva longitudinal, está espelhada na organização e estruturação do processo formativo dos futebolistas do clube. Por esse motivo, as práticas internas associadas ao desenvolvimento individual do jogador foram particularmente enriquecedoras, nomeadamente pela forma como se encaram os vários desafios e fenómenos que afetam o desenrolar do processo formativo de futebolistas, sendo a gestão dos jogadores muito importante, de forma a conseguir dar aos atletas os estímulos adequados para o seu desenvolvimento.

A incorporação na equipa técnica permitiu-me aprofundar significativamente o conhecimento acerca do processo de planeamento e operacionalização do treino, entendendo de que maneira variam e se adaptam os conteúdos nas diferentes etapas de formação dos jogadores.

Paralelamente, estar integrado no Departamento de Análise e Observação do futebol de formação do clube, abriu-me os horizontes no que ao conhecimento de jogo concerne, beneficiando da partilha de conhecimento constante com os outros elementos do departamento, o que, aliado às funções e tarefas do cargo, bem como o envolvimento em vários projetos complementares, marcaram o meu crescimento enquanto treinador analista. Embora estivesse envolvido num escalão da área de Iniciação, a proximidade existente entre os membros dos vários escalões, dentro do departamento, permitiu conhecer as práticas dos diversos escalões, nomeadamente da Equipa B, o mais alto patamar do futebol de formação do clube e onde a abordagem, sob o ponto de vista da

observação e análise de jogo, é muito próximo da mantida no futebol profissional. Do ponto de vista técnico, o conjunto de recursos de excelência à disposição, revelaram-se uma mais-valia que procurei sempre aproveitar, conseguindo aproximaram-me das melhores práticas nesta área, destacando o acesso e manuseamento do software *Hudl Sportscode*, altamente reconhecimento nesta área, e no qual tive a oportunidade de me instruir e capacitar.

No entanto, além das competências científicas, este período de estágio obrigou a um grande desenvolvimento ao nível pessoal e social. Neste contexto de excelência, a exigência e rigor são permanentes, obrigando a um grande espírito de sacrifício e elevados níveis de compromisso com o projeto, onde a proatividade e a busca permanente da excelência, foram fundamentais para dar resposta às solicitações emergentes ao longo do estágio.

Este estágio ficou marcado pelas condicionantes impostas pela situação pandémica vivia, provocando um clima de maior instabilidade e interrupções recorrentes à atividade presencial, reduzindo o volume da experiência prática que seria desejada. A médio/longo prazo será interessante avaliar o grau de impacto das consequências desta crise pandémica no desporto jovem, e em particular, no desenvolvimento de jovens futebolistas. No entanto, da adversidade emergiu a engenhosidade e a necessidade de ter a capacidade de encontrar alternativas para rentabilizar estes períodos, quer na perspetiva de dar estímulos positivo aos jogadores, quer do ponto de vista do estagiário e do seu desenvolvimento de competências.

Na minha ótica, os objetivos pessoais e profissionais traçados para este estágio foram concretizados, sendo que apesar de todas as condicionantes, esta etapa foi um passo enorme do meu desenvolvimento pessoal, a todos os níveis, concluindo este curso de Mestrado dotado de conhecimento científico e uma experiência prática preciosa, aliados a uma adaptabilidade e capacidade de resiliência que espero, me beneficiem no futuro profissional.

A minha expectativa a curto prazo é poder continuar a trabalhar no futebol de formação e, eventualmente, futebol profissional, permanecendo ligado à área da observação e análise, dando assim continuidade ao meu processo formativo, nomeadamente aprofundando o meu entendimento de jogo, do ponto de vista tático, numa modalidade tão rica como o futebol, onde a evolução é constante. Para tal, estarei sempre aberto e recetivo a novas aprendizagens, numa atualização do conhecimento permanente, tencionando contactar com diferentes pessoas, contextos e realidades.

## REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Araújo, D., & Davids, K. (2011). Talent Development: From Possessing Gifts, to Functional Environmental Interactions. *Talent Development & Excellence*, 3(1), 23–25.
- Araújo, D., Davids, K., & Hristovski, R. (2006). The ecological dynamics of decision making in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(6), 653–676. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.07.002>
- Araújo, D., Fonseca, C., Davids, K., Garganta, J., Volossovitch, A., Brandão, R., & Krebs, R. (2010). The Role of Ecological Constraints on Expertise Development. *Talent Development & Excellence*, 2(2), 165–179.
- Bailey, R., Collins, D., Ford, P., MacNamara, Á., Toms, M., & Pearce, G. (2010). *Participant Development in Sport: An Academic Review*. 139.
- Baker, J. (2003). Early Specialization in Youth Sport: A requirement for adult expertise? *High Ability Studies*, 14(1), 85–94. <https://doi.org/10.1080/13598130304091>
- Baker, J., & Wattie, N. (2018). *Innate talent in sport: Separating myth from reality*. 9.
- Balyi, I. (2001). Sport system building and long-term athlete development in Canada – The Situation and the Solutions. *Coaches Report*, 8, 4.
- Bayer, C. (1994). *O Ensino dos Desportos Coletivos*. Dinalivro.
- Belli, R., Dias, G., Gama, J., Couceiro, M., & Vaz, V. (2015). *Análise multidimensional dos indicadores de rendimento desportivo de equipas profissionais de Futebol*.
- Bergeron, M. F., Mountjoy, M., Armstrong, N., Chia, M., Côté, J., Emery, C. A., Faigenbaum, A., Hall, G., Kriemler, S., Léglise, M., Malina, R. M., Pensgaard, A. M., Sanchez, A., Soligard, T., Sundgot-Borgen, J., van Mechelen, W., Weissensteiner, J. R., & Engebretsen, L. (2015). International Olympic Committee consensus statement on youth athletic development. *British Journal of Sports Medicine*, 49(13), 843–851. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-094962>
- Carling, C. (2007). *Handbook of Soccer Match Analysis: A Systematic Approach to Improving Performance* (1.<sup>a</sup> ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203448625>
- Carling, C., Le Gall, F., & Malina, R. M. (2012). Body size, skeletal maturity, and functional characteristics of elite academy soccer players on entry between 1992 and 2003. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1683–1693. <https://doi.org/10.1080/02640414.2011.637950>
- Carling, C., Le Gall, F., Reilly, T., & Williams, A. M. (2009). Do anthropometric and fitness characteristics vary according to birth date distribution in elite youth academy soccer players?: Relative age effect in elite youth soccer. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 19(1), 3–9. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2008.00867.x>

- Carling, C., Reilly, T., & Williams, A. M. (2008). Match Analysis. Em *Performance Assessment for Field Sports*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203890691>
- Carvalho, C. (2014). Modelo de Jogo. Em *Entre Linhas*. Prime Books.
- Casarin, R. V., Reverdito, R. S., Greboggio, D. D. L., Afonso, C. A., & Scaglia, A. J. (2011). MODELO DE JOGO E PROCESSO DE ENSINO NO FUTEBOL: PRINCÍPIOS GLOBAIS E ESPECÍFICOS. *Movimento (ESEFID/UFRGS)*, 17(3), 133–152. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.16302>
- Castelo, J. (1994). *Futebol – Modelo técnico-tático do jogo*. Edições FMH.
- Castelo, J. (1996). *Futebol—A Organização do Jogo*. Edição do autor.
- CIES Football Observatory. (2021). *Weekly Post 345*. Relative age effect: a global constant. <https://www.football-observatory.com/IMG/sites/b5wp/2021/wp345/en/>
- Clemente, F. M., Martins, F. M., Mendes, R. S., & Figueiredo, A. J. (2014). A systemic overview of football game: The principles behind the game. *Journal of Human Sport and Exercise*, 9(2), 656–667. <https://doi.org/10.14198/jhse.2014.92.05>
- Costa, I. T. da, Garganta, J., Greco, P. J., & Mesquita, I. (2009). Princípios Táticos do Jogo de Futebol: Conceitos e aplicação. *Motriz*, 15(3), 657–668.
- Costa, I. T. da, Garganta, J., Greco, P. J., Mesquita, I., & Seabra, A. (2010). Influence of Relative Age Effects and Quality of Tactical Behaviour in the Performance of Youth Soccer Players. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 10(2), 82–97. <https://doi.org/10.1080/24748668.2010.11868504>
- Coté, D. J., Horton, D. S., & Wilkes, S. (2009). *The Benefits of Sampling Sports During Childhood*. 7.
- Coutinho, P., Mesquita, I., & Fonseca, A. M. (2016). Talent development in sport: A critical review of pathways to expert performance. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(2), 279–293. <https://doi.org/10.1177/1747954116637499>
- Cumming, S. P., Brown, D. J., Mitchell, S., Bunce, J., Hunt, D., Hedges, C., Crane, G., Gross, A., Scott, S., Franklin, E., Breakspear, D., Dennison, L., White, P., Cain, A., Eisenmann, J. C., & Malina, R. M. (2017). Premier League academy soccer players' experiences of competing in a tournament bio-banded for biological maturation. *Journal of Sports Sciences*, 36(7), 757–765. <https://doi.org/10.1080/02640414.2017.1340656>
- Davids, K. (2015). Athletes and sports teams as complex adaptive system: A review of implications for learning design. [Atletas y equipos deportivos como sistemas adaptativos complejos: Una revision de las Implicaciones para el diseño del aprendizaje]. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias Del Deporte*, 11(39), 46–61. <https://doi.org/10.5232/ricyde2015.03904>

- Duarte, R., Araújo, D., Correia, V., & Davids, K. (2012). Sports Teams as Superorganisms: Implications of Sociobiological Models of Behaviour for Research and Practice in Team Sports Performance Analysis. *Sports Medicine*, 1. <https://doi.org/10.2165/11632450-000000000-00000>
- Duarte, R., Araújo, D., Folgado, H., Esteves, P., Marques, P., & Davids, K. (2013). Capturing complex, non-linear team behaviours during competitive football performance. *Journal of Systems Science and Complexity*, 26(1), 62–72. <https://doi.org/10.1007/s11424-013-2290-3>
- Felgar, T. J. B. (2019). *A INFLUÊNCIA DO EFEITO DA IDADE RELATIVA NA SELEÇÃO DE JOGADORES PARA AS SELEÇÕES NACIONAIS DE FUTEBOL EM PORTUGAL*.
- Ferreira, J., & Queiroz, C. (1983). Da formação à alta competição. *Futebol em Revista*, 4, 59.
- FIFA Publications. (sem data). *The Transition of Talent*. Obtido 27 de fevereiro de 2023, de <https://publications.fifa.com/en/talent-development/the-transition-of-talent/>
- Figueiredo, P., Seabra, A., Brito, M., Galvão, M., & Brito, J. (2021). Are Soccer and Futsal Affected by the Relative Age Effect? The Portuguese Football Association Case. *Frontiers in Psychology*, 12, 679476. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.679476>
- Finn, J., & McKenna, J. (2010). Coping with Academy-to-First-Team Transitions in Elite English Male Team Sports: The Coaches' Perspective. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 5(2), 257–279. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.5.2.257>
- Ford, P., De Ste Croix, M., Lloyd, R., Meyers, R., Moosavi, M., Oliver, J., Till, K., & Williams, C. (2011). The Long-Term Athlete Development model: Physiological evidence and application. *Journal of Sports Sciences*, 29(4), 389–402. <https://doi.org/10.1080/02640414.2010.536849>
- Ford, P. R., Bordonau, J. L. D., Bonanno, D., Tavares, J., Groenendijk, C., Fink, C., Gualtieri, D., Gregson, W., Varley, M. C., Weston, M., Lolli, L., Platt, D., & Di Salvo, V. (2020). A survey of talent identification and development processes in the youth academies of professional soccer clubs from around the world. *Journal of Sports Sciences*, 38(11–12), 1269–1278. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1752440>
- Gama, J., Dias, G., Couceiro, M., & Vaz, V. (2017). *Novos Métodos para Observar e Analisar o Jogo de Futebol* (1.ª ed.). Prime Books.
- Garganta, J., Guilherme, J., Barreira, D., Brito, J., & Rebelo, A. (2013). *FUNDAMENTOS E PRÁTICAS PARA O ENSINO E TREINO DO FUTEBOL*. 50.
- Garganta, Júlio. (1997). *Modelação táctica do jogo de Futebol* [Dissertação de Doutoramento (Não publicada)]. FCDEF-UP.

- Garganta, Júlio. (2001). A análise da performance nos jogos desportivos. Revisão acerca da análise do jogo. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 1, 8.
- Garganta, Júlio. (2002). Competências no ensino e treino de jovens futebolistas. *EFDdeportes.com, Revista Digital, Buneos Aires-Año* 8(45). <https://www.efdeportes.com/efd45/ensino2.htm>
- Garganta, Júlio. (2018). Desenvolvimento e a identificação do talento no futebol. *FPF360 – Revista Oficial da Federação Portuguesa de Futebol*, 57–62.
- Garganta, Júlio. (2009). IDENTIFICAÇÃO, SELECÇÃO E PROMOÇÃO DE TALENTOS NOS JOGOS DESPORTIVOS: FACTOS, MITOS E EQUÍVOCOS. In J. Fernandez, G. Torres & A. Montero (Eds.), 20.
- Garganta, Júlio, & Gréhaigne, J. F. (1999). ABORDAGEM SISTÊMICA DO JOGO DE FUTEBOL: MODA OU NECESSIDADE? *Movimento (ESEFID/UFRGS)*, 5(10), 40–50. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.2457>
- Gréhaigne, Jean Francis, & Guillon, R. (1992). L'utilisation des jeux d'opposition a l'école. *Revue de l'Education Physique*, 32 (2), 51–67.
- Gréhaigne, J.-F., Godbout, P., & Bouthier, D. (1999). The Foundations of Tactics and Strategy in Team Sports. *Journal of Teaching in Physical Education*, 18(2), 159–174. <https://doi.org/10.1123/jtpe.18.2.159>
- Gréhaigne, J.F., Mahut, B., & Fernandez, A. (2001). Qualitative observation tools to analyse soccer. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 1(1), 52–61. <https://doi.org/10.1080/24748668.2001.11868248>
- Hill, M., Scott, S., Malina, R. M., McGee, D., & Cumming, S. P. (2020). Relative age and maturation selection biases in academy football. *Journal of Sports Sciences*, 38(11–12), 1359–1367. <https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1649524>
- Hughes, M., & Bartlett, R. (2007). What Is Performance Analysis? Em *The Essentials of Performance Analysis: An Introduction* (1.<sup>a</sup> ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203938065>
- Hughes, M., & Franks, I. M. (2004). *Notational analysis of sport: Systems for better coaching and performance in sport* (2.<sup>a</sup> ed.). Routledge.
- Johnson, A., Farooq, A., & Whiteley, R. (2017). Skeletal maturation status is more strongly associated with academy selection than birth quarter. *Science and Medicine in Football*, 1(2), 157–163. <https://doi.org/10.1080/24733938.2017.1283434>
- Johnston, K., Wattie, N., Schorer, J., & Baker, J. (2017). Talent Identification in Sport: A Systematic Review. *Sports Medicine*, 48(1), 97–109. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0803-2>

- Lemmink, K., & Frencken, W. (2013). Tactical Performance Analysis in Invasion Games. Em *Routledge Handbook of Sports Performance Analysis*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203806913.ch8>
- Lloyd, R. S., & Oliver, J. L. (2012). The Youth Physical Development Model: A New Approach to Long-Term Athletic Development. *Strength and Conditioning Journal*, 34(3), 61–72.
- Malina, R. M. (2014). Top 10 Research Questions Related to Growth and Maturation of Relevance to Physical Activity, Performance, and Fitness. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 85(2), 157–173. <https://doi.org/10.1080/02701367.2014.897592>
- Malina, R. M., Rogol, A. D., Cumming, S. P., Coelho e Silva, M. J., & Figueiredo, A. J. (2015). Biological maturation of youth athletes: Assessment and implications. *British Journal of Sports Medicine*, 49(13), 852–859. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-094623>
- Matos, Tiago. 2017. Vivências e reflexões por dentro do futebol de alto rendimento: Estágio Profissionalizante realizado na equipa de Futebol Profissional do Vitória Futebol Clube (1ª Liga Portuguesa de Futebol). Faculdade de Motricidade Humana.
- McKenna, M., Cowan, D. T., Stevenson, D., & Baker, J. S. (2018). Neophyte experiences of football (soccer) match analysis: A multiple case study approach. *Research in Sports Medicine*, 26(3), 306–322. <https://doi.org/10.1080/15438627.2018.1447473>
- McLean, S., Salmon, P. M., Gorman, A. D., Read, G. J. M., & Solomon, C. (2017). What's in a game? A systems approach to enhancing performance analysis in football. *PLOS ONE*, 12(2), e0172565. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0172565>
- Middlemas, S., & Harwood, C. (2018). No Place to Hide: Football Players' and Coaches' Perceptions of the Psychological Factors Influencing Video Feedback. *Journal of Applied Sport Psychology*, 30(1), 23–44. <https://doi.org/10.1080/10413200.2017.1302020>
- Moya, W. A. (2020). Genética y fútbol: Asociación de los polimorfismos genéticos ACTN3 y ACE-I/D en jugadores de fútbol: Revisión literaria (Genetic and soccer: association of ACTN3 and ACE-I/D genetic polymorphisms in soccer players: Literary review). *Retos*, 39. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.79347>
- Nicholls, S. B., & Worsfold, P. R. (2016). The observational analysis of elite coaches within youth soccer: The importance of performance analysis. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 11(6), 825–831. <https://doi.org/10.1177/1747954116676109>
- Nyarku, K., & Agyapong, G. (2011). Rediscovering SWOT Analysis: The Extended Version. *Academic Leadership Journal*, 9(2), 17.
- O'Donoghue, P. (2009). *Research Methods for Sports Performance Analysis* (0 ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203878309>

- O'Donoghue, P., & Mayes, A. (2013). Performance Analysis, Feedback and Communication in Coaching. Em *Routledge Handbook of Sports Performance Analysis*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203806913.ch13>
- Passos, P., Davids, K., Araújo, D., Paz, N., Minguéns, J., & Mendes, J. (2011). Networks as a novel tool for studying team ball sports as complex social systems. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 14(2), 170–176. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2010.10.459>
- Poizat, G., Sève, C., & Saury, J. (2013). Qualitative Aspects in Performance Analysis. Em *Routledge Handbook of Sports Performance Analysis*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203806913.ch25>
- Queiroz, C. (1983). Para uma teoria de ensino/treino do futebol. *Ludens*, 8(1), 25–44.
- Queiroz, C. (1986). *Estrutura e Organização dos Exercícios de Treino em Futebol*. Federação Portuguesa de Futebol.
- Ramos-Filho, L., & Ferreira, M. P. (2021). The reverse relative age effect in professional soccer: An analysis of the Brazilian National League of 2015. *European Sport Management Quarterly*, 21(1), 78–93. <https://doi.org/10.1080/16184742.2020.1725089>
- Reilly, T., Richardson, D., & Williams, A. M. (2004). *Youth Soccer: From Science to Performance* (0 ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203644133>
- Ribeiro, J., Davids, K., Silva, P., Coutinho, P., Barreira, D., & Garganta, J. (2021). Talent Development in Sport Requires Athlete Enrichment: Contemporary Insights from a Nonlinear Pedagogy and the Athletic Skills Model. *Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01437-6>
- Ribeiro, P. (2008). *Do Modelo e Conceção de Jogo à Análise da Performance no Futebol: O Treino enquanto indutor da Operacionalização de um modo de Jogar Específico*.
- Riera, J. (1995). Análises de la Táctica Deportiva. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 40, 47–60.
- Romann, M., Javet, M., Copley, S., & Born, D.-P. (2021). How Relative Age Effects Associate with Football Players' Market Values: Indicators of Losing Talent and Wasting Money. *Sports*, 9(7), 99. <https://doi.org/10.3390/sports9070099>
- Røynesdal, Ø., Toering, T., & Gustafsson, H. (2018). Understanding players' transition from youth to senior professional football environments: A coach perspective. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(1), 26–37. <https://doi.org/10.1177/1747954117746497>
- Salinero Martín, J. J., Pérez-González, B., Burillo, P., & Lesma, M. L. (2013). El efecto de la edad relativa en el fútbol español. *Apunts Educación Física y Deportes*, 114, 53–57. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2013/4\).114.05](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2013/4).114.05)
- Sánchez, F. (2018). *Que Esconde tu Rival?* (3.ª ed.). Futbol Del Libro.

- 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>
- Sarmiento, H., Clemente, F. M., Araújo, D., Davids, K., McRobert, A., & Figueiredo, A. (2018). What Performance Analysts Need to Know About Research Trends in Association Football (2012–2016): A Systematic Review. *Sports Medicine*, 48(4), 799–836. <https://doi.org/10.1007/s40279-017-0836-6>
- Sarmiento, H. M. B. (2012). *Análise do jogo de futebol – Padrões de jogo ofensivo em equipas de alto rendimento: Uma abordagem qualitativa* [Tese Doutoramento]. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
- Sarmiento, H., Marcelino, R., Anguera, M. T., Campaniço, J., Matos, N., & Leitão, J. C. (2014). Match analysis in football: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 32(20), 1831–1843. <https://doi.org/10.1080/02640414.2014.898852>
- Sarmiento, H., Marques, A., Field, A., Martins, J., Gouveia, É., Prieto Mondragón, L., Ordoñez Saavedra, N., Rodríguez, D., & Clemente, F. (2020). Genetic influence on football performance—A systematic review. *Human Movement*, 21(4), 1–17. <https://doi.org/10.5114/hm.2020.94198>
- Sarmiento, H., Pereira, A., Matos, N., Campaniço, J., Anguera, T. M., & Leitão, J. (2013). English Premier League, Spain's La Liga and Italy's Serie's A – What's Different? *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 13(3), 773–789. <https://doi.org/10.1080/24748668.2013.11868688>
- Skorski, S., Skorski, S., Faude, O., Hammes, D., & Meyer, T. (2016). The Relative Age Effect in Elite German Youth Soccer: Implications for a Successful Career. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 11(3), 370–376. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2015-0071>
- Strafford, B. W., van der Steen, P., Davids, K., & Stone, J. A. (2018). Parkour as a Donor Sport for Athletic Development in Youth Team Sports: Insights Through an Ecological Dynamics Lens. *Sports Medicine - Open*, 4(1), 21. <https://doi.org/10.1186/s40798-018-0132-5>
- Stratton, G., Reilly, T., Richardson, D., & Williams, A. M. (2004). *Youth Soccer: From Science to Performance* (0 ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203644133>
- Swainston, S. C., Wilson, M. R., & Jones, M. I. (2020). Player Experience During the Junior to Senior Transition in Professional Football: A Longitudinal Case Study. *Frontiers in Psychology*, 11, 1672. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01672>
- Tamarit, X. (2013). *Periodización Táctica vs Periodización Táctica*. MB Football.

- Tenga, A. (2013). Soccer. Em *Routledge Handbook of Sports Performance Analysis*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203806913.ch26>
- Travassos, B., Davids, K., Araújo, D., & Esteves, T. P. (2013). Performance analysis in team sports: Advances from an Ecological Dynamics approach. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 13(1), 83–95. <https://doi.org/10.1080/24748668.2013.11868633>
- Vaeyens, R., Lenoir, M., Williams, A. M., & Philippaerts, R. M. (2008). Talent Identification and Development Programmes in Sport: Current Models and Future Directions. *Sports Medicine*, 38(9), 703–714. <https://doi.org/10.2165/00007256-200838090-00001>
- Ventura, N. (2013). *Observar para Ganhar—O Scouting como Ferramenta do Treinador*. Prime Books.
- Vilar, L., Araújo, D., Davids, K., & Button, C. (2012). The Role of Ecological Dynamics in Analysing Performance in Team Sports: *Sports Medicine*, 42(1), 1–10. <https://doi.org/10.2165/11596520-000000000-00000>
- Vitória, R. (2014). *A Arte da Guerra para Treinadores* (2.<sup>a</sup> ed.). TopBooks.
- Volossovitch, A. (2019). Identificação e desenvolvimento de talentos em jogos desportivos. Em *Anuário do Treino Desportivo 2019* (Esperanças Olímpicas, pp. 25–39). Comité Olímpico de Portugal.
- 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>
- Williams, A Mark, & Hodges, N. J. (2005). Practice, instruction and skill acquisition in soccer: Challenging tradition. *Journal of Sports Sciences*, 23(6), 637–650. <https://doi.org/10.1080/02640410400021328>
- Wright, C., Carling, C., Lawlor, C., & Collins, D. (2016). Elite football player engagement with performance analysis. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 16(3), 1007–1032. <https://doi.org/10.1080/24748668.2016.11868945>

## ANEXOS

### Anexo A

*Tabela da Amostra utilizada na Área 2, por época e por clubes.*

<b>Época Desportiva</b>	<b>Clubes Participantes</b>	<b>N atletas elegíveis</b>
2012-2013	SL Benfica B	40
	FC Porto B	27
	Sporting CP B	39
	SC Braga B	36
	Vitória SC B *	38
	CS Marítimo B	30
2013-2014	SL Benfica B	16
	FC Porto B	19
	Sporting CP B	18
	SC Braga B	27
	CS Marítimo B	14
2014-2015	SL Benfica B	23
	FC Porto B	19
	Sporting CP B	16
	SC Braga B	18
	Vitória SC B	23
	CS Marítimo B *	14
2015-2016	SL Benfica B	15
	FC Porto B	14
	Sporting CP B	10
	SC Braga B	14
	Vitória SC B	20
2016-2017	SL Benfica B	26
	FC Porto B	11
	Sporting CP B	21
	SC Braga B	11
	Vitória SC B	14
2017-2018	SL Benfica B	14
	FC Porto B	18
	Sporting CP B *	9
	SC Braga B	18
2018-2019	Vitória SC B	17
	SL Benfica B	17

	FC Porto B	13
	SC Braga B *	18
	Vitória SC B *	14
2019-2020	SL Benfica B	13
	FC Porto B	16
2020-2021	SL Benfica B	14
	FC Porto B	16
	* Despromovido	N=770

## Anexo B

Cartaz do evento organizado na Área 3.

**WEBINAR**

**ANÁLISE E OBSERVAÇÃO NO FUTEBOL**

**TIAGO FONSECA**  
Coordenador do Departamento de Observação do Vitória SC

**CLÁUDIO LOPES**  
Ex-Analista UD Almeria

**RUI PEDRO SOUSA**  
Analista CD Nacional

**27 de maio | 21H**

**ACESSO LIVRE**

ORGANIZADO POR: GABRIEL ANJOS | RÚBEN DAMÁZIO | TIAGO MARTINHO

## **Anexo C**

### *Guião de perguntas para o evento da Área 3.*

1. Fale-nos um pouco sobre o seu trajeto e como chegou a Analista.
2. Que competências deve o Analista ter?
3. O que sente que faltou à sua formação formal que só a experiência prática lhe trouxe?
4. O que diferencia um Analista de departamento do clube de um da própria equipa técnica, naquilo que é o dia a dia?
5. Quão importante é a Análise na implementação da ideia de jogo do treinador?
6. Como prepara a observação dos próximos adversários?
  - a. Qual o nº de jogos que acha ajustado e quais as características? (Mais recentes ou jogos contra adversários em específico).
  - b. Com as equipas a apresentarem cada vez maior variabilidade, de que forma aborda adversários que utilizam vários sistemas de forma recorrente?
  - c. De que forma organiza o seu “microciclo” da análise numa semana padrão (1 jogo apenas)? E numa com 2 jogos o que difere?
7. Que informação considera que deve ser transmitida ao treinador?
8. Que outras tarefas pode um analista acumular? Ter presença no campo?
9. Quais as relações/implicações que a dimensão estratégica tem no vosso processo de treino/jogo?
  - a. Concretamente nos dias de preparação estratégica que informação retiram dos treinos? Qual a utilidade de filmar os treinos?
  - b. No decorrer do jogo quais as suas funções e intervenções?

### Perguntas Extra:

10. Qual a importância da relação com os treinadores principais?
11. De que forma evoluiu na forma como percebe e filtra o jogo, ao longo da sua carreira?
12. Que balanço faz do estado atual da análise no futebol português?