



Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em
Treino Desportivo

Relatório de Estágio: Sporting Clube de Braga

Realizado por:

Miguel Mendes

Supervisor de Estágio:

Prof. Doutor Hugo Sarmento

Orientador Cooperante:

Prof. Luís Ricardo

Agradecimentos

Ao Professor Doutor Hugo Sarmento por todo o apoio e disponibilidade que me deu ao longo deste ano de estágio.

Ao Treinador Luís Ricardo, Bruno Gonçalves, Pimenta, pelo apoio diário que me deram e ajuda dentro do clube, e as experiências que me proporcionaram.

A toda a estrutura do Futebol de Formação do Sporting Clube de Braga, liderada pelo Professor Agostinho Oliveira, por todo o conhecimento e ajuda que me forneceram durante este estágio.

Aos meus Pais, Namorada e Amigos por todos os incentivos e encorajamento para tentar ser melhor todos os dias.

A todos um Muito Obrigado.

Índice

Resumo	5
Abstract	6
1-Introdução	7
2- Objetivos	8
2.1 - Objetivos da intervenção profissional	8
2.2 – Objetivos a atingir com população-alvo	9
2.3 – Calendarização dos objetivos do estágio	10
3- Enquadramento da prática profissional	13
3.1 – Análise da atividade	13
3.2- Análise do envolvimento.....	15
3.2.1- Região e Envolvimento.....	15
3.2.2 – Local ou Locais.....	16
3.2.3 – Recursos Necessários.....	18
3.2.4 – Recursos Disponíveis	18
3.3- Análise dos participantes.....	20
3.3.1 – Caracterização geral dos participantes.....	20
3.3.2 – Cuidados e necessidades específicas da população-alvo	22
3.3.3 – Recrutamento da população-alvo.....	23
3.3.4 – Formas de avaliação da população-alvo.....	24
4- Realização da prática profissional	25
4.1 - Definição, planeamento e realização	25
4.2 – Rotinas diárias de trabalho	28
4.3 – Sistemas de avaliação e controlo do trabalho desenvolvido	29
4.4 – Dificuldades Sentidas.....	30
5- Formação a realizar pelo estagiário	31
6- Calendarização	32
7-Conclusão	33
Referências Bibliográficas	34
Anexos	35

Índice de Tabelas

Tabela 1-Calendarário dos jogos	Erro! Marcador não definido.
Tabela 2-Caraterização dos Participantes.....	22
Tabela 3-Exemplo de Microciclo Padrão.....	26
Tabela 4-Calendarização dos Momentos Competitivos.....	33

Índice de Figuras

Ilustração 1-Mapa local de Treinos futebol formação.....	16
Ilustração 2- Exemplo de Unidade de Treino.....	27

Resumo

Hoje em dia o futebol é tão complexo que os treinadores sentem a necessidade de adquirir competências em diversas áreas ligadas ao mesmo, de forma a poderem controlar o treino e a competição ao detalhe, para poderem chegar ao sucesso.

Desta forma, este documento pretende expor, de forma mais detalhada possível, o estágio realizado no Departamento de Futebol Formação do Sporting Clube de Braga. Este percurso dividiu-se em duas partes: a de treinador adjunto no escalão sub-15 e a função de análise e observação deste mesmo escalão.

Ao longo deste documento pretende-se descrever de uma forma pormenorizada todo o trajeto realizado ao longo deste ano de estágio assim como as pessoas ligadas a este, fazendo também uma contextualização do clube, estrutura e dinâmicas internas, de forma a dar a conhecer o funcionamento de um clube de renome a nível nacional.

Palavras-chave: Análise de jogo, Treino de Jovens, Futebol

Abstract

Nowadays football is so complex that coaches feel the need to acquire skills in various areas connected to it, so that they can control the training and competition to detail, in order to achieve success.

Thus, this document is intended to explain in more detail as possible, the stage held at the Football Training Department of Sporting Clube de Braga. This route was divided into two parts: the assistant coach in step U15 and the analysis function and observation of the same rank.

Throughout this document is intended to describe in a detailed way all the way done over this year internship as well as people connected to this, also making a club context, structure and internal dynamics in order to make known the operation a renowned club to national level.

Keywords: Game Analysis, Youth Training, Soccer

1-Introdução

Este estágio realizado no âmbito da unidade curricular Estágio/Dissertação do 2º ciclo de Mestrado de Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo, do Instituto Universitário da Maia, tem como objetivo interligar a formação teórica adquirida durante o 1º ciclo deste mestrado, e a parte prática do mesmo.

O Estágio foi realizado no departamento de Futebol de Formação do Sporting Clube de Braga, no qual desempenhava duas tarefas distintas: a de treinador adjunto, onde cooperava no planeamento diário dos treinos da equipa de iniciados A e a de análise e observação de jogo neste mesmo escalão, fazendo parte do Gabinete de Apoio Técnico e Audiovisuais (GATA), onde desempenhava tarefas como edição de vídeo, apresentações para treinadores/jogadores, entre muitas outras tarefas relacionadas com a parte dos audiovisuais da equipa dos Iniciados A.

Este estágio foi bastante interessante uma vez que me deu a possibilidade de pôr em prática todo o conhecimento adquirido durante o meu percurso académico, e mais especificamente no mestrado, pois segundo Sérgio (2012, p. 23) “nenhum instrumento é mais adequado para intervir na realidade do que o conhecimento”.

A importância deste estágio é essencial para o desenvolvimento das competências que se pretende atingir no mestrado de treino desportivo, porque uma vez mais segundo este mesmo autor (2012) “a vontade de consciência é uma constante a desenvolver, lançando fora o conformismo paralisante e a vontade de buscar evidências a curto prazo”. Assim sendo, este estágio teve uma forte valorização pessoal, não só na parte específica do treino de futebol, mas também em muitos outros aspetos como por exemplo, a valorização a nível social, psicológico e cognitivo.

Com a elaboração deste relatório, pretende-se dar a conhecer a realidade de um clube de panorama nacional, os recursos que possui e as tarefas que foram desempenhadas ao longo deste estágio.

2- Objetivos

2.1 - Objetivos da intervenção profissional

No âmbito da intervenção profissional, os objetivos a atingir foram a procura de um melhor conhecimento pondo em prática o que foi aprendido ao longo destes anos de curso, mais precisamente durante este último ano de mestrado, pois sabemos que a prática tem uma grande importância no desenvolvimento do conhecimento após uma boa base de conhecimento teórico, o que me permitiu enriquecer bastante neste ano de estágio na formação do Sporting Clube de Braga.

Um outro aspeto fundamental na importância deste estágio relacionou-se com a possibilidade de conhecer, de forma pormenorizada, como funciona um clube da dimensão do Sporting de Braga, onde tudo é organizado ao pormenor e todos os gabinetes funcionam em sintonia para que nada falhe, algo que eu nunca tinha presenciado, e também por isso foi algo importante conhecer a realidade de um clube bem estruturado o que me levou a ter um nível de exigência muito maior, pois só assim se consegue fazer mais e melhor. Durante este estágio tinha também como objetivo perceber melhor os aspetos técnico-táticos do futebol, e foi talvez o aspeto mais positivo deste mesmo estágio, pois lidava diariamente com treinadores com muitos anos de experiência, e por isso aprendi muito sobre esta temática, tentando sempre estar atento aos treinos e ao que os treinadores diziam aos atletas de forma a tentar perceber a razão pela qual se faziam as coisas.

Por último e não menos importante, um dos meus objetivos para este estágio curricular era o aspeto social e de integração com pessoas ligadas ao mundo do futebol, de forma a melhorar os meus conhecimentos nesta área, o que me fez tornar uma pessoa mais rica, tornando este estágio também uma experiência única.

2.2 – Objetivos a atingir com população-alvo

O objetivo a atingir para o escalão sub-15 do S.C.B. passava por potenciar o desenvolvimento do jogador dentro do contexto coletivo, visando sempre o rendimento desportivo. Pretendíamos uma elevada expressão da qualidade individual do jogador, uma boa perceção da organização do jogo e exigência competitiva.

Assim, o objetivo principal era a melhoria da performance do jogador, mas também havia o objetivo proposto pela equipa técnica que era a passagem à 2ª fase de apuramento para o campeão. Estes eram os objetivos principais, havendo outros objetivos secundários como: melhor defesa, melhor ataque, melhor sequência de jogos a ganhar e melhor pontuação do que a equipa do ano anterior.

Apesar de não haver a obrigatoriedade de vitória neste escalão, e não sendo o principal objetivo, sabemos que num clube como o S.C.B. ganhar é muito importante, pois o clube preocupa-se em ter os melhores atletas e as melhores condições de treino para que os treinadores possam desenvolver os seus atletas da melhor forma, sustentados num espírito de vitória, para que a longo prazo estes atletas possam integrar a equipa principal do S.C.B. com os valores do clube.

Um das nossas obrigatoriedades imposta pela coordenação do S.C.B. era a de todos os jogadores terem oportunidade de mostrar o seu valor, e o que nos foi exigido foi que todos os jogadores durante toda a época participassem em pelo menos 3 jogos completos ou num total 210 minutos em vários jogos, número esse que foi gerido em função do valor de cada jogador e dos adversários encontrados.

2.3 – Calendarização dos objetivos do estágio

Relativamente ao escalão Sub-15, a 1ª fase do campeonato decorreu entre os meses de Agosto 2014 e Janeiro 2015. A 2ª fase- Apuramento de Campeão decorreu entre os meses de Fevereiro e Março de 2015.

Durante a 1ª fase da temporada realizava observações que incidiam mais sobre a análise da própria equipa e na análise individual dos nossos atletas de forma a poder melhorar a sua performance, ou seja sobre capacidades individuais dos atletas. Esta análise ocorria sempre que a equipa técnica assim entende-se que determinado atleta cometia erros nos gestos técnicos ou no seu posicionamento em campo.

Na 2ª fase do Campeonato – Apuramento de Campeão, o objetivo do meu trabalho passava por fazer a observação e análise do jogo da nossa equipa e também da equipa adversária sempre que a equipa técnica achava pertinente.

Estas observações tinham influência no treino, pois por vezes ajustávamos as nossas unidades de treino em função das observações realizadas sobre o adversário, o treinador principal dava grande importância nesta 2ª fase às equipas adversárias, e prova disso mesmo, era a apresentação que era realizada todas as sextas-feiras antes do jogo, em que os atletas após o último treino da semana, reuniam-se na sala de imprensa do S.C.B. em que eram revistos todos os aspetos relevantes sobre a equipa adversária com cortes de vídeo sobre as observações realizadas por mim como membro GATA, como por exemplo sobre os quatro momentos do jogo (Organização Ofensiva, Transição Ataque-Defesa, Organização Defensiva e Transição Defesa-Ataque) e também uma análise aos lances de bola parada (cantos e livres).

Como podemos confirmar no quadro a baixo referido, a época foi estruturada em função do quadro competitivo, que desde a pré-época já estava delineado quais os dias dos jogos e as paragens que iriam haver durante a época desportiva.

Tabela 1 - Calendário dos Jogos

MESES	DATA	DIAS	JORNADAS		OBSERVAÇÕES
Novembro	29	Sábado	-		
"	30	Domingo	13ª. Jornada		
Dezembro	06	Sábado	-		
"	07	Domingo	14ª. Jornada		
"	08	2ª. Feira	-		Feriado
"	09	3ª. Feira	-		
"	11	5ª. Feira	-		
"	14	Domingo	15ª. Jornada *		
"	16	3ª. Feira	-		
"	20	Sábado	-		
"	21	Domingo	16ª. Jornada		
"	25	5ª. Feira	-		Natal
"	27	Sábado	-		
"	28	Domingo	Paragem		
Janeiro	01	5ª. Feira	-		Ano Novo
"	03	Sábado	-		
"	04	Domingo	17ª. Jornada		
"	10	Sábado	-		
"	11	Domingo	18ª. Jornada		
"	12	2ª. Feira	-		
"	13	3ª. Feira	-		
"	14	4ª. Feira	-		
"	17	Sábado	-		
"	18	Domingo	Paragem		
			2ª. FASE		
			Apuramento Campeão	Permanência e Descida	
"	24	Sábado	-	-	
"	25	Domingo	1ª. Jornada	1ª. Jornada	

No que diz respeito ao estágio propriamente dito, e sendo uma tarefa realizada ao longo de um ano, foi alvo de diversas intervenções ao longo do ano pelo Professor Hugo Sarmiento juntamente com o Mister Luís Ricardo de forma a supervisionar o estágio, de forma ao comprimento das datas para a elaboração do relatório estágio

curricular, pois ficou definido no início do ano letivo quais as datas para entregar e os tópicos que o relatório deveria conter.

O contato com as pessoas que orientavam o meu estágio dentro do Sporting Clube de Braga era diário, mais propriamente com o Mister Luís Ricardo, ajudando-me sempre em tudo que necessitava para a elaboração do relatório de estágio.

Com o Professor Hugo Sarmiento existiram algumas reuniões no estádio 1º de Maio, e no ISMAI, em que fazíamos uma análise do trabalho desenvolvido juntamente com o Mister de forma a poder melhorar o meu relatório e desempenho no clube.

3- Enquadramento da prática profissional

3.1 – Análise da atividade

O futebol de formação do S.C.B. caracteriza-se por um enorme grau de exigência e complexidade, bem como uma excelente organização e gestão das suas equipas de futebol, existindo sempre uma relação permanente entre a equipa técnica de cada escalão e os respetivos gabinetes de apoio.

Desta forma é necessário que todos os elementos das equipas técnicas dos diferentes escalões de formação do S.C.B. tenham um grande conhecimento sobre todos os gabinetes de apoio à formação e rendimento do atleta para que haja uma melhor eficácia dos mesmos.

O jogo de futebol constitui-se como um notável meio de expressão. Esta perspetiva advém do facto de os jogadores disporem de um amplo conjunto de possibilidades e de procedimentos técnico-táticos que podem adotar para resolver os problemas colocados pelo jogo (Castelo, 2004).

Dispondo hoje em dia de uma vasta gama de meios e métodos, aperfeiçoados ao longo dos anos, treinadores e investigadores procuram aceder á informação veiculada através da análise do jogo e procuram através dela benefícios para aumentarem os conhecimentos acerca do jogo e melhorarem a qualidade da prestação desportiva dos jogadores e das equipas. A informação recolhida a partir da análise do comportamento dos atletas em contextos naturais (treino e competição) é atualmente considerada uma das variáveis que mais afetam a aprendizagem e a eficácia da ação desportiva (Hughes & Franks, 1997, citado por Garganta,J.,2001).

Relativamente à estruturação das atividades para a presente época desportiva, ficou definido que a minha atividade seria dividida em duas tarefas distintas. A primeira seria a de treinador adjunto durante toda a semana, incidindo no trabalho diário juntamente com a restante equipa técnica, no escalão dos iniciados A, tendo uma participação ativa em todo o processo do treino e também em diversas funções de

organização do plantel, como por exemplo, assiduidade, situação escolar, registo do volume de treino, entre outros. A segunda tarefa que me foi delineada foi a de observação e análise de jogo da própria equipa, de forma a tentar melhorar o rendimento individual do atleta bem como o rendimento coletivo, corrigindo os erros que iríamos observando nos jogos.

Segundo Sarmiento (2012), citando McGarry, afirma que o objetivo da análise da performance desportiva é a compreensão do comportamento em jogo, com a finalidade de incrementar a sua qualidade. Deste modo, podemos referir que a análise do jogo reporta-se ao estudo da competição, de modo a quantificar e qualificar as suas ações.

Com o decorrer da época e após a passagem da equipa à segunda fase do campeonato nacional, desempenhei também a tarefa de análise e observação dos nossos adversários.

Sarmiento (2012), afirma que “ a análise de performance evoluiu de forma evidente com a introdução e desenvolvimento de sistemas informatizados, através da escrita de programas informáticos, ampliando o conjunto de dados explorados e possibilitando diferentes modos de apresentação da informação”. Esta evolução permite que a análise contemple diversos domínios, salientando os factos e comportamentos relevantes que contribuem para o rendimento, identificando e caracterizando as tendências evolutivas, servindo como instrumento de controlo e avaliação individual e coletiva (Vieira, 2010).

3.2- Análise do envolvimento

3.2.1- Região e Envolvimento

A região do Minho situa-se no Noroeste Português e é delimitada a Norte pela Espanha e a Oeste pelo Oceano Atlântico, tendo uma população superior a 1,1 milhões de habitantes.

A sua área geográfica é de 4,700km² e é caracterizada por uma zona de enormes paisagens naturais, e a grande abundância de água, onde atravessam quatro rios.

Braga situa-se no “Coração do Minho”, cidade que foi fundada no tempo dos romanos como Bracara Augusta à mais de 2000 anos, sendo por isso, considerada a cidade cristã mais antiga de Portugal e uma das mais antigas do mundo. Braga conta atualmente com mais de 180 000 habitantes no seu conselho.

Braga é uma cidade cheia de culturas e tradições, onde a história e a religião vivem lado a lado com a indústria tecnológica. Acompanhando este desenvolvimento, surge a Universidade do Minho. É uma cidade dinâmica e enérgica sendo atualmente considerada uma das cidades mais jovens da Europa.

3.2.2 – Local ou Locais

O Sporting Clube de Braga foi fundado a 19 de Janeiro de 1921 por um grupo de jovens estudantes. Inicialmente este grupo de jovens escolheu as cores verde e branca para os equipamentos do clube, mais tarde por influência de um antigo treinador do clube, José Szabo, seriam substituídas por vermelho e Branco, cores essas que se mantiveram até aos dias de hoje.

O seu primeiro palco desportivo foi o campo de futebol das Goladas, seguindo-se o campo da Ponte, local onde ainda hoje jogam e treinam as equipas de formação do clube.

Em 1950, foi inaugurado o estádio “28 de Maio”, que após a revolução do 25 de Abril, foi rebatizado de “1º de Maio”, como ainda hoje é designado, e onde joga a equipa “B” do futebol profissional.

Em 2004, com a realização do UEFA EURO 2004 em Portugal, foi construído o Estádio AXA, considerado um dos mais belos do mundo, devido à sua original estrutura e localização, tendo sido atribuído ao seu arquiteto, Eduardo Souto Moura, o prémio Secil de Arquitetura 2004.

O S.C.B. tem como momentos mais marcantes na sua história a conquista da taça de Portugal em 1966, a taça da Liga em 2013 e a taça Intertoto em 2008.

Hoje, o S.C.B. é um clube eclético, pois conta com diversas modalidades como o Futsal, Atletismo, Basquetebol, Natação, Taekwondo, Voleibol, Bilhar e Desporto Adaptado.

O polo central do futebol formação do S.C. Braga é o Estádio 1º de Maio e as suas estruturas envolventes: campo da Ponte e Complexo das Camélias.



Ilustração 1 - Mapa Locais de treino futebol formação S.C.B.

As equipas de Sub-19 e Sub-17 realizam os seus treinos no campo da Ponte (relva natural) ou nos campos das Camélias (sintéticos) – normalmente no campo n°1. As equipas de Iniciados – particularmente a equipa A, Sub-15 - utilizam os campos das Camélias para os treinos (n°1 e 2).

Excecionalmente, devido à utilização dos campos das Camélias o treino é transferido para o Complexo Desportivo da Rodovia (sintéticos) – Braga. Nos jogos oficiais dos Campeonatos Nacionais da 1ª Divisão, as equipas de Sub-17 e Sub-19 utilizam o Campo da Ponte ou o Estádio 1º de Maio para os jogos em casa. A equipa de Iniciados A utiliza o campo das Camélias – Braga.

3.2.3 – Recursos Necessários

Para as tarefas de análise e observação de jogo, umas das tarefas a desempenhar durante o estágio é fundamental o recurso a vídeo para uma melhor análise das incidências do encontro. Desta forma, para a realização desta trabalho é necessário uma câmara de filmar com tripé para filmar o jogo. Posteriormente, para a conversão do vídeo do jogo e para a realização da análise do mesmo é necessário um computador. O Software necessário é o Movie Maker, Hand Brake, Mp4 Joyner.

Para a realização dos treinos da equipa de sub-15, os recursos materiais necessários vão desde roupa de treino, balneários, campo de treino, bolas tamanho nº5 (tamanho utilizado nas competições oficiais do escalão de Iniciados), os coletes, sinalizadores, cones e garrafas de água.

3.2.4 – Recursos Disponíveis

Os recursos disponíveis para a realização do trabalho de observação como elemento GATA eram: quatro câmaras JVC Full HD, dois tripés e uma sala para os elementos da observação com 2 computadores e um projetor, onde podia ser utilizado sempre que necessário. No dia do jogo um elemento GATA ficava responsável por filmar o jogo e posteriormente passar para os computadores do gabinete até 48 horas após o jogo, para que este pudesse estar disponível a todos os elementos da equipa técnica e da coordenação através da plataforma informática: “Vimeo Pro”. Para posterior análise e edição do vídeo tínhamos disponível nos computadores da sala GATA, ou então os computadores pessoais dos membros que trabalhavam no gabinete, através dos programas que o S.C.B. instalou e nos fez questão de passar que eram necessários para a realização deste trabalho, como por exemplo: Kinovea, Microsoft PowerPoint, Windows Movie Maker, Hand Brake e Mp4 Joyner.

Para a realização dos treinos da equipa de Iniciados A, os recursos disponíveis no clube são: 20 bolas de futebol , 20 coletes cor-de-laranja e 20 azuis, 20 verdes e 20 brancos. Existe também um conjunto de 26 sinalizadores de diversas cores, num total de aproximadamente 100 unidades, 20 cones de 60 cm de altura e ainda 20 estacas.

Para todos os treinos, os atletas e treinadores equipam-se nos balneários do Estádio 1º de Maio. Quando o treino é fora da estrutura envolvente ao estádio, os elementos equipam-se nos balneários do estádio e o transporte para o local de treino é feito no autocarro do clube. O equipamento de treino é levantado e entregue diariamente na rouparia. Relativamente ao espaço físico para o treino, é de um campo à segunda-feira, quarta-feira, quinta-feira e sexta-feira. Os treinos têm a duração de 90 minutos.

3.3- Análise dos participantes

3.3.1 – Caracterização geral dos participantes

A população alvo do departamento de futebol formação do Sporting Clube de Braga, são todos os atletas, seja a nível regional, nacional ou internacional, que sejam vistos como mais valias para as equipas de formação do S.C.B., dependendo sempre do escalão a que pertencem. A busca poderá ser mais alargada, seja a nível nacional ou internacional, ou menos alargada, sendo só a nível regional.

Em escalões de idades inferiores (até Sub-13) a prospeção de atletas é realizada só a nível regional, a partir dos iniciados A (sub-15) já a prospeção é mais alargada a todo o território nacional, e a partir dos juniores (Sub-19) a prospeção é realizada também a nível internacional de forma a encontrarem novos talentos para as suas equipas de formação.

Como foi em cima referido no escalão dos iniciados A (Sub-15) temos atletas não só a nível regional mas também a nível nacional, como podemos constatar no quadro seguinte, onde temos no plantel um jogador que é de Viseu, e que está na residência do S.C.B.

Tabela 2 - Caracterização dos Participantes

Plantel Iniciados "A" - Época 2014/2015		
Nome	Posição	Concelho de Residência
Rui Ribeiro	Guarda-Redes	Barcelos
Rui Nascimento	Guarda-Redes	Braga
Carlos Pereira	Guarda-Redes	Braga
Henrique Gomes	Defesa	Barcelos
Filipe Pereira	Defesa	Barcelos
Miguel Dias	Defesa	Vila Verde
Duarte Silva	Defesa	Vila Verde
Manuel Lopes	Defesa	Braga
Vitor Pereira	Defesa	Vieira do Minho
Tomas Carvalho	Defesa	Braga
Miguel Vilela	Defesa	Vila Verde
Ruben Cacheta	Médio	Viseu
Lucas Pereira	Médio	Gumarães
Nuno Cunha	Médio	Braga
Diogo Gançaves	Médio	Viana do Castelo
Pedro Neto	Médio	Viana do Castelo
Tiago Antunes	Médio	Taipas
Pedro Tiago	Médio	Braga
João Costa	Médio	Póvoa do Varzim
Gabriel Cerqueira	Médio	Vila Verde
João Oliveira	Médio	Famalicão
Flávio Silva	Avançado	Viana do Castelo
Nuno Casanova	Avançado	Barcelos
Sandro Lopes	Avançado	Barcelos
Alberto Carvalho	Avançado	Barcelos
Equipa Técnica		
Luís Ricardo	Treinador	
Bruno Gonçalves	Treinador Adjunto	
Pimenta	Treinador Guarda-Redes	
Miguel Mendes	Treinador Adjunto	
Hugo Azevedo	Treinador Adjunto	
Pedro Carvalho	Treinador Adjunto	

3.3.2 – Cuidados e necessidades específicas da população-alvo

“ A estrutura de um departamento técnico de futebol (...) deve ter em conta a sua complexidade (e portanto um trabalho inter e intra-disciplinar), que deverá englobar especialistas das mais diversas áreas”. (Sérgio, 2012, p.24).

Fazendo parte o futebol de um conjunto de modalidades designadas de desportos coletivos é importante destacar a relação de oposição entre os elementos das duas equipas em confronto, e cooperação entre os elementos da mesma equipa, sendo extremamente importante para o treinador analisar as características e padrões de conduta individual e coletiva, pois como afirma Sérgio (2012) “ também o futebol, como atividade humana, tem enumeras faces e portanto, onde a ordem e desordem necessariamente coabitam”.

Estando a falar de crianças e jovens é necessário ter cuidados especiais, pois estes ainda se encontram numa fase importante do seu processo formativo, os jovens estão sujeitos a transformações físicas, biológicas, psíquicas e sociais que influenciam o processo de aprendizagem. Segundo Sérgio (2012) “ o treino deve ter em conta a individualidade, a complexidade e a integração na totalidade de todos os atletas de uma equipa”.

Já Buzzetti (2010), citando Coelho afirma que a especialização desportiva “ promova o desenvolvimento integral da criança e do jovem, e constitua oportunidade de revelação e de desenvolvimento de capacidades”. Pretende-se então que o treino potencie todos os fatores que possam influenciar o talento dos jovens jogadores.

3.3.3 – Recrutamento da população-alvo

O S.C.B. caracteriza-se por ter nas suas equipas atletas de elevado potencial desportivo.

Para que assim seja, o S.C.B. formou um Núcleo de Intervenção e Análise de Jogadores Externos (NIAJE), o que permite ao clube recrutar jogadores com uma maior eficácia, pois este núcleo observa e avalia todos os atletas que são denunciados como sendo interessantes para o clube. Esta denúncia ocorre sempre que os treinadores dos diversos escalões do S.C.B. achem um determinado jogador das equipas adversárias como sendo interessantes.

Os treinadores do S.C.B. no final de cada jogo têm de preencher vários relatórios de jogo para entregar a coordenação, e um dos relatórios é sobre a denúncia de jogadores das equipas adversárias considerados interessantes.

Após esta denúncia um membro do NIAJE vai observar o atleta em contexto competitivo e posteriormente é convidado a treinar na equipa do S.C.B. no seu escalão etário.

O Sporting Clube de Braga tem um modelo de referência para o recrutamento dos seus atletas, que assenta sobretudo na qualidade técnica e na personalidade competitiva. Deste modo o clube pretende jogadores com: i) espírito guerreiro; ii) confiança; iii) capacidade para assumir o risco; iv) solidários; v) espontaneidade; vi) inteligência e decisão; vii) cultura tática; viii) velocidade.

Nomeadamente no escalão dos Sub-15, este recrutamento é realizado em todo o território nacional, o que facilita bastante a procura, pois o S.C.B. tem residência para os atletas em que a distância não permite que eles possam ir todos os dias a casa, onde são sempre acompanhados pelo psicólogo do clube, que se encarrega por ser o seu tutor na escola e no acompanhamento diário, para que eles se sintam integrados e sempre que precisem de algum tipo de apoio ele encarrega-se por ajuda-los a resolver qualquer problema que tenham.

3.3.4 – Formas de avaliação da população-alvo

O S.C.B. tem como objetivo a evolução dos atletas e para isso é obrigatório todos os treinadores do clube fazerem pelo menos duas avaliações aos seus atletas durante cada época desportiva, de forma a ter uma melhor informação sobre a evolução dos seus atletas. Para isso foram criadas fichas de registo para as diferentes avaliações, onde incorporavam 26 componentes, que abrangiam vertentes técnicas, táticas, físicas, psicológicas e sociais (em anexo).

As avaliações eram feitas através dos comportamentos nos treinos e jogos, onde era atribuída uma nota de 0 a 6 e em que no final era calculada a média das avaliações em cada vertente. A primeira avaliação foi realizada entre os meses de Agosto e Dezembro e a segunda avaliação entre os meses de Janeiro e Maio.

Estes registos eram um meio da coordenação saber no final de época quais os jogadores que tinham evoluído ou se não tinham o perfil inicialmente previsto pelo prospeção para pertencerem ao S.C.B.

Estas análises eram realizadas direta ou indiretamente (vídeo), e a nota de cada atleta em cada momento de avaliação era proposta em conjunto com toda a equipa técnica do escalão.

4- Realização da prática profissional

4.1 - Definição, planejamento e realização

O S.C.B sendo um clube de máxima exigência, caracteriza-se por uma boa organização das suas épocas desportivas para que tudo seja feito com rigor e competência, e por isso, os treinadores em conjunto com a coordenação no início de época definem quais são os dias e horas que cada escalão têm para treinar, dias esses que não se alteram ao longo da época, salvo algumas exceções, para que tudo se realize de forma organizada. Por isso, todos os treinadores do clube têm de realizar os seus Macro ciclos, Meso ciclos e Microciclos e colocar na plataforma digital do clube onde todos os treinadores do S.C.B. têm acesso a esses documentos como muitos outros relacionados com a organização e gestão do plantel e do treino.

Os Macro ciclos são realizados no início da época desportiva em conjunto com a coordenação, assim como os Meso ciclos, onde existem algumas reuniões que permitem apresentar propostas e discuti-las para este mesmo efeito de forma a ficar tudo mais organizado.

Quanto aos microciclos a equipa técnica tem de colocar na plataforma digital até ao domingo á noite o microciclo referente á semana seguinte de treinos, para a coordenação ter conhecimento do trabalho que se irá realizar durante aquela semana de treinos.

Tabela 3 - Exemplo de Microciclo Padrão

	2ª Feira	3ª Feira	4ªFeira	5ªFeira	6ªFeira	Sábado	Domingo
Iniciados A	Treino 17:30	Folga	Treino 16:00h	Treino 16:00h	Treino 16:00	Folga	Jogo
Objetivos do Microciclo	Competências Individuais: Tomada de decisão; Técnica Individual Defensiva e Ofensiva; Princípios de jogo Ofensivos e Defensivos; Força e Resistência em especificidade; Coordenação, Velocidade e Flexibilidade em Complementaridade. Competências Coletivas: Momentos de Organização defensiva, Organização ofensiva e Transições defensivas e ofensivas, de forma setorial, intersectorial e coletiva, de acordo com o modelo de jogo adotado.						

Em relação às unidades de treino, cada escalão tem de passar a informação à coordenação até 24 horas antes. Todos estes documentos têm um padrão que é transversal a todas as equipas técnicas do S.C.B., pois é fornecido no início de época pela coordenação a todos os escalões o que torna os documentos mais simples e de fácil interpretação.

As unidades de treino estão divididas em três partes fundamentais: inicial, fundamental e final. Na parte inicial são exercícios de ativação geral e recreação com bola, normalmente jogos reduzidos (2v2, 3v3, 3v2), alternando com exercício de alongamentos dinâmicos, que permite aos atletas uma preparação física e cognitiva para a parte fundamental do treino. A parte final do treino era dedicada aos alongamentos e à recuperação ativa dos jogadores de forma à sua recuperação ser mais rápida uma vez que os treinos eram sempre muito intensos e também porque havia treinos quase todos os dias.

ESCALÃO	Iniciados A	PRÓX. JOGO	Braga - Guimarães				Domingo, 29 de Março 2015: 11h00				
MICROCIÍCLO	35	UT	128	DATA	25/03/2015	HORA	10H00	DIA SEM.	4ª Feira	LOCAL	Ponte
METODOLOGIA	Periodização: Tática - <i>Matriz conceptual</i> : Especificidade e Complexidade - <i>Matriz Metodológica</i> : P. Progressão Complexa; P. Alternância Horizontal; P. Progressões.										
OBJETIVOS	<p>Competências Individuais: Tomada de decisão; Técnica Individual Defensiva e Ofensiva; Princípios de jogo Ofensivos e Defensivos; Força e Resistência em especificidade; Coordenação, Velocidade e Flexibilidade em Complementaridade.</p> <p>Competências Coletivas: Momentos de Organização defensiva, Organização ofensiva e Transições defensivas e ofensivas, de forma setorial, intersectorial e coletiva, de acordo com o modelo de jogo adotado.</p>										

LISTA DE ATLETAS DO PLANTEL								OBSERVAÇÕES
1	Ribeira Pereira (DD)	8	Henrique Gomes (DE)	15	Nuno Cunha (MC)	22	Nuno Casanova (PL)	Lesionado: Sandro
2	Miguel Dias (DD)	9	Júlio Costa (MDC)	16	Pedro Tiago (AE)	23	Sandro Lopes (PL)	
3	Duarte Silva (DC)	10	Rúben (MCD)	17	Diogo Gonçalves (AD)			
4	Vitor Pereira (DC)	11	Gabriel Corqueira (MDC)	18	Felhu (AE)	1	Rui Ribeiro (GR)	
5	Júlio Oliveira (DC)	12	Pedro Neto (MC/MAE)	19	Tiago Antunes (AE)	2	Carlos Daniel (GR)	
6	Tomás (DE)	13	Lucas Ferreira (MC)	20	Rúvico (PL)	3	José Miguel (GR)	
7	Miguel Vitor (DE)	14	Pedro Oliveira (MC)	21	Alberto Carvalho (PL)		TOTAL NO TREINO	28 de campo

COMPETÊNCIAS INDIVIDUAIS

1. 2x2 com 2 apoios	2. Jogo de transição defensiva	Fintas (Revisão) Coordenação (apoios) + Velocidade (execução)
		
TEMPO: 10' Parcelar: (3x 1'30" + 1' rec)	TEMPO: 15' Parcelar: (3 x 4'+1'30" rec)	TEMPO: 20' Parcelar: Em sistema de rotação
OBJETIVOS: Trabalhar mudanças de direção e movimentos de "quebra" Aquecimento Alongamentos dinâmicos no intervalo	OBJETIVOS: Desenvolver os princípios de progressão, mobilidade e transição defensiva	OBJETIVOS: Técnica Individual Ofensiva (Fintas) com trabalho de coordenação (apoios) e velocidade (execução)
ORGANIZAÇÃO: Jogam 2x2 dentro do espaço com 2 apoios fora. Durante determinado espaço de tempo os atacantes são sempre os mesmos, trocando depois de	ORGANIZAÇÃO: 1 - 3 equipas de 4 atletas 2 - Jogam 4v4 sem qualquer tipo de limitação	ORGANIZAÇÃO: Em pequenos grupos (2/3) e na presença da bola, adversário e baliza, fazem trabalho complementar em rotatividade com exercício 2.a)

Ilustração 2 - Exemplo de Unidade de Treino

4.2 – Rotinas diárias de trabalho

O trabalho diário durante a semana de treinos incide no processo de treino. À segunda-feira o treino é às 17:30h sendo o primeiro treino semanal, a equipa técnica chega ao treino cerca de 30 min. Antes do treino de forma a analisar os aspetos principais do jogo para que antes de irmos para o treino, ter-mos uma conversa com os jogadores passando as informações sobre o jogo e os aspetos positivos e negativos. Após isto equipamo-nos nos balneários do estádio 1º de Maio e depois vamos para o campo nº1 ou 2 das camélias. Nos outros dias de treino o processo é semelhante com a exceção da conversa no balneário com os atletas. No dia do jogo os atletas e treinadores aparecem no local e hora de concentração combinada, de forma a chegarem ao campo onde irá decorrer o jogo cerca de 1:15 horas antes do jogo, para dar tempo ao roupeiro preparar tudo e os treinadores prepararem os elementos que vão utilizar na palestra para o jogo (folhas, computador, projetor, etc).

Durante a hora do jogo eu como membro GATA vou filmar o jogo para depois até às 48h seguintes ter a observação realizada e o jogo descarregado nos computadores da sala GATA, e depois em casa realizo o trabalho de observação e análise dessa competição, efetuando uma apresentação que será facilitada posteriormente à restante equipa técnica.

Sempre que achamos pertinente fazer observação à equipa adversária, vou filmar os jogos se me derem autorização ou então vou ver o jogo juntamente com outro elemento da equipa técnica para que a análise seja mais rigorosa.

Um outro trabalho realizado, foi o de levantamentos de exercícios em escalões inferiores, porque o S.C.B. estava a desenvolver um projeto que permitia aos treinadores de futebol 7 terem acesso aos exercícios padrão utilizados nos escalões do S.C.B., informação essa que só era sustentada até a data por imagens, passando após estas filmagens dos exercícios a ser sustentada também por um pequeno ficheiro de vídeo.

4.3 – Sistemas de avaliação e controlo do trabalho desenvolvido

Como anteriormente foi descrito, o futebol de formação do S.C.B. dá grande importância à evolução dos jogadores, para que estes no futuro possam vir a integrar as equipas profissionais do clube, e por isso, os atletas têm de ser avaliados pelos treinadores durante a época para que se tenha a perceção da evolução dos atletas.

A coordenação criou fichas de avaliação transversais a todos os escalões de formação, fichas essas que incorporam 26 componentes e que abrangem vertentes técnicas, táticas, físicas, psicológicas e sociais (anexo).

Existem também fichas que permitem avaliar a prestação de cada atleta em jogo, em que os treinadores têm de atribuir notas de A (atleta em destaque) a D (prestação insuficiente), assim como também o tempo de jogo em que cada atleta participou.

Uma outra forma de avaliar os atletas é através da observação indireta (vídeo) em contexto de jogo, em que os treinadores se observarem que os atletas estão a cometer um determinado erro, seja tático ou técnico, utilizam as imagens para conversar com o jogador e mostrar-lhe o que deve melhorar e depois durante a semana corrigi-los para que estes possam evoluir.

Estas são formas que o S.C.B. arranjou de controlar a evolução dos atletas bem como avaliar o trabalho desenvolvido pelos treinadores, pois os treinadores das equipas de formação do S.C.B. têm como objetivo a evolução constante dos atletas, e se esta evolução não estiver a acontecer é preciso os treinadores juntamente com a coordenação tentarem perceber no que estão a falhar e retificar o trabalho que estão a desenvolver.

4.4 – Dificuldades Sentidas

Ao longo deste estágio fui encontrando algumas dificuldades, o que me levou a ter um forte espírito de sacrifício, para que pudesse ultrapassar os problemas que me iam surgindo.

Uma das maiores dificuldades era o facto de eu nunca ter trabalhado em análise e observação de jogo, e por isso, quando comecei a ter de realizar estes trabalhos para a equipa dos iniciados A, tive muitas dificuldades, principalmente com os programas em que tinha de realizar essas observações, e por isso, tive de despende muito tempo com os outros membros da sala GATA que me foram ensinando como deveria realizar estas observações e análises aos jogos.

Uma outra dificuldade prendia-se pelo facto de eu nunca ter jogado futebol, o que me leva a ter imensas lacunas no que diz respeito aos conhecimentos táticos, o que fez com que nos primeiros momentos na função de treinador adjunto, estivesse mais como um espectador atento na parte tática do treino, procurando sempre questionar o treinador, de forma a poder perceber os porquês, e assim evoluir nesta parte, e neste aspeto os treinadores foram muito importantes, pois estavam sempre disponíveis para me ajudarem.

E por ultimo, e talvez a maior dificuldade sentida, numa fase mais inicial, foi a exigência que um clube como o S.C.B. requer, algo que eu não estava habituado, e que me fez melhorar muito, pois tudo tem que ser feito dentro dos prazos e de uma forma perfeccionista, sendo o trabalho do treinador ou de observador, um trabalho muito exigente e de entrega completa por parte das pessoas.

5- Formação a realizar pelo estagiário

Ao longo desta época tive a oportunidade de realizar uma formação específica de futebol no Instituto Universitário da Maia, com uma duração de 3 meses, formação essa que foi muito importante, porque permitiu-me aprofundar conteúdos relacionados com o futebol, algo que eu sentia bastantes dificuldades.

Gostaria de ter realizado mais formações nesta área durante a época, mas a disponibilidade não era muito em termos de horários, uma vez que de manhã trabalhava e à tarde tinha treinos, o que me levava a ter os dias todos sempre muito preenchidos.

6- Calendarização

O quadro seguinte representa o plano anual referente aos diferentes momentos competitivos da equipa dos Iniciados A (Sub-15) do Sporting Clube de Braga para a época 2014/2015.

Tabela 4 - Calendarização dos Momentos Competitivos

	Iniciados A Sub-15	Cor	Legenda
Julho	Pré-Competitivo	Red	Pré-Competitivo
Agosto			
Setembro	Campeonato Nacional 1ª fase	Light Green	Campeonato Nacional 1ª fase
Outubro			
Novembro			
Dezembro			
Janeiro	Campeonato Nac. Fase de Ap. Campeão	Dark Green	Campeonato Nac. Fase de Ap. Campeão
Fevereiro			
Março			
Abril	Pós-competitivo	Tan	Pós-competitivo
Maio			
Junho			

Como podemos ver no quadro em cima descrito, a época foi dividida em 4 momentos competitivos diferenciados. O mês de Julho e Agosto foi o período pré-competitivo, que serviu para preparar a equipa para o campeonato nacional. A 1ª fase do campeonato Nacional decorreu entre os meses de Setembro e Janeiro, em que os quatro primeiros classificados passavam à fase seguinte (Fase de Apuramento para Campeões) e os restantes classificados disputavam a manutenção no campeonato nacional. Uma vez que a Nossa equipa alcançou o 1º lugar, disputando a fase seguinte (Fase de Apuramento para Campeão) que foi disputada durante os meses de Fevereiro e Abril, tendo ficado em segundo lugar. Uma vez que só o primeiro de cada grupo iria disputar a fase seguinte (Fase de Campeão) não realizamos mais jogos oficiais, passando então para o período Pós-competitivo, em que começamos a preparar alguns assuntos relacionados com a próxima época, como por exemplo a entrada de novos jogadores e atletas à experiência.

7-Conclusão

Esta época desportiva foi extremamente rica ao nível da formação e evolução pessoal, pois possibilitou-me pôr em prática todos os conhecimentos adquiridos ao longo da minha formação académica num clube de enorme prestígio, como é o Sporting Clube de Braga, porque trabalhar ao mais alto nível no futebol de formação sempre foi um objetivo pessoal, bem como lidar com pessoas com um grande passado ao futebol.

Este estágio fez-me perceber o quanto é exigente a vida de um treinador num clube como o S.C.B., bem como a exigência que este requer, pois é um clube que se alimenta de vitórias e procura todos os dias ser melhor, e essa foi sem dúvida uma forma de estar na vida na qual eu me identifico.

A multidisciplinaridade que me foi solicitada para o cumprimento das minhas tarefas, foi um claro incentivo à minha evolução, pois permitiu-me conhecer e melhorar muitos aspetos que serão com toda a certeza ferramentas muito importantes no meu futuro, como por exemplo, a observação e análise de jogo.

Para finalizar e não menos importante, de referir um enorme orgulho e privilégio contribuir e colaborar com a equipa Sub-15 do Sporting Clube de Braga, pois tive a oportunidade de lidar diariamente com alguns dos melhores jogadores nacionais desta faixa etária, bem como lidar com treinadores fantásticos, de enorme conhecimento e companheirismo, que me ajudaram sempre ao longo desta época.

Referências Bibliográficas

Buzzetti, A. L. (2010). *Formação integral em futebol – Mitos, realidade e ideal*. Lisboa, Lisboa: Edições Sílabo, Lda.

Castelo, J. (2004). *Futebol – A organização dinâmica do jogo*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana – Serviço de Edições.

Garganta, J. (2001). *A análise da performance nos jogos desportivos. Revisão acerca da análise do jogo*. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, v.1, n. 57, p. 57-64.

Sarmiento, H. (2012). *Análise do jogo de futebol - Padrões de jogo ofensivo em equipas de alto rendimento: uma abordagem qualitativa*. Tese de doutoramento. UTAD, Vila Real.

Sérgio, M. (2012). *Filosofia do futebol*. Lisboa: Editora Prime Books.

Vieira, S. (2010). *Observação e Análise de Jogo*. Documento de apoio ao Curso de Nível II – Futebol 11, UEFA Basic da Associação de Futebol de Braga.

Wikipedia – Sporting Clube de Braga [Consult. 10.Maio.2014]. Disponível em

WWW:URL: http://pt.wikipedia.org/wiki/Sporting_Clube_de_Braga

Anexos