



RELATÓRIO DE ESTÁGIO DE MESTRADO EM CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO
FÍSICA E DESPORTO – ESPECIALIZAÇÃO EM TREINO DESPORTIVO

CLUBE DESPORTIVO FEIRENSE

José António Oliveira Familiar

Supervisor: Professor Doutor Hugo Sarmento

Orientador: Professor José Carlos

CASTELO DA MAIA, 2015

Índice

Agradecimentos	4
Resumo	6
Abstract	7
Introdução	8
Fundamentação Científica.....	10
Futebol de formação	10
Objetivos	13
Objetivos da intervenção pessoal	13
Objetivos a atingir com a população alvo	13
Calendarização dos objetivos de estágio	14
Enquadramento da prática profissional.....	15
Descrição das funções desempenhadas	15
Enquadramento teórico da análise a desenvolver	15
Análise do envolvimento	17
Região e envolvimento.....	17
Treinos e jogos em casa	23
Recursos necessários e disponíveis	23
Análise dos praticantes.....	24
Caraterização geral dos praticantes.....	24
Cuidados e necessidades específicas do público-alvo	26
Recrutamento da população-alvo	26
Formas de avaliação da população-alvo.....	27
Realização da prática profissional	28

Plano anual.....	28
Dificuldades encontradas.....	35
Análise e reflexão acerca do desenvolvimento/implementação do processo de jogo.....	35
Investigação de cariz científico.....	37
Metodologia	37
Amostra.....	37
Instrumento	37
Procedimentos	38
Resultados	39
Referências bibliográficas	43

Documento com vista à obtenção do grau académico de Mestre
(Decreto-lei nº74/2006 de 24 de Março e o Decreto-lei nº 43/2007 de 22 de
Fevereiro)

Agradecimentos

Neste espaço quero agradecer a todos aqueles que fizeram com que este momento fosse possível.

Em primeiro lugar ao Professor Doutor Hugo Sarmento por todo o tempo dispendido para me ajudar a que este relatório fosse entregue com qualidade a tempo e horas.

Aos meus avós que já partiram e estariam sem dúvida muito orgulhosos, esta conquista é sem dúvida deles também.

Ao meu pai por tudo aquilo que ele passou na vida para que este momento se tornasse possível.

À minha irmã, que me atura todos os dias e na qual eu me encho de orgulho.

À minha mãe por estar presente sempre que precisei.

Aos meus amigos que sempre me apoiaram e alguns inclusive me acompanharam nesta grande etapa.

Por último, mas não menos importante, à Luisa, minha namorada, que sem dúvida fez com que tudo isto fosse possível, pelo encorajamento, força, e amizade que ao longo deste cinco anos partilhou comigo.

A todos um sincero muito Obrigado!

Resumo

O principal objetivo deste trabalho foi por em prática, durante o presente ano desportivo, todos os conhecimentos adquiridos até ao momento na licenciatura e no mestrado.

Juntamente com o treinador principal Rui Pedro Amorim e com o coordenador do futebol de 7, ficou decidido que as minhas funções a desempenhar seriam as mesmas do ano anterior, mantendo-me assim na mesma equipa e com a mesma equipa técnica.

A elaboração dos exercícios, o acompanhamento da equipa e a partilha de opiniões, em todos os momentos, quer de jogo, quer de treino com o treinador principal, fizeram parte de algumas das tarefas a cumprir.

Numa fase inicial, foi elaborada investigação científica sobre a área na qual trabalhei (o futebol de formação).

Para contextualizar, foi feita uma pequena apresentação da história do Clube, na qual desempenhei funções, e os seus respetivos recursos humanos.

Durante a época foi realizado um estudo de cariz científico (QMAD), em que se aplicou um questionário para estudar a motivação dos atletas em dois momentos competitivos diferentes da época.

O estágio permitiu, para além de por em prática todos os conhecimentos obtidos, a troca de conhecimentos específicos na área do futebol com os treinadores e atletas.

Palavras-chave: Futebol; Treinador; Treino; Formação;

Abstract

The main objective of this work was to put in practice, during this year, all the knowledge acquired in the degree and master's degree until this date.

Along with the head coach Rui Pedro Amorim and with the football coordinator of 7, it was decided that my duties would be the same as the previous year, thus keeping me on the same team and with the same technical team.

The preparation of exercises, the monitoring of the team and the sharing of opinions, at all times, whether in game or training, with the head coach, were some of the tasks to fulfill.

Initially, scientific research was elaborated on the area that I worked (the formation football).

To contextualize, was made a short presentation of the history of the club, in which I played a role, and their respective human resources.

During the season, a scientific study (QMAD) was carried out, in which a questionnaire was applied to study the motivation of athletes in two different competitive moments of the season.

The internship allowed in addition to putting into practice all the knowledge obtained, the exchange of expertise in the area of football with coaches and athletes.

Keywords: Football; Coach; Training; Formation;

1. Introdução

O presente trabalho apresenta um carácter académico e enquadra-se na etapa de conclusão do Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo, lecionado no Instituto Universitário da Maia. A componente prática do trabalho incidiu sobre a modalidade desportiva de futebol, tendo sido realizada no Clube Desportivo Feirense entre os meses de setembro de 2014 e julho de 2015. Durante o estágio integrei a equipa técnica de treinadores na qualidade de treinador adjunto do escalão de Infantis BA, posto que já possuía anteriormente à realização do estágio, tendo alcançado o título de campeões distritais no escalão de benjamins AA.

A motivação para a escolha da variante do futebol resulta do contato precedente com a modalidade e complexidade que esta apresenta, pois de acordo com Garganta (1997, p. 17), “...na sua expressão multitudinária, o Futebol não é apenas um jogo desportivo coletivo, ou um espetáculo desportivo, mas também um meio de educação física e desportiva, um campo de aplicação da ciência e uma disciplina de ensino”. Ademais, a realização do estágio permite a aquisição de experiência profissional, sendo crucial no desenvolvimento profissional de um indivíduo, bem como auxilia na transição para o mercado de trabalho (Silva & Teixeira, 2013).

Numa abordagem geral o objetivo do trabalho foi consolidar e pôr em prática os conhecimentos adquiridos ao longo do percurso académico, aprofundar o conhecimento na área do treino desportivo de futebol e por fim acompanhar e analisar a preparação e realização do trabalho de campo da equipa de infantis BA.

Ao longo da realização do trabalho, foi efetuada uma investigação acerca do tema em questão, tendo sido apresentados numa primeira fase os objetivos deste trabalho, seguidamente o enquadramento da prática profissional, onde se abordam as funções desempenhadas ao longo do estágio, se esclarecem as condições durante o estágio, se realiza a análise dos praticantes, bem como o

suporte teórico do tema, e por fim dá-se a conhecer as dificuldades encontradas ao longo do estágio bem como a apresentação e análise dos resultados obtidos.

2. Fundamentação Científica

2.1. Futebol de formação

Integrando as modalidades desportivas dos jogos desportivos coletivos, o Futebol, tornou-se numa atividade que faz parte do quotidiano da população. Ao longo do tempo tem vindo a adquirir popularidade, apresentando potencialidades tanto a nível cultural, económico como social.

Porém, o futebol europeu tem vindo a ser alvo de transformações decorrentes da implementação da lei Bosman em 1995. Esta lei veio alterar a realidade futebolística por completo. Veio permitir a liberdade contratual, e possibilitar desta forma, aos clubes com maior poder económico recrutarem jogadores de outros países dentro a União Europeia, acabando os clubes pertencentes a países com menor poder económico, por perder os seus melhores jogadores. Constantino (2002) afirma que a livre circulação dos atletas no mercado resultou numa prevalência dos países economicamente mais fortes sobre os mais fracos, resultando numa concentração dos melhores jogadores nos clubes com maior poder de aquisição.

Atendendo à crise económica mundial com que nos deparamos, os clubes surgem com mais dificuldades em se manterem competitivos, destacando-se com sucesso os que possuem maior poder económico. Face a estas dificuldades surge uma nova necessidade, a formação de jogadores, realizada por parte dos próprios clubes visando a sua posterior carreira enquanto seniores com permanência nos mesmos (Santos, 2012). Para além de ser vantajoso a nível financeiro, a formação ordenada dos jovens por parte dos clubes é tida como um aspeto crucial no alcance do seu sucesso no plano desportivo (Moita, 2008).

Contudo, de acordo com Leal e Quinta, (2001), a formação do jogador tendo como perspetiva alcançar o alto rendimento, principalmente integrar a equipa sénior, não é possível se houver falta de racionalização em todo o processo, isto é, é crucial que todo o processo de formação siga um conjunto de objetivos

bem definidos que possibilite a criação de um modelo que possa ser seguido por todas as equipas do clube, pois é necessário adequar os objetivos às distintas fases do desenvolvimento do atleta.

Concluindo, tal como a escola tradicional visa a formação académica e cultural dos alunos para mais tarde se integrarem na vida ativa, o futebol de formação é uma escola de jogadores de futebol que pretende formar os jovens futebolistas para que seja possível, posteriormente, integrarem as suas equipas de seniores (Pacheco, 2001).

Os aspectos técnicos não são a única preocupação no Futebol. As capacidades táticas e os processos cognitivos subjacentes à tomada de decisão são considerados requisitos essenciais para a excelência do desempenho desportivo. Durante uma partida surgem inúmeras situações cuja frequência, ordem cronológica e complexidade não podem ser previstas, exigindo uma elevada capacidade de adaptação e de resposta imediata por parte dos jogadores e das equipas a partir das noções de oposição presentes em cada fase de jogo (Garganta, 1997).

Os princípios táticos decorrem da construção teórica a propósito da lógica do jogo, operacionalizando-se nos comportamentos tático-técnicos dos jogadores. Solicita-se, portanto, a conscientização dos jogadores sobre os mesmos, para simplificar a transmissão e a operacionalização dos conceitos, ajudando na seleção e na execução da ação necessária à situação. Os princípios táticos possuem certo grau de generalização das movimentações e relacionam-se estritamente com as ações dos jogadores, com os mecanismos motores e com a consciência e o conhecimento tático (Castelo, 1994).

As prioridades que se têm destacado no Futebol têm sido identificar, cultivar e desenvolver jogadores.

A descoberta do potencial de um jogador numa idade precoce permite aos jogadores obterem treino especializado com o objetivo de acelerar o processo de desenvolvimento do talento (Franks et al. 1999). Da perspetiva de Bento

(2006), o treino precoce estando associado ao exercício físico pode beneficiar o desenvolvimento social, físico e psíquico da criança, contribuindo para o aumento da autoestima, da sociabilidade e da segurança. Não obstante, de acordo com Samulski (2002), uma dedicação excessiva por parte da criança pode acarretar desvantagens e afetar negativamente o seu desenvolvimento, criando uma auto valorização excessiva, medo do fracasso, instabilidade emocional e fixação pelo rendimento, bem como o isolamento social.

O conceito “Formação” é um conceito com um amplo espectro de aplicações, sendo utilizado em diferentes contextos. No entanto, associando o conceito ao tema abordado neste trabalho, encontra-se definido no Dicionário da Língua Portuguesa (2001), como sendo a “transmissão de conhecimentos, valores ou regras”.

De acordo com Lima (1988), a formação desportiva deve carregar o compromisso de se tornar num processo de formação global dos jovens e crianças, recorrendo a atividades físicas e desportivas que promovam o desenvolvimento das qualidades e capacidades físicas, opondo-se desta forma à simples reprodução do desporto adulto. É importante sublinhar, segundo (Constantino, 2002), que a formação desportiva não se centra exclusivamente na componente técnica da modalidade, sendo importante também para o jovem o desenvolvimento das suas condições físico-desportivas, o que irá permitir, no futuro, obter o máximo rendimento no domínio das técnicas, tornando-se numa ligação de reciprocidade.

Contudo, existem situações onde prevalece uma forma errada de treinar e ensinar as crianças com o intuito apenas de ganhar, resultando na formação deficiente dos jogadores, e na criação de erros que posteriormente, numa fase de competição onde se pretendam objetivos imediatos, demoram a corrigir (Pacheco, 2001). Com isto, a definição de objetivos nas etapas diferenciadas de todo o processo de formação torna-se imprescindível no desenvolvimento equilibrado da criança, tornando-se clara a posição que a formação desportiva do jovem ocupa na sua preparação desportiva (Mesquita, 1997).

3. Objetivos

3.1. Objetivos da intervenção pessoal

Os objetivos inerentes à realização do estágio centraram-se na aplicação dos conhecimentos adquiridos ao longo de toda a formação académica, na intervenção de forma ativa nos treinos visando o aumento de conhecimento na área de gestão dos atletas, bem como na participação dentro de tudo aquilo que constitui a equipa, diretores, jogadores, treinadores, presidente e todo o staff, de forma a ter noção de todo o funcionamento de um clube e de todos os problemas que um treinador pode enfrentar ao longo da época.

O aumento do conhecimento específico técnico/tático do futebol, a aprendizagem em lidar com situações de stress causadas quer pelos atletas, quer por qualquer outro agente, e melhorar a compreensão dos erros de uma equipa e saber corrigi-los em prol de melhores resultados face aos adversários foram também premissas na realização deste trabalho.

Concluindo, os objetivos focaram-se, fundamentalmente, no contato com situações decorrentes da vida profissional, com o intuito de diminuir o impacto da transição do mundo académico para o mundo profissional.

3.2. Objetivos a atingir com a população alvo

“O docente eficaz é aquele que encontra os meios de manter os seus alunos empenhados de maneira apropriada sobre o objetivo, durante uma percentagem de tempo elevada, sem ter de recorrer a técnicas ou intervenções coercitivas, negativas ou punitivas” (Siedentop, 1998).

Os objetivos que se pretendiam alcançar com a população alvo foram o aumento do rendimento físico, o desenvolvimento das capacidades técnicas e táticas, a melhoria das capacidades sociais e educacionais dos atletas, o aumento da motivação para o alcance dos objetivos propostos, e em conjunto com o treinador principal, implementar o nosso modelo de jogo na equipa.

3.3. Calendarização dos objetivos de estágio

Numa fase inicial, de setembro a dezembro, os objetivos apontados para a realização dos treinos centraram-se na implementação do modelo de jogo, na assimilação de processos, na criação de rotina de jogo, no aumento da motivação dos atletas, na conservação de um bom relacionamento com os atletas e todos os agentes do clube, e no alcance dos objetivos definidos no início da época que são a vitória da série B e resultante presença na série dos primeiros. Sabendo que esta primeira fase era mais fácil e acessível existiu também o objetivo de que todos os jogadores convocados jogassem os mesmo minutos de jogos. Um dos objetivos mais importantes nesta primeira fase era a integração dos novos jogadores na equipa para que na transição para a série *Premium* a equipa estivesse forte e coesa.

Numa segunda etapa, situando-se entre janeiro e junho, os objetivos a atingir focaram-se no reforço físico e psicológico dos atletas para atingir os objetivos traçados (finalização do campeonato nos três primeiros lugares), melhorar aspectos táticos visto algumas equipas jogarem com um sistema tático fora daquilo que é o habitual na série B, 1x2x3x1, criar jogadas de envolvimento nos corredores e zona central para conseguir penetrar nas defesas adversárias, implementar uma robustez defensiva que nos permitisse sofrer poucos golos e pôr em prática todos os processos desenvolvidos na primeira fase.

4. Enquadramento da prática profissional

4.1. Descrição das funções desempenhadas

Durante a realização do estágio, participei de forma ativa nos treinos juntamente com o treinador principal, dando feedbacks aos atletas tanto nos momentos de erro, como nos momentos de sucesso, contribuí para a preparação e desenvolvimento de todos os momentos do treino, preparava o material meio hora antes do treino para estar tudo preparado para começar o treino na hora certo e para aproveitar ao máximo o tempo útil do treino, acompanhei a equipa durante todos os jogos e trocava impressões e opiniões com o treinador principal. Procedi também à preparação de exercícios de treino no campo seleccionados pelo treinador. Por vezes eram efectuados dois exercicios em simultâneo para aumentar a intensidade dos exercicios e eu ficava numa estação e o treinador principal na outra.

4.2. Enquadramento teórico da análise a desenvolver

Depois de toda estas etapas de desenvolvimento pessoal a aplicação de todos os conhecimentos adquiridos na licenciatura de Educação Física e Deporto e o Mestrado ciências da educação física e desporto – especialização em treino desportivo foi fundamental para este ano desportivo. Em cada momento de treino e jogo era notório a aplicação de todas as matérias lecionadas durante estes 5 anos académicos. Quer nos aspetos físicos, nos aspetos psicológicos e sociais dos atletas, nas preparação e elaboração de exercícios de treino, a forma como se conduzia o treino e se passava o testemunho aos atletas, a leitura dos diferentes momentos da época e diferentes momentos que os atletas atravessavam tudo isto não era possível sem uma base de ensinamentos de qualidade e só assim se podia realizar uma época carregada de sucessos.



Figura 1 – Equipa técnica.
Fonte: Arquivo do autor.

5. Análise do envolvimento

5.1. Região e envolvimento

O Clube Desportivo Feirense situa-se no concelho de Santa Maria da Feira, no distrito de Aveiro em Portugal. É um clube no distrito que recruta cerca de 30 jovens por cada escalão do futebol de formação e foca grande parte da sua história na boa formação de atletas jovens.

O clube foi fundado no dia 19 de Março de 1918 e os seus fundadores foram Luís Amorim, Luís Cadilon, Artur Bastos e Artur Lima. Em 1924 é efetuado o contrato de arrendamento de um terreno com fim a construir o primeiro campo de jogos, na mata, situado no lugar de Picalhos para possibilitar o início da realização de jogos, tendo ocorrido o primeiro jogo no dia 4 de Maio de 1924 entre as equipas Feirense e Lourosa, tendo o Feirense sido vitorioso por 2-1.

No dia 30 de Dezembro de 1924, Alcides da Silva Machado tornou-se presidente do clube. Em 1926 foi criada uma comissão com fim a adquirir um novo espaço com melhores condições que o anterior para a construção de um novo campo situado no Lugar do Montinho, mais central na Vila da Feira. Nessa altura, o equipamento do C. D. F. era uma camisola listada vermelha e preta.

A inauguração do campo do Montinho dá-se no dia 2 de Março de 1931 com um jogo entre o Futebol Clube do Porto e a Seleção Distrital de Futebol de Aveiro. A partir desse ano o equipamento do C. D. F. alterou-se e passou a ser camisola azul, calções e meias pretas.

O Clube estreou-se num campeonato de futebol na época de 1931/32, o campeonato da promoção do distrito de Aveiro. Em 1950 cria-se o primeiro emblema do clube, que foi desenhado por António Ferreira da Costa. Em 1955 Marcolino da Castro é eleito Presidente do C. D. F., que acabou por se prolongar durante 9 épocas, tendo o equipamento alterado para camisola azul

e calção branco. O Presidente, na época após a sua eleição, alcança pela primeira vez o apuramento e participação no campeonato nacional da 3ª divisão.

A primeira equipa de futebol de formação no escalão de juniores foi criada pelo C. D. F. em Março de 1956 e em 1958 foram aprovados os estatutos do clube, as cores da bandeira e o desenho para o novo distintivo.

O clube sagrou-se Campeão Distrital de Futebol de Aveiro pela primeira vez na época de 1959/60, conseguindo na mesma época a subida à 2ª divisão nacional. Repetiu o título de Campeão Distrital de Aveiro nas épocas de 1965/66 e 1967/68.

Nos anos 60 o Feirense viveu um grande período registando uma vitória da zona norte da segunda divisão, inauguração do estádio Marcolino de Castro e presença pela primeira vez na 1ª divisão do futebol nacional na época de 1962/1963.

Rodrigo Nunes em 2003 é reeleito para cumprir o seu segundo mandato como Presidente no clube, algo que nunca se tinha presenciado até então.

No segundo ano de seu segundo mandato Rodrigo Nunes apresenta a primeira fase do complexo desportivo Feirense, com vários campos sintéticos e relvados naturais, o complexo desportivo apresentava condições que somente os clubes considerados grandes dispunham.

Em 2005, Rodrigo Nunes é novamente eleito e permanece no clube 6 anos consecutivos.

Na época 2010/2011 O Clube Desportivo Feirense termina a Liga Orangina num honroso 2º lugar e conquistou a presença na principal liga de futebol portuguesa no ano seguinte, feito que o clube apenas havia conseguido 3 vezes.

Em 2011/2012 termina Liga Zon Sagres na 15ª posição e volta à segunda Liga.

Nesse mesmo ano Franclim Freitas assume pela primeira vez a presidência no clube assumindo o cargo juntamente com Rodrigo Nunes.

Em 2012/2013 Rodrigo Nunes passa a vice-presidente do clube, e Franclim Freitas volta a dividir a presidência agora com o feirense Fernando Costa.

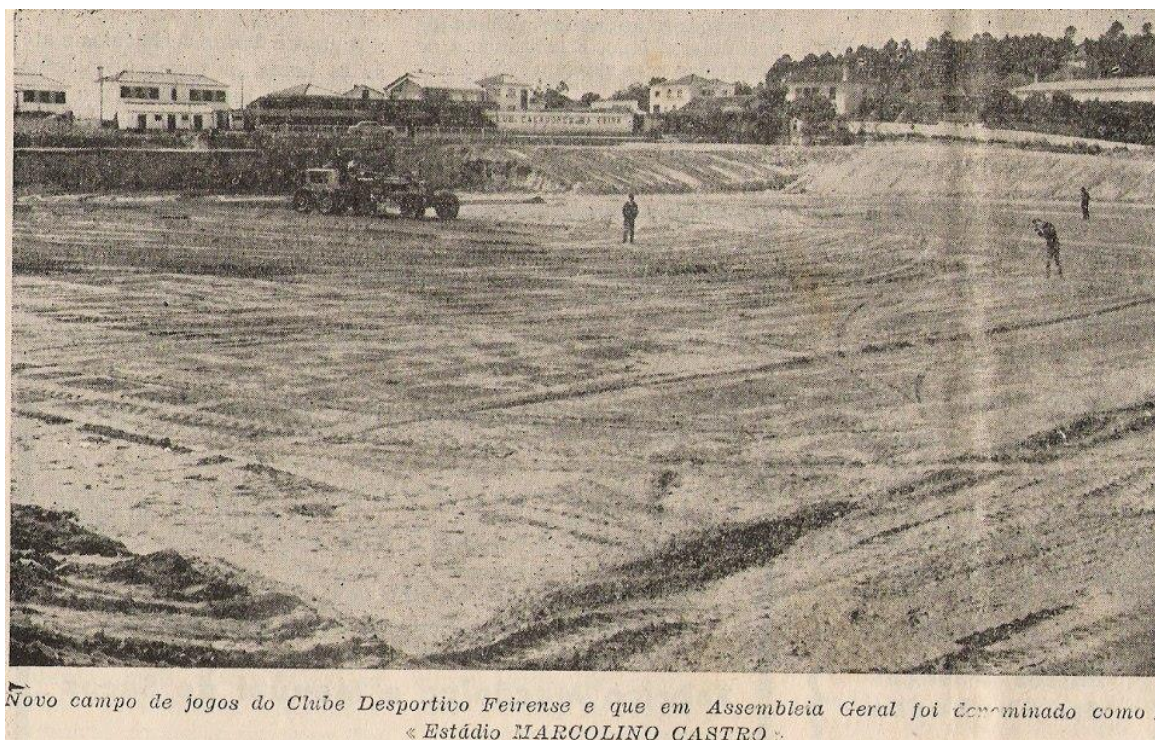


Figura 2 – Construção do Estádio Marcolino de Castro 1962.
Retirado de: <http://clubedesportivofeirense.blogspot.com>.



Figura 3 – Campo Marcolino de Castro renovado em 2011.

Tabela 1 – Instalações do Complexo Desportivo Feirense

Instalações do Complexo Desportivo Feirense	Quantidade
Secretária	1
Escritório	1
Balneário para treinadores	1
Balneário para atletas	8
Cozinha	1
Bar	1
Posto de assistência médica	1
Ginásio	1
Casa das máquinas	1
Campo futebol 11 Relvado	2
Campo futebol 11 Sintético	1
Campo futebol 7 Sintético	2
Campo de futevôlei	2
Loja	1
Sala de reuniões	2
Sala de troféus	1
W.C.	1

Os quadros do Feirense de futebol de 7 são compostos pelo Presidente, o coordenador, 11 treinadores e 20 diretores que são normalmente pais de um atleta da equipa que representam e têm disponibilidade de horário para acompanhar a equipa e proceder à preparação dos jogos nos seus trâmites normais.

Tabela 2 - Recursos Humanos Clube Desportivo Feirense

Cargos Superiores	Nome
Presidente do Clube	Fernando Costa
Coordenador Futebol de 7	José Carlos
Treinadores	Nome
Petizes	Frederico
	João Machado
	Bruno Coelho
Traquinas	Tiago Pinto
	Artur
	Samuel
Benjamins	Frederico
	Saulo
	Manuel Teixeira
Infantis	Tiago Pinto
	Bruno Coelho
	José Familiar
	Rui Amorim
	André Teixeira
	Daniel

5.2. Treinos e jogos em casa

Os jogos e os treinos foram realizados no complexo Clube Desportivo Feirense, em Santa Maria da Feira, sendo que os treinos decorriam à segunda-feira, quarta-feira e quinta-feira das 18:30h às 19:45h. Os jogos decorriam geralmente aos sábados pelas 10:15h, podendo por vezes haver alteração no dia/hora de acordo com as equipas que jogam em casa.

5.3. Recursos necessários e disponíveis

Tabela 3 - Recursos necessários e Disponíveis

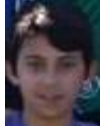
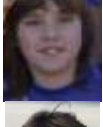
Recursos necessários e disponíveis	Quantidade
Bolas	16
Sinalizadores	25
Coletes	14
Balizas	10
Mini Balizas	6
Escadas de Coordenação	8
Arcos	10
Cones	10
Balizas amovíveis	6
Bidões de água	6
Equipamento de Jogo	13
Roupeiro	1
Massagista	1

6. Análise dos praticantes

6.1. Caraterização geral dos praticantes

Os praticantes, sendo do sexo masculino, apresentavam uma idade média de 12 anos, e residiam no concelho de Santa Maria da Feira, Ovar, Gaia e Oliveira de Azeméis. Apresentando na generalidade um bom aproveitamento escolar, algo que lhes era exigido para poderem ser convocados todas as semanas. De forma geral foram sempre bastante educados e mostraram respeito quer pela equipa técnica quer pelos adversários. Dos 15 praticantes, 12 haviam já se sagrado campeões distritais, título conquistado no ano anterior com a mesma equipa técnica, revelaram um elevado espírito de equipa, sacrifício e uma grande união e coesão.

Tabela 4 - Caracterização de cada atleta do Clube Desportivo Feirense

	Nome	Data Nascimento	Peso	Altura	Posição	Pé Dominante
	Leandro Ribeiro	19-10-2003	45KG	1.55m	Guarda-Redes	Direito
	Rodrigo Silva	27-11-2003	40KG	1.53m	Guarda-Redes	Direito
	Tiago Sousa	11-04-2003	38KG	1.47m	Defesa Central	Direito
	Xavier Pereira	08-04-2003	53KG	1.64m	Defesa Central	Direito
	Alexandre	20-05-2033	40KG	1.57m	Defesa Central	Esquerdo
	Tiago Vieira	07-01-2003	40KG	1.59m	Defesa Central/Médio direito	Direito
	Pedro Macedo	08-06-2003	31KG	1.43m	Médio Centro	Direito
	Nuno Fernandes	30-08-2003	45KG	1.55m	Médio Centro/Médio direito	Direito
	Tiago Gomes	17-06-2003	37KG	1.50m	Defesa Central/Médio Centro	Direito
	Gustavo Silva	29-06-2003	37KG	1.55m	Médio Esquerdo/Avançado	Esquerdo
	Gabriel Sousa	20-10-2003	42KG	1.45m	Médio Ala/Avançado	Direito
	Gonçalo Almeida	06-05-2003	34KG	1.53m	Médio Ala/Avançado	Direito

	André Corredoura	30-01-2003	55KG	1.69m	Avançado	Direito
	Lucas Rodrigues	20-06-2003	39KG	1.55m	Médio Ala/Avançado	Esquerdo
	José Santos	14-03-2003	42KG	1.52m	Médio Direito/Avançado	Direito

6.2. Cuidados e necessidades específicas do público-alvo

As atenções e cuidados que o público-alvo requeria centravam-se no acompanhamento dos diferentes atletas, na noção do espaço a ocupar no terreno de jogo, na velocidade, na resistência, bem como na força e flexibilidade. Atendendo às diferenças reconhecidas em cada atleta, surgiram alguns com uma maior necessidade de acompanhamento para obterem uma maior motivação e consequentemente uma melhor prestação. Nesta atividade surgiu também a necessidade de demonstrar educação e respeito pelo próximo, quer dentro ou fora da equipa e dentro ou fora das instalações desportivas, tendo sempre em consideração que para além de atletas também se estavam a formar como pessoas no âmbito social, estudos e alimentação eram também aspetos a ter em atenção.

6.3. Recrutamento da população-alvo

Para a realização do recrutamento foram alvos os clubes do concelho, os atletas são observados pelos elementos das equipas técnicas em jogos e torneios em que tiveram a possibilidade de observar os atletas a jogar. OS

jogadores das equipas B e bases de dados existentes nos clubes onde existem referenciados bastantes jogadores não só do distrito de Aveiro como também do Porto. O clube dispõe também de uma semana no fim de cada época para que jogadores tenham a possibilidade de treinar no clube juntamente com as equipas respetivas à sua idade e depois conforme a qualidade podem ou não ser selecionados para ficar no clube e na equipa.

6.4. Formas de avaliação da população-alvo

“Avaliação é o processo que se determina até que ponto se está alcançando realmente o objetivo educativo” (Tyler, 1942).

A avaliação é um elemento integrante e regulador da prática educativa permitindo uma recolha sistemática de informações que, uma vez analisadas, apoiam a tomada de decisões adequadas à promoção da qualidade das aprendizagens” (Art.º 2.º Despacho normativo nº. 98-A/92).

Sendo a avaliação algo muito importante e a considerar para a qualidade e consistência de uma equipa os treinadores através dos exercícios técnicos e táticos elaborados toda a semana observam o trabalho, esforço e dedicação de cada atleta todos os treinos, tanto na equipa principal como na equipa B e aquelas atletas que evidenciam melhores capacidades e qualidades para desempenhar funções para esse momento são os selecionados para representar a equipa, este é o primeiro de momento de avaliação interno. Depois para avaliar atletas que podem ser do interesse do clube a nossa equipa dispõe dos jogos disputados filmados pelo pai de um jogador que prontamente dispõe o vídeo à equipa técnica o que permite não só observar momentos positivos como também debilidades, que são utilizados para treinar na equipa. Os vídeos dos jogos são usados também para observar jogadores das equipas adversárias que podem eventualmente atuar no Clube Desportivo Feirense, é tido em consideração características fundamentais que se enquadrem no futebol praticado nesta equipa, assim como qualidades técnicas e táticas avançadas e a capacidade física do atleta.

7. Realização da prática profissional

7.1. Plano anual

Sabendo que na época transata esta mesma equipa se sagrou campeã distrital, a continuidade dos bons resultados manteve-se como objetivo. A equipa perdeu 5 dos 7 jogadores titulares do ano anterior para um dos principais rivais agora em Infantis B, a Casa do Benfica em Estarreja. O Clube Desportivo Feirense reforçou-se com 2 jogadores provenientes do Clube Desportivo Fiães, 1 Do Paços de Brandão e 1 do Salgueiros 08.



Figura 4 – Equipa benjamins AA 2013/2014, com circulo vermelho os atletas que foram transferidos para a Casa de Estarreja do Benfica. Fonte: Arquivo do autor.

A época iniciou no dia 1 de setembro, tendo sido esse primeiro mês utilizado, maioritariamente, para os atletas começarem a reunir novamente condições físicas e psicológicas para voltar à competição e também para a integração dos

novos atletas na equipa, os treinos foram focados com um peso maior na vertente física e menor nos aspetos táticos.

A equipa participou em vários torneios, nomeadamente em Anadia e Argoncilhe onde o objetivo imposto era a competitividade com a promessa que todos os atletas jogavam o mesmo tempo nestes jogos num sistema de rotatividade. Nas primeiras duas semanas de Outubro existiu uma maior preocupação na definição dos processos, jogadas tipo, trabalho mais tático sendo que o primeiro jogo oficial foi realizado no dia 18 de Outubro e logo diante de um adversário forte Associação Desportiva Sanjoanense.

Esta primeira fase do campeonato era constituída por quatro campeonatos, de 10 equipas cada, sendo que os 2 primeiros classificados de cada campeonato passariam a disputar um campeonato final designado *Série Premium*. Antes do arranque do campeonato existiu uma conversa com os jogadores para os informar que nesta primeira fase iria ser feita uma rotatividade entre os 15 atletas, sendo que só 12 poderiam ser convocados, de forma a que todos jogassem o mesmo tempo, os 3 atletas que em cada jogo não fossem convocados poderiam ser convocados para o jogo da equipa de Infantis BB, sendo que essa decisão era sempre tomada em consciência e em torno das duas equipas técnicas. Ficando também logo definido que caso a equipa conseguisse alcançar o objetivo da entrada na série *Premium* essa garantia deixava de existir pois a exigência assim o obrigava. Ficou claro também que qualquer atleta que não se quisesse submeter ao risco de ser convocado e poder não jogar o tempo desejado, poderia sem qualquer transtorno ir para a equipa B onde aí jogaria bastante tempo até ganhar um ritmo mais competitivo e poder-se apresentar na máxima força para disputar um campeonato tão exigente como este. A boa relação entre treinadores da equipa A e equipa B facilitou todos os processos.

Os treinos realizados mantiveram sempre bastante intensidade, visto estes atletas serem bastante empenhados, pontuais e bastante educados. O treino iniciava sempre às 18h30m sendo que treinadores e grande parte dos atletas meia hora antes já se encontravam no complexo o que permitia que tudo fosse bem orientado assim o tempo útil do treino era muito melhor rentabilizado. No

primeiro treino da semana, após o jogo, e de forma muito breve reuníamos todos os atletas para uma discussão breve sobre os aspetos positivos e menos positivos provenientes do jogo passado, assim como o último treino da semana se reunia todos os atletas para diante de todos se comunicar a convocatória e fazer uma breve explicação do porquê da mesma. Os primeiros 15 minutos dos treinos eram sempre utilizados numa perspetiva de aquecimento mas já com algumas dinâmicas de jogo, por exemplo, passe em contexto de jogo, de seguida realizavam-se 1 ou 2 exercícios mediante a qualidade da execução ou dificuldade dos mesmos, táticos e técnicos, sempre com o foco das necessidades do momento e futuro.

Na parte final do treino realizava-se sempre um jogo formal em que o exigido era implementar as dinâmicas treinadas nos exercícios anteriores. O primeiro objetivo foi cumprido e a equipa conseguiu se qualificar com tudo vitórias e apenas dois empates para a série *Premium*. Sabia-se então que esta era a fase mais delicada e decisiva da época, visto que nem todos os jogadores poderiam jogar o mesmo tempo e isso poder criar algum desconforto nos mesmos. Adotou-se uma postura de frontalidade e verdade perante os atletas o que fez com que nunca existisse problemas entre a equipa e a união e coesão foi sempre notória e fantástica. Existiu uma preocupação também acrescida em trabalhar diferentes sistemas táticos visto que agora nem todas as equipas se apresentavam em 1x2x3x1 como na primeira fase e então era muito importante os atletas estarem preparados para diferentes sistemas táticos. O outro sistema tático utilizado pelas equipas era o 1x3x1x2.

Nesta fase e ao contrário do ano anterior o objetivo da Série Premium teve de ser alterado face à realidade que existiu na equipa devido à perda de jogadores para um adversário direto. O nosso objetivo, para ser realista e concretizável e para não criar falsas expectativas e permitir que os nossos jogadores se mantivessem sempre motivados não podia ser o primeiro lugar visto que a Casa do Benfica em Estarreja tinha-se reforçado com 5 jogadores da equipa campeã distrital do ano anterior (C.D.Feirense), 3 da equipa vice-campeã (C.D.Gafanha) entre outros e seria então muito forte com alguns dos melhores jogadores do distrito. Posto isto achamos melhor colocar a fasquia no pódio sendo que o segundo lugar era o nosso maior objetivo pois permitia-nos

perceber que no próximo ano esta equipa do “Benfica” deixa de existir no escalão de Infantis AA e somos de novo candidatos ao título de campeões distritais. Essa supremacia da equipa Casa do Benfica em Estarreja veio-se a revelar tal e qual como estávamos à espera, não dando grande hipótese na luta pelo campeonato também por culpa de alguns empates consentidos pela nossa equipa.

No fim o nosso objetivo foi cumprido e garantimos o segundo lugar com apenas três derrotas uma delas em casa do rival Casa do Benfica em Estarreja em que sofremos 1-0 no último minuto da partida , outra no Clube Desportivo Gafanha em que perdemos por 3-2, e por último com a AD Sanjoanense por 1-4 no último jogo, sendo os dois últimos jogos numa fase em que os objetivos já haviam sido alcançados. Em nossa casa mantemo-nos invictos registo que já perdura desde a primeira volta do campeonato do ano passado. Neste final de época, a conclusão a que chegámos é que o nosso percurso foi muito bom, observamos uma grande evolução de muitos jogadores alguns provenientes de equipas secundárias que inclusive garantiram presença fixada na equipa base. Todos os jogadores vão continuar na equipa.

CAMPEONATO

CLASSIFICAÇÃO

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG	JC	VC	EC	DC	GMC	GSC	JF	VF	EF	DF	GMF	GSF	
1	Feirense	50	18	16	2	0	106	6	+100	9	9	0	0	56	4	9	7	2	0	50	2	+
2	AD Sanjoanense	46	18	15	1	2	105	17	+88	9	8	1	0	51	5	9	7	0	2	54	12	+
3	Cesarense	42	18	14	0	4	97	33	+64	9	7	0	2	53	11	9	7	0	2	44	22	+
4	Arrifanense	31	18	9	4	5	39	30	+9	9	6	1	2	23	15	9	3	3	3	16	15	+
5	CJS Arouca	29	18	9	2	7	52	48	+4	9	4	2	3	24	24	9	5	0	4	28	24	+
6	Ovarense	22	18	7	1	10	49	59	-10	9	3	1	5	33	31	9	4	0	5	16	28	+
7	At. Cucujães	16	18	4	4	10	26	49	-23	8	2	1	5	10	21	10	2	3	5	16	28	+
8	Milheiroense	14	18	3	5	10	24	63	-39	10	3	2	5	15	30	8	0	3	5	9	33	+
9	Carregosense	4	18	0	4	14	14	127	-113	9	0	3	6	11	60	9	0	1	8	3	67	+
10	CD Tarei	3	18	0	3	15	15	95	-80	9	0	2	7	7	43	9	0	1	8	8	52	+

Figura 5 – Classificação Série B (1ª fase) 2014/2015 Infantis BA.
Retirado de: <http://www.zerozero.pt>.

Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto
Especialização em treino desportivo

CAMPEONATO

CLASSIFICAÇÃO

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG	JC	VC	EC	DC	GMC	GSC	JF	VF	EF	DF	GMF	GSF	
1	CB Estarreja	32	14	10	2	2	56	11	+45	7	5	1	1	28	5	7	5	1	1	28	6	+
2	Feirense	25	14	7	4	3	34	23	+11	7	4	2	1	13	9	7	3	2	2	21	14	+
3	ARD Vilamaiorense	24	14	7	3	4	44	24	+20	7	4	2	1	23	10	7	3	1	3	21	14	+
4	AD Sanjoanense	22	14	7	1	6	28	32	-4	7	4	0	3	12	14	7	3	1	3	16	18	+
5	Gafanha	21	14	6	3	5	40	26	+14	7	5	0	2	24	11	7	1	3	3	16	15	+
6	Anta	19	14	6	1	7	37	41	-4	7	3	1	3	25	21	7	3	0	4	12	20	+
7	Anadia	17	14	5	2	7	37	33	+4	7	3	2	2	18	11	7	2	0	5	19	22	+
8	UD Mourisquense	0	14	0	0	14	20	106	-86	7	0	0	7	13	59	7	0	0	7	7	47	+

Figura 6 - Classificação Série Premium (Fase Final) 2014/2015 Infantis BA.
Retirado de: <http://www.zerozero.pt>.

TOTAIS POR COMPETIÇÃO

			J	V	E	D	DG
	Série Premium	2.º	14	7	4	3	34-23
	Série B	Vencedor	18	16	2	0	106-6
			32	23	6	3	140-29

Figura 7 – Valores de todas as competições da época 2014/2015 Infantis BA.
Retirado de: <http://www.zerozero.pt>

Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto
Especialização em treino desportivo



Figura 8 – Resultados estatísticos dos jogos efectuados em casa 2014/2015 Infantis BA.
Retirado de: <http://www.zerozero.pt>.

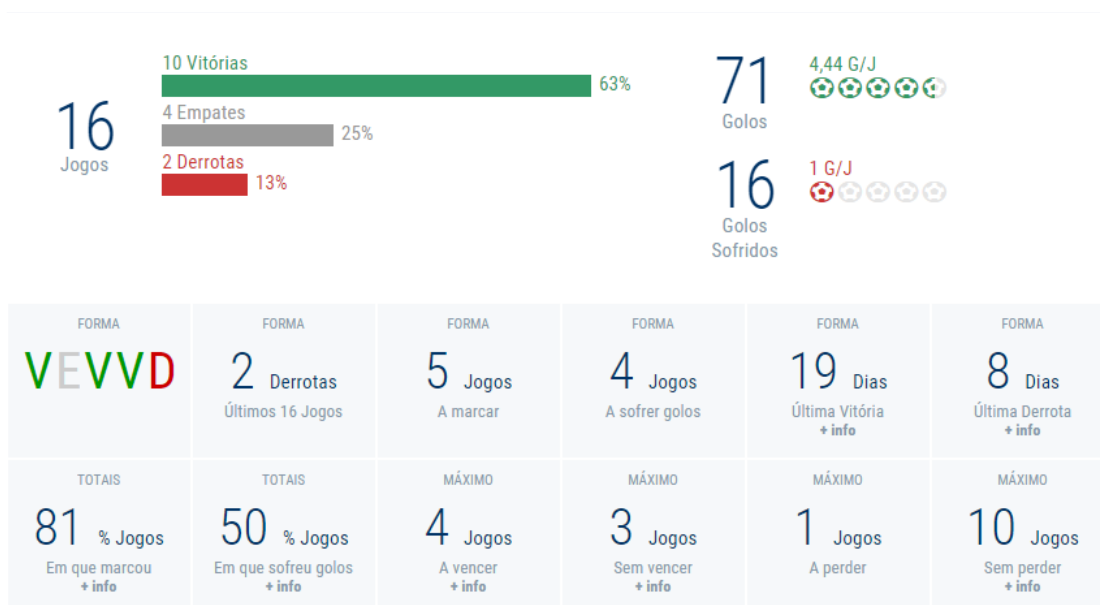


Figura 9 – Resultados estatísticos dos jogos efectuados fora de casa 2014/2015 Infantis BA.
Retirado de: <http://www.zerozero.pt>.

Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto
Especialização em treino desportivo

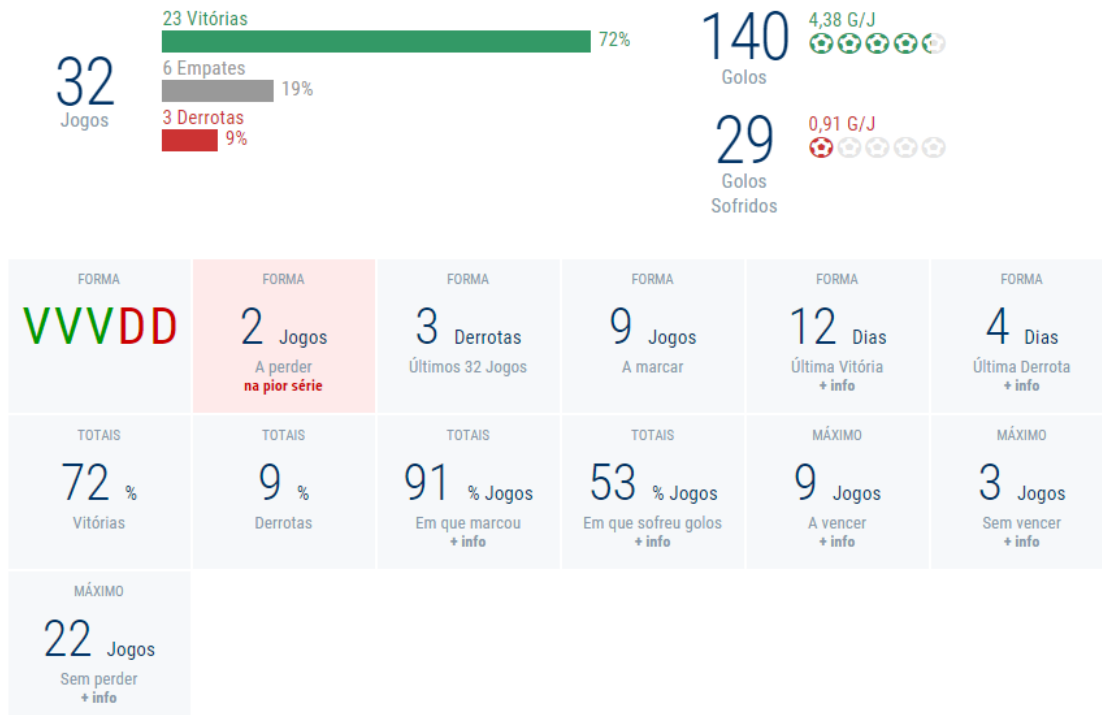


Figura 10 – Resultados estatísticos de todos os jogos realizados na época competitiva 2014/2015 Infantis BA. Retirado de: <http://www.zerozero.pt>.

Tabela 5 – Microciclo tipo de uma semana de trabalho

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
T A R D E	18:30 Vol.75' Intensidad e Média- Alta Técnica individual	Folga	18:30 Vol. 75' Intensida de Alta T.Tático. Jogo com INFANTI S AA	18.30 Vol. 75' Intensidade média-alta T.Tático. Análise conjunta do adversário Convocatóri a	Folga	10:15 Jogo Vol' 60 Intensida de Alta	Folga

Figura 11 – Microciclo 2014/2015 Infantis BA.

7.2. Dificuldades encontradas

Durante a realização do estágio deparei-me com diversas dificuldades, primeiramente na execução dos processos táticos da semana de treino durante o jogo, atenuar a falta de agressividade quando os atletas subestimaram os adversários, lidar com as intervenções dos pais que nem sempre compreendiam as opções quer nas convocatórias quer nos treinos, foram perceptíveis dificuldades durante o treino e jogos em casa consequentes de condições climatéricas adversas, pois condicionavam a circulação e condução de bola e o estado do sintético era também um pouco deficiente e criava poços de água.



Figura 12 – Piso propício a acumular zonas de água.

7.3. Análise e reflexão acerca do desenvolvimento/implementação do processo de jogo

A análise e reflexão do desenvolvimento/processo de jogo, surgem após uma análise visual de todos os treinos semanais e jogos realizados, tendo em conta os 4 momentos de jogo (organização ofensiva, organização defensiva, transição ofensiva e transição defensiva), reação rápida ao portador da bola e pressão pela restante equipa a todos os elementos adversários, qualidade técnica na forma como conduz a bola, perceção do espaço certo a ocupar no campo em todos os diferentes momentos do jogo e fases do jogo, qualidade de

passa e consequente recepção, visão no jogo, capacidade psíquica na abordagem aos jogos, espírito de equipa, educação e respeito por todos os intervenientes do treino e do jogo, qualidade e velocidade com que circula a bola de um setor para o outro, qualidade com que o guarda-redes sai a jogar e defesas efetuadas com ou sem êxito.

8. Investigação de cariz científico

O projeto de investigação científica foi realizado na equipa de Infantis BA do Clube Desportivo do Feirense. Foram realizadas duas recolhas de dados, sendo que a primeira fase da época e a segunda numa fase posterior quando a equipa dispôs ou a segunda fase do campeonato.

Sabendo que a motivação é algo extremamente importante no sucesso desportivo, tentámos perceber até que ponto a motivação dos atletas foi igual quando a exigência competitiva se altera com os calendários competitivos.

Sabendo que a primeira fase é uma fase de seleção em que os dois primeiros lugares de cada grupo se apuraram para um grupo final que iniciou o campeonato da série dos primeiros em Março, decidi com a aplicação do QMAD tentar perceber se a motivação era a mesma nas duas fases, sabendo que a exigência é muito maior na fase final do campeonato na série dos primeiros.

8.1. Metodologia

8.1.1. Amostra

A amostra desta investigação foi constituída por 26 atletas do escalão de Infantis B do Clube Desportivo Feirense, com uma média de idades de 11 anos.

8.1.2. Instrumento

O instrumento utilizado para a realização deste estudo foi o QMAD – questionário de motivação para as atividades desportivas, que utiliza a escala Likert. Este instrumento permite-nos apurar o que incentiva os atletas a praticarem atividade física, através da resposta a trinta questões, avaliando-as

de 1 a 5, correspondendo respetivamente: 1 – Nada importante; 2 – Pouco importante; 3 – Importante; 4 – Muito importante; 5 – Totalmente importante.

Neste questionário, as trinta questões estão agrupadas em oito fatores:

Fator 1: Realização/Estatuto – questões: 3, 12, 14, 21, 23, 25, 26 e 28;

Fator 2: Contextual (influência de familiares, amigos, instalações) – questões: 9, 20, 27 e 30;

Fator 3 – Afiliação (novos conhecimentos) – questões: 2 e 11;

Fator 4 – Orientação para o grupo (trabalho de equipa) – questões: 8, 18 e 22;

Fator 5 – Desenvolvimento de habilidades (competências desportivas) – questões: 1 e 10;

Fator 6 – Libertação de energias (novas fontes de interesse) – questões: 4, 13, 16 e 19;

Fator 7 – Condição Física – questões: 6, 15 e 24;

Fator 8 – Divertimento – questões: 5, 7, 17 e 29.

8.1.3. Procedimentos

No dia 20 de Novembro de 2014, foi requerida a sala de reuniões do complexo do clube para a colocação da primeira fase do questionário, com fim a possibilitar aos atletas um ambiente apropriado à resposta do questionário em questão. Foi-lhes transmitido que a sinceridade era um fator essencial na sua realização. No dia 14 de Maio de 2015 procedeu-se à colocação da segunda fase do questionário exatamente nos mesmos moldes da primeira.

Com a recolha dos dados, procedeu-se à sua inserção no programa SPSS, e o seu tratamento através da análise de estatística descritiva.

8.1.4. Resultados

Tabela 6 - Estatística Descritiva

Factores	N	1ª Amostra (M±DP)	2ª Amostra (M±DP)
Realização/Estatuto	25	3,71±0,62	3,53±0,62
Contextual	25	4,05±0,49	3,58±0,66
Afiliação	25	4,38±0,75	4,36±0,82
Orientação do Grupo	25	4,55±0,38	4,3±0,56
Desenv. Habilidades	25	4,46±0,47	4,18±0,59

Segundo Brito (1994), a motivação é o conjunto de fatores dinâmicos que determinam o comportamento de cada indivíduo. Em desporto, também é usual designar motivações pelo conjunto de fatores internos e externos (intrínsecos e extrínsecos) que influenciam o esforço e a persistência dos comportamentos, em 64 direção a um fim ou a um objetivo. Poder-se-á então dizer que a motivação intrínseca é determinada pelo interesse do indivíduo na tarefa, enquanto a motivação extrínseca é fortemente determinada pelos reforços associados normalmente, aos resultados (Lima, 2010).

Sabendo que existem inúmeros fatores que contribuem para a alteração da motivação dos atletas é bastante importante conhecer as características, o estilo de vida, e alguns aspetos do foro pessoal a fim de perceber o melhor possível aquilo que motiva cada atleta para a conquista dos seus objetivos.

Um atleta motivado está sempre mais próximo de atingir os seus objetivos do que um atleta não motivado.

O treinador para transmitir a motivação à equipa tem também de se sentir motivado, caso contrário não será capaz de transmitir aquilo em que ele próprio não acredita.

Analisando a Tabela 6 verificou-se que a média de todos os fatores foi maior na primeira amostra do que na segunda, ainda assim é claro que todos os atletas se encontravam motivados em ambas as fases.

No fator orientação do grupo foi onde se registou a média mais alta de 4,55 na primeira amostra. A mais baixa foi registada na segunda amostra no fator Realização/Estatuto. Podendo concluir assim que os atletas têm como objetivo principal a evolução das suas capacidades técnicas e táticas e não somente a realização pessoal.

Na primeira amostra apenas o fator “realização/estatuto” não tem uma média superior a 4. Na segunda amostra dois dos fatores não têm média superior a 4, novamente “realização/estatuto” e “Contextual”.

Com estes valores médios de valor 4 podemos constatar que a prática desportiva, neste caso o futebol, é bastante importante na vida de estes jovens.

9. Conclusão

O estágio no Clube Desportivo Feirense permitiu desenvolver e pôr em prática bastantes conhecimentos obtidos durante toda a minha formação académica.

Permitiu perceber que nem sempre os aspetos técnicos e táticos eram suficientes para o sucesso da equipa, aspetos da ordem social e fatores psicológicos produziam muitas vezes alterações nas atitudes e decisões dos atletas, por vezes fazia com que não tomassem as melhores decisões nos melhores momentos.

O campeonato sendo disputado em duas fases distintas permitiu a percepção de que os contextos inseridos tinham toda a influência no futebol produzido, em que muitas das vezes não são tidos em conta. Na primeira fase os atletas tinham maior facilidade em obter vitórias sendo o grau de dificuldade dos adversários bastante mais baixo e por isso não disputavam os jogos com a mesma entrega e dedicação do que na segunda fase, por isso foi necessário a preparação psicológica da equipa antes dos jogos com a preocupação de que o rendimento fosse o mesmo.

O atleta vê no treinador um exemplo para a seguir no seu quotidiano, assim sendo o treinador deve ter uma preocupação com os seus atos, atitudes e educação visto que parte da formação pessoal do jogador é feita durante o treino.

Um dos aspetos que mais me chamou a atenção durante toda a época foi o facto de que os pais produzem efeitos positivos e negativos nos resultados dos atletas, traduzidos por comportamentos e educação que por vezes transmitem aos filhos.

A formação de jogadores é extremamente importante pois só assim o futebol pode continuar com a qualidade a que nos foi habituando.

A mudança de gerações tem vindo a alterar os hábitos dos jovens, e diminuindo a prática de futebol em casa e nas ruas, por isso o treino na fase de formação é essencial para compensar essa ausência.

Com a situação atual do país os clubes ao trabalharem bem na formação permitem um aproveitamento maior dos seus atletas depois da formação e por isso têm um maior equilíbrio financeiro, o Clube Desportivo Feirense fez-me perceber que essa questão é essencial para a subsistência do futebol com as contas equilibradas.

Os objetivos da época foram todos alcançados, o que fez com que a época fosse bastante bem conseguida.

A ausência de conflitos durante a época tanto com os pais, direção e jogadores fazem acreditar que a gestão foi bem feita por toda a equipa técnica, fico obviamente orgulhoso por isso.

No final da época, fui convidado para dirigir uma equipa de formação no próximo ano como treinador principal e estou mais preparado para poder começar esta nova etapa.

10. Referências bibliográficas

Bento, J. O. (2006): “O desporto e o princípio do rendimento”. In: Tani, G. et al. Pedagogia do desporto. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan.

BRITO, A. P. (1994). *Psicologia do Desporto*. Lisboa: Omniserviços.

Castelo, J. *Futebol modelo técnico-tático do jogo: identificação e caracterização das grandes tendências evolutivas das equipas de rendimento superior*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana, v.1. 1994. 379

Constantino, J. M. (2002): *Um novo rumo para o desporto: Ainda a Formação*. In (pp. 152-153): Livros Horizonte.

Franks, A., Williams, A. M., Reilly, T., & Nevill, A. (1999). *Talent Identification in Elite Youth Soccer Players: Physical and Physiological characteristics*. Journal of Sports Sciences, 17, 812.

Garganta, J. (1997): *Modelação tática do jogo de Futebol – Estudo da organização da fase em equipas de alto rendimento*. Dissertação de Doutoramento. FADEUP, Porto.

Leal, M. & Quinta, R. (2001). *O treino no Futebol: Uma conceção para a Formação*. Braga: APPACDM.

Lima, T. (1998): *A formação desportiva dos jovens*. Revista Horizonte, vol. V, 25, 21-26.

LIMA, C. M. M. (2010). *A motivação para as aulas de Educação Física – no 3º ciclo do Concelho de Santa Maria da Feira*. Santa Maria da Feira: C.M.M. Lima. Dissertação de Mestrado apresentada à Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

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

Moita, M. (2008): *Um percurso de sucesso na formação de jogadores em Futebol. Estudo realizado no Sporting Clube de Portugal – Academia Sporting/Puma*. Monografia apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Pacheco, R. (2001): *O ensino do futebol de 7: Um jogo de iniciação ao futebol de 11*: Grafiasa.

Samulski, D. M. (2002): *Psicologia do esporte*. São Paulo: Manole.

Santos, P. (2012): *O modus operandi de um Departamento de Scouting de Futebol*. Relatório de estágio profissionalizante para obtenção do grau de mestre em Gestão Desportiva, apresentado na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.

Siedentop, D. (1998): *Aprender a enseñar la educación física*. INDE.

Silva, C. & Teixeira, M. (2013): *“Experiências de estágio: Contribuições para a transição Universidade - Trabalho”*. In: *Paideia* 23(54): 103-112.