

Instituto Universitário da Maia – ISMAI
Departamento de Ciências da Educação Física e Desporto



Relatório de Estágio

Vitória Sport Clube

João Paulo Tavares da Silva

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

Orientador Institucional

Professor Doutor Jorge Manuel Pinheiro Baptista

setembro 2020 

João Paulo Tavares da Silva

Nº25455

Relatório de Estágio Curricular com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo, nos termos do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de março, republicado pelo Decreto-Lei nº 63/2016, de 13 de setembro.

setembro de 2020

“A aprendizagem consiste, num sentido, em fazer significar acontecimentos, em transformar o acontecimento-ruído em acontecimento-sinal, ou mesmo em acontecimento signo: o ruído é transformado pela aprendizagem sinal” (Vítor Frade, 1985).

Dedicatória

Este caminho é dedicado à minha namorada **Mila**, a quem todos os agradecimentos serão sempre insuficientes. Pela ajuda, apoio e motivação em todas as fases vividas, mas especialmente, no decorrer deste período. Por ser um pilar na minha evolução e por, de forma natural e tranquila, me transmitir equilíbrio e a serenidade necessária para lutar pelos meus sonhos. Por respeitar e compreender a minha paixão pelo Futebol, por me ajudar a ultrapassar todos os momentos incertos e de inquietação e por ser o meu porto de abrigo, nunca duvidando de mim. Por superar atitudes menos boas da minha parte ao longo da nossa vida conjunta, assim como a minha ausência durante um longo período de tempo. Sem ti, nenhuma conquista teria significado ao longo desta viagem e sei que o nosso melhor, ainda está para chegar. **AMO-TE**

Agradecimentos

“Se vi mais alto foi por estar sobre ombros de gigantes”

Isaac Newton

Esta é a parte na qual expresso a minha enorme gratidão e presto uma simples homenagem aos que me acompanharam neste percurso e que me deram auxílio, apoio, conselhos ou simplesmente, partilharam a sua companhia e amizade. Deste modo, realço que esta conquista foi feita com momentos e aprendizagens, mas essencialmente com pessoas. Distingo este tópico como sendo um dos mais importantes deste trabalho, reforçado pelo apreço, reconhecimento e consideração para com estas pessoas, ao *onze inicial* e aos demais que me acompanharam ao longo deste “campeonato”.



Figura 1 – Representação gráfica dos Agradecimentos.

Primeiramente, à minha namorada **Mila**, a quem dedico esta caminhada.

Aos meus **Pais**, Abel e Filomena, por tudo o que significam para mim. Por respeitarem e aceitarem os momentos de distância e de ausência, ainda que eu os tenha perto e presentes. Pelos ensinamentos, valores e exigência com que sempre me educaram. Por acreditarem nos meus sonhos e apoiarem todas as minhas decisões.

Ao meu **irmão, cunhada e sobrinhos** pelo que representam e que mesmo à distância, eu possa assistir ao seu crescimento como família. Serei sempre o seu maior defensor.

À **família da minha namorada**, pessoas amáveis e generosas que sempre me trataram como um deles.

Ao **Toni**, meu gato e companheiro de grandes batalhas, pela companhia nas muitas horas solitárias de trabalho.

Aos meus **amigos de longa data**, em especial ao Fernando, por todas as aventuras juntos e por todos estes anos de verdadeiro companheirismo e suprema amizade.

Ao **Professor Doutor Jorge Baptista**, orientador deste estágio, pela disponibilidade, sabedoria e rigor com que me tem orientado ao longo dos últimos anos, em especial no presente trabalho. Pela humildade e conhecimento que o faz ser uma referência, a nível humano e profissional. Pela capacidade e inteligência de responder às minhas inquietações com questões desafiantes.

Ao “parceiro” de trabalho **Bruno Fidalgo**, pela amizade e confiança depositada, e por ter contribuído de forma incomparável para o meu crescimento pessoal e profissional, nesta fase prematura da minha carreira de analista/observador. É um excelente exemplo do que todos os constantes inconformados devem ser.

Ao **departamento de observação e análise**, em especial ao coordenador **Tiago Fonseca**, pelos momentos de partilha e pelos ensinamentos prestados, de forma a conseguir realizar um bom trabalho num contexto exigente.

Aos treinadores principais, **Alex** em especial ao “**mister Bino**”, pela disponibilidade demonstrada para a tutoria deste estágio e pela confiança e amizade ao longo deste percurso. Aos restantes elementos das **equipas técnicas e staff** do Vitória B, também pela amizade e confiança e por todos me terem feito crescer, a diferentes níveis.

Ao **Ismail** e a todos os seus **docentes**, pelo ensino com que fui presenteado e por terem contribuído significativamente para a formação e estruturação do meu pensamento sobre o desporto, e mais importante, sobre a vida. Aos amigos que a Universidade me deu, em especial aos companheiros do **Sports Analytics LAB** pela amizade, companheirismo e pela busca do conhecimento que vai continuar num futuro muito próximo.

Ao **Vitória Sport Clube**, pela oportunidade concedida para a realização deste estágio.

A todos aqueles cuja memória não me permite lembrar, mas que foram importantes para a conquista deste “campeonato”.

A todos, **o meu eterno obrigado!** Este “campeonato” ganho, tem muito de vós.

Resumo

A observação e análise no futebol tem evoluído de forma exponencial nos últimos anos. Atualmente, é indispensável a presença de um departamento desta área em qualquer clube de futebol profissional, uma vez que a competição é cada vez mais equilibrada. Existe uma maior necessidade de inserção de equipas técnicas multidisciplinares que incluam um observador, com o objetivo de melhorar o rendimento da equipa. As equipas técnicas pretendem conhecer e controlar o máximo de fatores, sejam estes da própria equipa ou da equipa adversária, sendo a análise e observação uma mais valia para a concretização deste objetivo.

Este relatório surge no âmbito do estágio realizado no Vitória Sport Clube, inserido na equipa B (sénior) e no departamento de observação e análise na época desportiva 2019/2020. Além de explorar as práticas e o *modus operandi* de um observador/analista num contexto de futebol profissional, visa também ser um compêndio de reflexões sobre o processo de estágio e sobre a atividade profissional em si. Durante o estágio, foi realizada simultaneamente uma investigação científica, que serviu de complemento ao trabalho realizado durante este período, que também é aqui apresentada.

A observação e análise do comportamento é uma tarefa decisiva na preparação do treino para o jogo de futebol. É utilizada por treinadores de diferentes níveis competitivos e as informações recolhidas acerca da própria equipa e das equipas adversárias, influenciam claramente o rendimento das equipas.

Como resultado deste processo, entendo que adquiri e desenvolvi um conjunto alargado de competências através das tarefas que me foram propostas e também, pelas partilhas de conhecimento com todos os elementos com quem interagi. Destaco como principais evoluções, a melhoria na capacidade de filmar treinos e jogos, em observar e interpretar os mesmos, na apresentação dos relatórios escritos e em vídeo, na utilização de *softwares* para observação e análise e principalmente, a evolução no conhecimento sobre o jogo.

PALAVRAS-CHAVE: Futebol; Processo de Treino; Observação; Análise; Modelo de Jogo.

Abstract

Observation and analysis in football has evolved exponentially in recent years. Currently, the presence of an observation and analysis department is essential in any professional football club, since the competition is increasingly balanced. There is a great need for multidisciplinary technical teams to include an observer, with the aim of improving the team's performance. The technical teams intend to know and control the maximum factors of the team itself or of the opposing team, being the analysis and observation an added value for the accomplishment of this objective.

This report concerns the internship held at Vitória Sport Clube - team B (senior), in the observation and analysis department of the 2019/2020 sports season. In addition to exploring the practices and modus operandi of an observer / analyst in a professional football context, this report also aims to be a compendium of reflections on the internship process and the professional activity itself. During the internship, it was simultaneously developed a scientific investigation, which served to complement the work carried out during this period, also presented here.

Observation and analysis is a decisive task in preparing the training for the football game. It is used by coaches of different competitive levels and the information collected about their team and adversaries, influence directly the performance of the teams.

As a result of this process, I believe that I acquired and developed a wide range of skills based on the tasks that were proposed to me and also by sharing knowledge with all the elements of the department. I highlight as main developments, the improvement in the ability to film training and games, to observe and interpret them, in presentation of written and video reports, in the use of software for observation and analysis and, mainly, the evolution in knowledge about the game.

KEYWORDS: Football; Training; Observation; Analysis; Game Models

Índice Geral

Dedicatória	iii
Agradecimentos.....	iv
Resumo.....	vi
Abstract	vii
Índice Geral.....	viii
Índice de Tabelas	xi
Índice de Figuras.....	xii
Lista de Abreviaturas	xiii
1 Introdução.....	1
1.1 Objetivos.....	3
1.1.1 Finalidades	4
1.1.2 Estrutura do relatório.....	4
2 Enquadramento da prática profissional	5
2.1 Contexto legal e inconstitucional	5
2.2 História do Vitória Sport Clube.....	6
2.2.1 Palmarés do Vitória Sport Clube.....	8
2.3 Caracterização da estrutura.....	8
2.3.1 Departamento de Futebol Profissional	9
2.3.2 Departamento da Formação	9
2.4 Caracterização das infraestruturas	10
2.5 Caracterização do plantel da equipa B do Vitória Sport Clube.....	11
2.6 Caracterização da Equipa Técnica.....	12
2.7 Caracterização do contexto competitivo.....	13
2.8 Calendarização e reflexão do contexto competitivo.....	14
3 Intervenção profissional	15
3.1 O que análise de jogo.....	15
3.1.1 Importância da Observação e Análise de jogo	16
3.1.2 Competências do analista/Observador	17
3.2 Funções e Responsabilidades	18
3.2.1 Filmagem do treino e jogo	19
3.2.2 Análise dos adversários	19
3.2.3 Relatórios em vídeo.....	22
3.2.4 Análise de dados quantitativos	23
3.2.5 Recursos materiais.....	23
3.2.6 Microciclo pessoal (padrão).....	24

4	Modelo de treino do Vitória B.....	24
4.1	Relação entre o treino e a análise do adversário.....	26
5	Modelo de jogo Vitória B.....	27
5.1	Sistemas de jogo.....	28
5.2	Modelo de jogo.....	29
5.2.1	Organização defensiva.....	29
5.2.2	Transição defesa-ataque.....	31
5.2.3	Organização ofensiva.....	32
5.2.4	Transição ataque-defesa.....	34
5.2.5	Esquemas táticos defensivos.....	35
6	Caraterização do período preparatório e competitivo.....	36
6.1	Período preparatório.....	37
6.2	Período competitivo.....	37
6.3	Período pós competitivo.....	38
7	Reflexões sobre Microciclos.....	39
7.1	Microciclo.....	39
7.1.1	Reflexão do microciclo 21.....	45
7.2	Microciclo 31.....	46
7.2.1	Reflexão do microciclo 31.....	52
7.2.2	Reflexão do jogo Braga B – VSC B.....	52
7.3	Comparação e reflexão dos microciclos 21 e 31.....	53
8	Situação Covid 19.....	53
9	Desenvolvimento profissional.....	55
10	Conclusões e perspetivas futuras.....	55
11	Estudo de caso.....	57
11.1	Título.....	57
11.2	Resumo.....	57
11.3	Enquadramento teórico.....	58
11.4	Objetivos.....	59
11.5	Metodologia.....	59
11.6	Resultados do estudo.....	59
11.6.1	Sistemas posicionais.....	59
11.6.2	Organização defensiva.....	60
11.6.3	Organização ofensiva.....	61
11.6.4	Transição defensiva.....	63
11.6.5	Transição ofensiva.....	63
11.7	Conclusões.....	64

12	Referências Bibliográficas	65
	Anexos.....	1
	Anexo 1. Grelha de registo	1
	Anexo 2. Relatório de observação dos adversários	3
	Anexo 3. Relatório de dados	9
	Anexo 4. Apresentação Novas Tecnologias, Desporto e Performance	15
	Anexo 5. Estudo de casos (a) e (b)	24
	Estudo de caso (a).....	24
	Estudo de caso (b).....	28

Índice de Tabelas

Tabela 1 – Plano de Trabalho.....	5
Tabela 2 – Palmarés	8
Tabela 3 – Plantel Equipa B Vitória SC.....	12
Tabela 4 – Equipa B - Caracterização da equipa técnica que iniciou a época desportiva ...	13
Tabela 5 – Equipa B - Caracterização da equipa técnica e staff do clube que terminou a época desportiva.....	13
Tabela 6 – Calendarização da época desportiva.....	15
Tabela 7 – Microciclo padrão.....	37
Tabela 8 – Unidade de treino nº 111	40
Tabela 9 – Unidade de treino nº 112	41
Tabela 10 – Unidade de treino nº 113	42
Tabela 11 – Unidade de treino nº 114	43
Tabela 12 – Unidade de treino nº 115	44
Tabela 13 – Unidade de treino nº 157	47
Tabela 14 – Unidade de treino nº 158	48
Tabela 15 – Unidade de treino nº 159	49
Tabela 16 – Unidade de treino nº 160	50
Tabela 17 – Unidade de treino nº 161	51

Índice de Figuras

Figura 1 – Representação gráfica dos Agradecimentos (Fonte: Autor)	iv
Figura 2 – Primeira equipa do Vitória Sport Clube (Fonte: https://www.vitoriasc.pt/pt).....	6
Figura 3 – Primeiro jogo nas competições europeias (Fonte: https://www.vitoriasc.pt/pt) ..	7
Figura 4 – Supertaça Cândido de Oliveira (Fonte: https://www.vitoriasc.pt/pt)	7
Figura 5 – Conquista taça de Portugal (Fonte: https://www.vitoriasc.pt/pt)	8
Figura 6 – Estádio D. Afonso Henriques (Fonte: https://www.vitoriasc.pt/pt).....	10
Figura 7 – Academia Vitória Sport Clube (Fonte: https://www.vitoriasc.pt/pt)	11
Figura 8 – Academia Vitória Sport Clube (Fonte: https://www.vitoriasc.pt/pt)	11
Figura 9 – Classificação na data da suspensão - Série A Campeonato Portugal	15
Figura 10 – Ciclo do processo de análise do comportamento e as suas implicações (Fonte: Barreira, 2017)	17
Figura 11 – Microciclo pessoal	24
Figura 12 – Articulação dos princípios e escalas da equipa num microciclo (Oliveira, 2017)	25
Figura 13 – Articulação das subdinâmicas de esforço e recuperação (Oliveira, 2017)	26
Figura 14 – Manutenção dos padrões semanais em profundidade (Oliveira, 2017)	26
Figura 15 – Estrutura padrão do vitória B	28
Figura 16 – Momentos de jogo	29
Figura 17 – Microciclo 21, objetivos.	39
Figura 18 – Microciclo 31, objetivos	46
Figura 19 – Palestra no Instituto Politécnico da Guarda	54
Figura 20 – Sistema posicional adversário.....	59
Figura 21 – Sistema posicional defensivo	60
Figura 22 – Sistema posicional adversário.....	60
Figura 23 – Posicionamento defensivo na saída a 3.....	60
Figura 24 – Controlo de corredores.....	61
Figura 25 – Organização defensiva	61
Figura 26 – Pontapé de saída/baliza	61
Figura 27 – 1ª Fase de construção	62
Figura 28 – 2ª Fase de construção	62
Figura 29 – Transição defensiva	63
Figura 30 – Transição ofensiva	63
Figura 31 – Transição ofensiva 2	63

Lista de Abreviaturas

AV	Avançado
DAO	Departamento de Análise e Observação
DAR	Departamento Apoio ao Rendimento
DC	Defesa central
DL	Defesa Lateral
EQUIPA B	Vitória Sport Clube B
EXT	Extremo
GR	Guarda-redes
ISMAI	Instituto Universitário da Maia
M	Médio
MD	Médio defensivo
MI	Médio interior
MO	Médio ofensivo
PL	Ponta de lança
UEFA	<i>Union of European Football Associations</i>
VITÓRIA S.C.	Vitória Sport Clube

1 Introdução

Este relatório de estágio foi realizado no âmbito do 2º Ano de Mestrado em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo, do Instituto Universitário da Maia - ISMAI. Aliar a teoria à prática é uma grande oportunidade para aprender e desenvolver novos conceitos, bem como novas linhas de pensamento. Um estágio é uma prática em contexto profissional real, na perspetiva de Batista e Queiroz “(...) *um processo pelo qual os candidatos à profissão vão passando de uma participação periférica para uma participação mais interna, mais ativa e mais autónoma (...) de imersão na cultura profissional e de configuração e reconfiguração das suas identidades profissionais*”. (2013, p. 47)

O estágio de uma época desportiva num contexto profissional proporciona acima de tudo um intenso período de aprendizagens, vivências, experiências, acertos, erros, dúvidas e certezas. Este período de estágio marca a transição do mundo académico para o mundo profissional, que espero vir a pautar o meu futuro.

O futebol é o desporto coletivo mais visto e praticado no mundo (Reilly, 2003). Como modalidade, o futebol está sempre em expansão (Santos, 2016) e constante evolução (Van Linden, 1999) tornando-se cada vez mais metodológica e científica onde o detalhe serve como meio para atingir um determinado fim (Costa, 2010). A especialização dos seus agentes e intervenientes é comum e a procura da assertividade nas diferentes áreas de conhecimento que abrangem o futebol, é hoje uma constante.

Para Garganta (2018) a evolução do futebol em Portugal é da responsabilidade dos seus diferentes agentes, mas conta também com o contributo de universidades e centros de investigação. No século XX, em especial na última década, o Futebol tem sido alvo de inúmeros estudos e investigações (Ventura, 2013) com o objetivo de encontrar novos caminhos, meios e formas de alcançar níveis superiores de rendimento.

Apareceram novas disciplinas nas ciências do desporto e os seus benefícios são reconhecidos como sendo essenciais na avaliação e compreensão da performance no Futebol (Carling *et al.*, 2005). Segundo Costa (2010) uma dessas disciplinas é a análise de jogo, que tem sido um utensílio relevante para descodificar o *processo hipercomplexo* com um alto nível de incerteza e imprevisibilidade que é o jogo de Futebol.

Ortega e Godoy (2002) referem que na análise do jogo está a noção de preocupação com uma cuidada preparação para o jogo e competição e com o controlo do treino e a sua análise individual e coletiva. Para Carneiro (2016) o domínio do rendimento reporta-se a análise do

jogo da própria equipa, como das equipas adversárias. Essa análise consiste na observação e estudo do jogo a partir da observação da ação e dinâmica dos jogadores, que habilitam os treinadores para o desenvolvimento estratégico-tático de um jogo. Ribeiro (2008) garante que a análise do jogo da própria equipa é importante na metodização do desempenho da mesma, quer no treino quer na competição. Para Gomelski (1990) a caracterização do jogo do adversário é fundamental pois proporciona o máximo conhecimento da equipa adversária, sobretudo nas suas estratégias coletivas ofensivas e defensivas e nas características individuais nas vertentes tática, física, técnica e psicológica, sendo que dessa forma controlará melhor as possíveis surpresas que define o resultado do jogo. Segundo Carneiro (2016), um objetivo mais específico na análise e jogo é o domínio do recrutamento-prospecção, pois assume um papel importante na identificação de mais valias ou de novos talentos.

Dada a especificidade e objetivos associados à função de analista/observador, esta tornou-se bastante exigente, revelando-se fundamental a criação de técnicos específicos para essas funções. Desta forma, acredita-se que atualmente todos os clubes profissionais têm peritos com funções específicas de análise de jogo, pertencentes ou não à equipa técnica, mas com responsabilidade na chegada de informação útil aos treinadores e jogadores. Comas (1991) afirma que em alta competição, é quase impensável uma equipa participar num jogo sem conhecer bem o seu opositor.

Nos dias que correm, as equipas técnicas são constituídas por um conjunto de profissionais multidisciplinares, tendo o analista um papel preponderante na compreensão e conhecimento do jogo. Se por um lado, a análise da própria equipa é crucial na evolução do processo de treino, pelo outro, a análise do adversário possibilita a identificação de regularidades e padrões de jogo, em qualquer dos casos procura-se que esta informação possa ser utilizada para a melhoria da performance (Garganta, 2008).

Desta forma, acredito que para uma evolução sustentada, os clubes devem procurar profissionais cada vez mais qualificados e competentes nas várias áreas, não devendo centrar-se exclusivamente no treinador principal. A oportunidade concedida para a realização do estágio numa entidade com reconhecimento nacional e internacional como o Vitória Sport Club é um grande privilégio, uma responsabilidade acrescida sobretudo num contexto profissional como a equipa B. Um dos propósitos principais para a substancialização deste relatório consiste em proceder à reflexão, descrição e caracterização do estágio, tendo em consideração as dificuldades encaradas e as aprendizagens alcançadas.

Concluindo, este relatório visa essencialmente mostrar todo meu trabalho realizado como analista/observador estagiário na equipa técnica da equipa B do Vitória Sport Clube.

1.1 Objetivos

O objetivo central do estágio desenvolvido e do presente relatório é essencialmente conhecer, vivenciar e compreender todos os pressupostos inerentes ao processo de preparação de uma equipa de futebol profissional através do jogo e do treino, recorrendo ao processo de observação, análise e interpretação do jogo.

Conhecer meios e métodos utilizados na análise e observação é ser capaz de investigar e inovar, através da busca de novos procedimentos e tecnologias, que permitam desenvolver novas estratégias e métodos de análise.

Objetivos específicos do percurso:

- Transportar o conhecimento adquirido através da licenciatura, mestrado e experiências no futebol para a componente prática;
- Desenvolver a capacidade de análise e a compreensão do jogo;
- Adquirir conhecimentos inerentes à observação e análise de jogo, através da experiência diária com problemas práticos sentidos e que promoveram a pesquisa, por forma a resolvê-los;
- Potenciar a minha capacidade de trabalho num contexto de equipa de análise, através de reflexões e diálogo sobre o trabalho executado, respeitando as hierarquias definidas;
- Ter a capacidade de explicar de forma assertiva, lógica e prática os comportamentos padrões da equipa, as suas dinâmicas, assim como das equipas adversárias;
- Desenvolver a capacidade de trabalhar com novos *softwares* de observação, nomeadamente o *SportsCode*¹;
- Criar e desenvolver uma ficha de comportamentos padrão, para auxiliar na observação dos adversários;
- Elaborar ferramentas audiovisuais (vídeos) com os vários momentos de jogo dos adversários para mostrar ao plantel;
- Elaborar relatórios estatísticos, individuais e coletivos, de comparação entre todas as equipas do campeonato;

¹ <https://sportscode.com/analytics/>

- Criar relatório das características padrão do campeonato, tendo por base os relatórios de observação dos adversários;
- Melhorar as ferramentas de trabalho através da reflexão, experimentação e feedback de terceiros;
- Aumento das competências técnico-táticas e operacionalização do processo de treino;
- Proporcionar relações profissionais com agentes desportivos com mais experiência e agilizar a capacidade de assimilação dessa mesma experiência;
- Desenvolver uma personalidade profissional;
- Respeitar e defender a instituição de acolhimento;
- Cumprir os prazos estipulados com um planeamento lógico, coerente e funcional adaptado ao contexto de futebol profissional.

1.1.1 Finalidades

Este documento pretende reportar o estágio realizado no Vitória Sport Clube na época desportiva 2019/20, descrevendo as atividades desenvolvidas bem como as suas diretrizes. É apresentada a descrição dessas atividades desde o seu início, o que fundamentou as condições iniciais propostas e necessárias para a realização do estágio, todo processo de acompanhamento, apoio e realização das tarefas, assim como o processo de reflexão pessoal, avaliações, conclusões e perspetivas futuras para o período pós estágio. Este relatório inclui uma revisão de literatura que serviu de apoio às ideias defendidas.

1.1.2 Estrutura do relatório

Tendo como intenção cumprir com os objetivos definidos, o presente documento está estruturado de acordo com os seguintes pontos:

- Introdução;
- Enquadramento da prática profissional;
- Intervenção pessoal;
- Modelo de treino do Vitória Sport Clube;
- Modelo de jogo do Vitória Sport Clube;
- Caracterização do período competitivo;
- Reflexões sobre os microciclos;
- Desenvolvimento profissional;
- Conclusões e perspetivas para o futuro;

- Caso de estudo.

2 Enquadramento da prática profissional

Neste capítulo irá contextualizar-se o estágio profissional no seu âmbito legal e institucional, fazer uma caracterização do clube, das suas infraestruturas e de toda a estrutura que envolve a Equipa B do Vitória Sport Clube.

“Prefiro estar preparado para uma oportunidade que nunca vai chegar, do que essa oportunidade chegar e eu não estar preparado”

Whitney Young Jr.

2.1 Contexto legal e inconstitucional

O estágio profissionalizante, inserido no Mestrado de Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo, do Instituto Universitário da Maia, realizou-se no Departamento de Análise e Observação da Equipa B do Vitória Sport Clube, na qualidade de Analista/Observador.

A base legal deste processo assentou num protocolo de colaboração que contou com a orientação do Professor Doutor Jorge Manuel Baptista e na coorientação do Treinador Albino Morim Mações.

O período de estágio foi compreendido entre agosto de 2019 e junho de 2020, com horário de trabalho semanal no terreno de 22 horas. Envolveu a presença em treinos, jogo oficiais e jogos amigáveis e também o desenvolvimento de tarefas diárias, no local de estágio e também fora dele.

Na tabela 1, é possível verificar o meu plano de trabalho desenvolvido:

Tabela 1 – Plano de Trabalho

Mês /Ano	Vitória Sport Clube	ISMAI
Agosto 2019		Reunião com Orientador
Setembro 2019		Conceção do Relatório de Estágio
Outubro 2019		Estruturação do relatório de Estágio
Novembro 2019		Desenvolvimento do Relatório de Estágio

Dezembro 2019	Período Competitivo – Campeonato de Portugal – Série A	Desenvolvimento do Relatório de Estágio
Janeiro 2020		Elaboração do plano individual de trabalho
Fevereiro 2020		Reunião com Orientador
Março 2020		Desenvolvimento do Relatório de Estágio
Abril 2020	Período Transitório/Treinos	Desenvolvimento do Relatório de Estágio
Mai 2020		Reunião com Orientador
Junho 2020		Desenvolvimento/ Finalização Relatório de Estágio

2.2 História do Vitória Sport Clube

O Vitória Sport Clube (Vitória SC) foi oficialmente fundado em 1922 (Figura 1) e o primeiro jogo particular realizou-se no ano de 1923 frente ao Sporting de Braga, tendo ganho por 7-1.



Figura 2 – Primeira equipa do Vitória Sport Clube (Fonte: <https://www.vitoriasc.pt/pt>)

Em 1926, o Vitória SC interrompe a sua atividade até ao ano de 1931 e na época de 1933/34, conquistou o seu primeiro campeonato distrital, conseguindo em 1941 a primeira promoção para o campeonato da primeira divisão nacional. No ano seguinte, o clube atinge pela primeira vez a qualificação para a final da *Taça de Portugal*, tendo sido derrotado pelo Belenenses por 2-0. Na época de 1958/59, depois de três anos na segunda divisão nacional, o Vitória SC alcança o quinto lugar, a sua melhor classificação até então. Em 1963, o clube volta a estar presente na final da taça de Portugal, perdendo com o Sporting por 4-0. Na época de 1968/69, classifica-se em terceiro lugar no campeonato, conseguindo pela primeira vez a qualificação para uma prova europeia de clubes, a *Taça das Cidades Europeias* (Figura 2) contra o *Banik Ostrava*, da Checoslováquia, a quem o Vitória ganhou por 1-0 em Guimarães, conseguindo um empate (0-0)



Figura 3 – Primeiro jogo nas competições europeias (Fonte: <https://www.vitoriasc.pt/pt>)

A 10 de Março de 1980, foi eleito o presidente António Coimbra Pimenta Machado, que colocou o Vitória SC entre as mais fortes equipas do panorama nacional.

Na época de 1986/87 o Vitória consegue o melhor registo de sempre na Europa, atingindo os quartos de final da Taça UEFA. Em 1988, o clube volta a perder uma final da taça de Portugal, frente ao Futebol Clube do Porto por 1-0, mas é contra os portistas que na época seguinte, consegue vencer a Supertaça Cândido de Oliveira, o primeiro título nacional da sua história. (Figura 3).



Figura 4 – Supertaça Cândido de Oliveira (Fonte: <https://www.vitoriasc.pt/pt>)

Após 48 anos na primeira divisão, a temporada 2005/2006 determinou a descida do clube à segunda divisão Nacional, já que ficou no penúltimo lugar do campeonato. Na época seguinte, o clube regressa à primeira divisão, conseguindo um terceiro lugar e consequentemente, a primeira qualificação para a pré-eliminatória da Liga dos Campeões. 25 anos depois, o Vitória SC regressa ao Jamor, perdendo a final por 6-2, contra o Futebol Clube do Porto. Na época seguinte, o clube consegue o troféu mais importante da sua história, conquistando a taça de Portugal, após vitória na final por 2-1 contra o Benfica (Figura 4).








Figura 5 – Conquista taça de Portugal (Fonte: <https://www.vitoriasc.pt/pt>)

Na época 2016/2017 o Vitória SC volta à final do Jamor, outra vez contra o Benfica, mas desta vez saindo derrotado por 2-1. Atualmente, o clube é presidido por Miguel Pinto Lisboa, vigésimo terceiro presidente do clube, cargo que exerce desde o dia 29 de julho de 2019.

2.2.1 Palmarés do Vitória Sport Clube

O Vitória SC é um clube eclético, com diversos títulos nacionais em várias modalidades, como o Pólo Aquático, Voleibol ou Basquetebol. No Futebol sénior conta com dois títulos nacionais e diversos títulos nos vários escalões de formação (Tabela 2).

Tabela 2 – Palmarés

 - Taça Portugal	1
 - Taça da Liga	1
 - Campeonato Promoção	12
 - Taça AF Braga	1
 - Taça de Honra	4
TOTAL	19

2.3 Caracterização da estrutura

O Presidente Miguel Pinto Lisboa lidera o Conselho de Administração da SAD, responsável por dirigir os destinos do Vitória SC. O clube é dividido pelo setor de futebol profissional e formação, apoiado por vários departamentos, como o médico, de análise e observação, de apoio ao rendimento, marketing e comunicação. Todo o funcionamento do clube, com a interligação dos vários departamentos no apoio às várias equipas de competição, proporciona um ótimo enquadramento para o desenvolvimento e sucesso dos jogadores e do clube.

2.3.1 Departamento de Futebol Profissional

O setor de futebol profissional é composto pela equipa principal e pela equipa B e tem o Dr. Carlos Freitas como coordenador geral. A equipa principal tem por hábito posicionar-se entre as melhores equipas do panorama nacional e a equipa B é um projeto de enorme sucesso pois tem a tradição de projetar vários jovens para a equipa principal. Esta equipa alberga muitos jovens oriundos das equipas de formação, com valores e *identidade Vitória*, premissas essenciais na cultura do clube. A equipa B também é um espaço para jogadores oriundos de vários países, que chegam ao clube com o intuito de crescerem, criando mais valias futuras. Esta simbiose entre equipa principal e equipa B tem sido dos exemplos de maior sucesso em Portugal.

2.3.2 Departamento da Formação

O Vitória SC é um clube formador por excelência, reconhecido a nível nacional e internacional.

O setor da formação é dirigido pelo Diretor Geral da Academia Vitória SC, Doutor Jorge Baptista, com o auxílio do coordenador técnico, Dr. Carlos Campos. A formação do Vitória SC organiza-se em pirâmide, iniciando no escalão dos Petizes e terminando no Sub-23. Destacar a importância da escola de futebol *Os Afonsinhos*, que integra atletas com idades compreendidas entre os 4 e os 11 anos. Esta etapa inicial é bastante importante pois os atletas têm a possibilidade de adquirirem competências técnicas e cognitivas, assim como princípios pedagógicos que promovem o rigor e a disciplina, essenciais na definição da personalidade e do carácter individual. Nesta linha, a escola destaca três objetivos fundamentais que a caracterizam:

- Formação Desportiva – Promoção da prática desportiva, proporcionando aos alunos uma aproximação descontraída à competição, uma ocupação saudável dos tempos livres e o ensinamento das regras básicas do futebol;
- Expansão e Fidelização – Promoção junto dos jovens e famílias a divulgação da marca *Vitória*, fazendo passar os valores do Vitória SC;
- Descoberta de Talentos – Recrutar jovens talentos para as equipas de competição do Vitória SC.

Os escalões de Sub-15, Sub-17 e Sub-19 competem nos campeonatos nacionais e os escalões de Sub-18, Sub-16 e Sub-14 disputam os campeonatos distritais da AF. Braga. A equipa de Sub-23 participa na *Liga Revelação*, já direcionada para o alto rendimento, este espaço da

equipa de Sub-23 e a *Liga Revelação* foram criados recentemente, sendo um sucesso a nível nacional. A aposta na qualificação dos recursos humanos bem como na qualidade do treino, é transversal a todos os escalões de formação. Geralmente, as equipas técnicas são constituídas por sete elementos (treinador principal, treinador adjunto, treinador de guarda-redes, preparador físico, analista, fisioterapeuta e *team manager*), o que permite o acompanhamento efetivo em todos os domínios do processo de treino e jogo. Todo este processo é acompanhado de forma direta e transversal, pelos gabinetes de Apoio ao Rendimento (DAR) onde são potenciadas as características físicas de cada atleta e de Observação e Análise (DOA), que visa a filmagem dos treinos e jogos.

2.4 Caracterização das infraestruturas

Localizado no coração da cidade, o Estádio D. Afonso Henriques (Figura 5) é um lugar de culto dos vimeirense. Construído em 1965, então como Estádio Municipal de Guimarães, recebeu décadas depois o nome do Rei Fundador de Portugal, a quem presta homenagem. Por forma a acolher jogos do *Euro 2004*, sofreu obras de remodelação que o tornaram num palco de excelência para jogos de futebol. Com capacidade para 30000 espectadores, tornou-se num dos estádios mais emblemáticos de Portugal, sendo um *monumento* dos roteiros de visita da cidade de Guimarães. O recinto é também palco de diversos eventos de Futebol, como os jogos da Seleção Portuguesa e ainda eventos musicais. O estádio hospeda ainda escritórios e outras estruturas.



Figura 6 – Estádio D. Afonso Henriques (Fonte: <https://www.vitoriasc.pt/pt>)

Tendo a prática desportiva de excelência como premissa fundamental, a academia do Vitória SC (Figura 6) localiza-se a 1,5 km do centro histórico da cidade de Guimarães e a 3.2 km do Estádio D. Afonso Henriques. Muitas das infraestruturas utilizadas pelo clube na modalidade de futebol situam-se na academia. Inaugurada em 1997 serve centenas de atletas, treinadores e funcionários que trabalham para que o Vitória SC, cimentando o seu estatuto de potência da formação a nível nacional e europeu. Este local dispõe de três campos de relva natural,

três de relva sintética, quase duas dezenas de balneários, um ginásio devidamente equipado, uma enfermaria com sala de tratamentos, um auditório com capacidade para trinta pessoas e um refeitório. Possui diversas salas para elementos da direção, coordenação, equipas técnicas e diferentes departamentos tais como: observação de análise; apoio ao rendimento; nutrição e médico, que através do seu empenho e conhecimento, realizam um trabalho de grande qualidade no desenvolvimento dos seus atletas.



Figura 7 – Academia Vitória Sport Clube (Fonte: <https://www.vitoriasc.pt/pt>)

Os campos das pistas *Gêmeos Castro e Candoso* são usados para treinos e jogos, quando necessários. O clube oferece alojamento para os atletas que residem a grande distância da academia e carrinhas para os que residem em locais mais próximos da cidade de Guimarães. O pavilhão do Vitória SC (Figura 7) com capacidade para 2500 espectadores.



Figura 8 – Academia Vitória Sport Clube (Fonte: <https://www.vitoriasc.pt/pt>)






















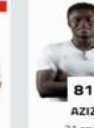






A atual direção pretende a curto prazo melhorar as infraestruturas existentes da Academia que visa o crescimento e desenvolvimento sustentado dos jogadores, treinadores e restante *staff* de apoio do Vitória SC.

2.5 Caracterização do plantel da equipa B do Vitória Sport Clube

Na época desportiva de 2019/2020 a Equipa B do Vitória SC competiu na série A do *Campeonato de Portugal*.

O plantel foi formado por jogadores jovens, alguns oriundos dos escalões de formação do clube, em que existe uma grande multiculturalidade na sua constituição, com jogadores de diferentes países e continentes. No decorrer da época foram realizadas várias alterações no plantel, com entradas e saídas de jogadores e permutas entre as equipas A, B e Sub-23. O plantel final, com uma média de idades de 21 anos, é composto por 28 jogadores, sendo 15 jogadores Portugueses (56%), 5 Franceses (14%), 2 Ganeses (7%), 2 Costa Marfinenses (7%), 1 Brasileiro (4%), 1 Polaco (4%), 1 Burquina Faso (4%) e 1 Sérvio (4) (Tabela 3). Os capitães da equipa são Jorginho, Romain e Nuninho.

Tabela 3 – Plantel Equipa B Vitória SC

Guarda-Redes (3)					
 85 TIAGO SILVA 20 anos	 26 KUCZ 20 anos	 CELTON BIAI 19 anos			
Defesas (9)					
 JOÃO MENDES 20 anos	 42 LUCAS 22 anos	 49 ZAGRÈ 21 anos			
 65 ROMAIN CORREIA 20 anos	 68 MAGA 21 anos	 75 JORGINHO 21 anos	 86 GUDELJ 22 anos	 60 OUATTARA 20 anos	 32 MABEA 21 anos
Médios (5)					
 31 ROSIER 21 anos	 76 HÄNDEL 19 anos	 71 LUÍS ESTEVES 22 anos	 31 KIKO 23 anos	 98 JANVIER 21 anos	
Avançados (11)					
 51 ELIAS 21 anos	 14 MEDARIOUS 22 anos	 79 ENCADA 22 anos	 89 NUNINHO 22 anos	 81 AZIZ 21 anos	 50 JOÃO SILVA 20 anos
 73 JOÃO FERNANDES 23 anos	 20 MARCEL 23 anos	 90 JOÃO SANTOS 21 anos	 38 IURI TAVARES 19 anos	 BAHAMBOULA 18 anos	

2.6 Caracterização da Equipa Técnica

A equipa técnica/*staff* é constituída por nove elementos: um *team-manager*, um treinador principal, um treinador adjunto, um preparador físico, um treinador de guarda-redes, dois

observadores/analistas, um otimizador desportivo e um fisioterapeuta. Dentro da área de intervenção específica que cada elemento detém no processo, existe liberdade, comunicação e interligação entre os vários elementos para operacionalizar e refletir sobre toda a atividade do plantel. Esta filosofia de trabalho manteve-se durante a época desportiva, apesar de ter existido uma troca de treinadores no mês de dezembro, depois de um ciclo de resultados menos positivo.

Tabela 4 – Equipa B - Caracterização da equipa técnica que iniciou a época desportiva

Nome	Função
Alex Costa	Treinador Principal
Miguel Castro	Treinador Adjunto
Pedro Abreu	Preparador Físico
Paulo Lobo	Treinador de Guarda-Redes
Bruno Fidalgo	Observador/Analista
João Silva	Observador/Analista Estagiário

Tabela 5 – Equipa B - Caracterização da equipa técnica e staff do clube que terminou a época desportiva

Nome	Função
Cristóvão	<i>Team-Manager</i>
Bino Mações	Treinador Principal
Telmo Oliveira	Treinador Adjunto
Miguel Lopes	Preparador Físico
Fernando Monteiro	Treinador de Guarda-Redes
Bruno Fidalgo	Observador/Analista
João Silva	Observador/Analista Estagiário
André Bernardo	Gabinete Otimização Desportiva
João	Fisioterapeuta
José	Técnico de Equipamentos

2.7 Caracterização do contexto competitivo

A equipa B do Vitória SC competiu na série A do Campeonato de Portugal. Esta liga é disputada por 72 clubes, divididos em quatro séries: as séries A e B são entendidas como séries mais a Norte, enquanto as séries C e D como as séries mais a Centro e Sul, respetivamente. Neste formato, os dois primeiros classificados das respetivas séries apuram-se para o *playoff* de subida à Segunda Liga, perfazendo um total de 8 equipas a disputar a fase final do campeonato. As equipas finalistas do *playoff* são promovidas à Segunda Liga e disputam a final para definir a equipa vencedora do Campeonato de Portugal.

As quatro últimas classificadas de cada série na primeira fase, são diretamente despromovidas, ou seja, um total de 20 equipas, o que torna altamente competitiva a luta pela manutenção.

Devido às muitas críticas sobre o formato da competição, a Federação Portuguesa de Futebol decidiu alterar o seu modelo competitivo.

2.8 Calendarização e reflexão do contexto competitivo

Num campeonato bastante competitivo, em termos de resultados e com o objetivo inicial de qualificação para o *playoff* de acesso à Segunda Liga, foi possível lutar pelo mesmo até ser decretada a suspensão do campeonato, devido à crise sanitária provocada pela Covid 19.

O campeonato (Tabela 6) teve início em agosto de 2019 e tinha o seu término previsto para o mês de maio de 2020, enquanto o *playoff* tinha o seu início previsto para o fim do mês de maio e terminava no fim do mês seguinte. Esta calendarização não foi possível completar-se devido à suspensão do campeonato no mês de março, pelo motivo atrás mencionado. Assim sendo, 2020 constitui-se um ano atípico, sem *playoff*, sem descidas de divisão e a subida dos dois líderes com mais pontos das quatro séries até ao momento da paragem. Esta decisão foi decretada pela Federação Portuguesa de Futebol, órgão organizador do Campeonato de Portugal.

Em termos competitivos, foi um campeonato pautado pelo equilíbrio, com equipas fortes, constituídas por jogadores maduros e de qualidade. Sendo a série mais a Norte, existem boas rivalidades entre as equipas, muitas delas fortemente apoiadas por grandes falanges de adeptos que oferecem uma espetacularidade extra ao campeonato. Com altos e baixos em termos exibicionais, próprios de uma época longa, foi notória uma melhoria na parte final, com um conjunto alargado de resultados positivos que permitiram uma aproximação aos lugares de qualificação (Figura 8).

Esta melhoria em termos de resultados pode ter a ver com a troca de equipa técnica, que ocorreu no mês de dezembro 2019 que cria sempre algum impacto no comportamento dos atletas e com a consolidação do modelo de jogo ao longo dos últimos meses, o que permitiu uma evolução constante e uma subida gradual em termos exibicionais. Na data da suspensão do campeonato, todos os objetivos propostos no início da época estavam claramente ao alcance da equipa.

Tabela 6 – Calendarização da época desportiva

1ª fase: Série A Campeonato Portugal	2ª fase: Play-off
17-08-2019 a 10-05-2020	23-05-2020 a 21-06-2020
Passam os dois primeiros classificados para o <i>playoff</i>	Sobem as duas primeiras equipas
Objetivo: classificar nos dois primeiros lugares	Objetivo: subir para 2º liga

#	Grupo A	J	V	E	D	G	P	Forma
1.	Vizela	25	19	3	3	64:20	60	V V V V V
2.	Fafe	25	16	4	5	34:18	52	V V V E D
3.	Guimaraes B	25	14	6	5	52:28	48	V V D E V
4.	Braga B	25	14	4	7	48:25	46	V E D V D
5.	Merelinsense	25	12	7	6	42:31	43	E V V D V
6.	Sao Martinho	25	13	5	7	44:26	41	V E D V V
7.	Maria de Fonte	25	10	10	5	45:29	40	V E V E V
8.	Maritimo B	25	10	9	6	43:37	39	V V V E V
9.	CDC Montalegre	25	10	7	8	39:32	37	E E V D V
10.	Berco	25	9	6	10	37:37	33	D D V D D
11.	Chaves B	25	8	7	10	44:39	31	D D D V V
12.	Mirandela	25	8	6	11	26:33	30	D E D V V
13.	União da Madeira	25	9	3	13	35:49	30	D E D E D
14.	Pedras Salgadas	25	6	8	11	25:43	26	V E V E D
15.	Cerveira	25	5	5	15	25:58	20	D D V D D
16.	GD Bragança	25	3	8	14	24:36	17	D E D E D
17.	AD Oliveirense	25	2	10	13	21:43	16	D D D E D
18.	Câmara de Lobos	25	2	2	21	15:79	8	D D D D D

Figura 9 – Classificação na data da suspensão - Série A Campeonato Portugal

3 Intervenção profissional

Neste ponto, serão descritas todas as funções que me foram atribuídas ao longo da época desportiva na equipa técnica da equipa B do Vitória SC.

3.1 O que análise de jogo

A capacidade de observar é algo que pode ser continuamente aperfeiçoado (Lopes, 2005). Conforme assume Bell (1997) a observação não é um dom natural, mas uma atividade extremamente qualificada que carece de bastante conhecimento. Observa-se na literatura que as definições de *análise de jogo* ainda se encontram num plano bastante conceptual, vários autores que se têm debruçado sobre a temática utilizam inclusive diferentes referências, características e terminologias.

Gowan (1982) crê que a *análise de jogo* consiste na observação cuidada de um jogo e que esta pode ser um auxílio importante do treino. Para Sarmiento (2005), é através do processo de observação que o homem percebe os vários tipos de interação com o meio envolvente. Atualmente, a nomenclatura *scouting* também é bastante utilizada, é na base uma palavra da língua inglesa que traduzida pode significar reconhecer, explorar, observar e/ou espiar. Apesar de serem referenciadas diversas designações na literatura, a mais comumente aceite é a de *observação e análise* uma vez que engloba várias fases do processo, nomeadamente: observação dos acontecimentos, notação dos dados e interpretação.

3.1.1 Importância da Observação e Análise de jogo

A profissão de analista/observador de futebol, apesar de já existir há alguns anos a esta parte, é considerada uma nova profissão (Ribeiro, 2009) que tem vindo a evidenciar-se na última década. Na atualidade, é comum existirem profissionais desta área nos mais diversos clubes (Ventura, 2013), essencialmente nos clubes mais organizados e que lutam por objetivos competitivos mais elevados (Ribeiro, 2009).

O departamento de observação e análise ganha cada vez mais relevo e tem como principal objetivo otimizar o rendimento da equipa e dos jogadores, através do processo de recolha, tratamento e análise de dados, por sua vez obtidos através da observação (Garganta, 2001). Segundo o mesmo autor, a análise de jogo permite interpretar a organização das equipas e as ações que contribuem para a qualidade de jogo, estabelecer planos táticos apropriados em função do adversário, planificar, organizar e regular o treino com o objetivo de melhor preparar a equipa para os confrontos com os demais adversários (Garganta, 1997).

Neste seguimento, Carling *et al.* (2005) referem-se ao ciclo de observação e análise para explicar a importância da análise de jogo no treino, no processo de preparação da equipa para a competição. Para estes autores, o ciclo de observação e análise relaciona os dados que se observam, analisam e interpretam com o processo de treino e o seu planeamento semanal (Figura 9). Sarmiento (2012) e Garganta (2006) afirmam ainda que o objetivo geral da análise do jogo passa por identificar os eventos críticos e os fatores que condicionam o rendimento dos jogadores e das equipas, permitindo ao treinador uma melhor otimização do processo de treino e da gestão das equipas na competição. Concluindo, a análise do jogo permite tirar ilações relativamente a um passado, para perspetivar uma intervenção futura (McGarry *et al.*, 2002).

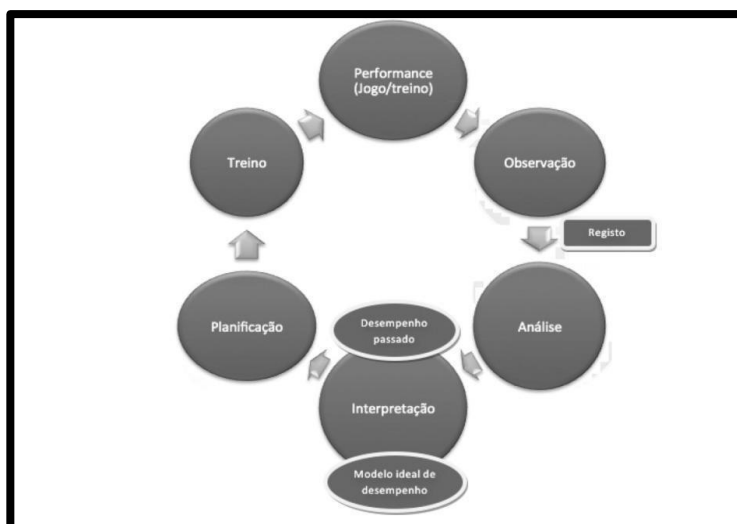


Figura 10 – Ciclo do processo de análise do comportamento e as suas implicações (Fonte: Barreira, 2017)

3.1.2 Competências do analista/Observador

Garganta (1997) refere que o trabalho do analista/observador é essencial para a identificação dos fatores que influenciam a performance desportiva, devendo estes, ser considerados na organização do processo de treino e na orientação da equipa durante o jogo. Segundo Wooden (1988), os treinadores também solicitam o trabalho dos seus analistas/observadores para efetuarem análises à sua própria equipa, como forma de reflexão sobre o trabalho que estão a realizar.

Por outro lado, a análise de jogo também é importante no estudo das equipas adversárias, pois visa dotar os treinadores de informação precisa sobre os adversários. É importante para o desenvolvimento tático-estratégico de um jogo criarem-se “*situações no treino semelhantes às que irão ser encontradas num contexto de jogo, permitindo ao jogador vivenciar a experiência e a criação de respostas a esses mesmos estímulos*” (Ribeiro, 2009 p. 25). Com esta análise, pretende-se a caracterização as equipas adversárias, tentando identificar os seus padrões de conduta individual e coletiva (Castelo, 2009).

Outro trabalho realizado pelo analista/observador diz respeito à prospeção e avaliação individual de jogadores, com o objetivo de contratação de ativos para o clube ou de talentos para a formação. Esta tarefa tem assumido uma importância crescente dentro das estruturas dos clubes, sendo esta microestrutura composta por vários colaboradores que analisam/observam vários jogadores de diferentes mercados selecionados (Ventura, 2013).

Em qualquer um dos objetivos do analista/observador, é importante a elaboração de um modelo de análise que assegure os aspetos considerados pertinentes para a otimização dos jogadores, da equipa ou análise de futuros talentos.

A análise de jogo surge como resposta às limitações dos treinadores na recolha e tratamento da informação, devido às emoções e imparcialidade que ligam os treinadores aos seus jogadores e ao jogo (Dias, 2009).

3.2 Funções e Responsabilidades

Um analista/observador executa diversas tarefas ao longo do seu dia de trabalho, podendo optar por diferentes estratégias, sempre com o objetivo de ajudar na otimização do rendimento dos jogadores e da equipa.

Na primeira reunião com Tiago Fonseca, responsável pela coordenação do gabinete de observação e análise do Vitória SC ficou decidido que a minha função seria colaborar com a equipa B. Após a apresentação à equipa técnica liderada por Alex Costa, reuni com o analista/observador da equipa B, Bruno Fidalgo onde ficaram definidas as minhas tarefas iniciais.

Especificamente, a minha área de intervenção baseou-se na análise dos adversários e na filmagem de treinos e jogos, com equipamento próprio para o efeito, disponibilizado pelo clube: duas câmaras de filmar com tripés e computador portátil com diversos *softwares* de análise, com os quais nunca tinha trabalhado. Foi-me também facultado o acesso a plataformas de armazenamento dos jogos do campeonato e as respetivas estatísticas.

Os *softwares* utilizados são ferramentas bastante específicas e por esse motivo, os colegas Tiago Fonseca e Bruno Fidalgo facilitaram-me conhecimentos sobre a utilização desses *softwares* e plataformas.

Outra ferramenta de trabalho que me foi facultada foi o modelo de relatório de observação dos adversários, modelo esse idêntico ao da equipa principal. Ainda que o modelo devesse ser seguido, também podia ser alterado e ajustado, sempre em consonância com a equipa técnica. No decorrer do processo e com a minha evolução natural, foi-me sendo conferida mais responsabilidade, nomeadamente, a realização de vídeos editados a incidir sobre os adversários, no intuito de mostrar ao plantel, caso a equipa técnica optasse por essa estratégia. A análise da própria equipa, dos treinos e dos jogos ficaram encarregues de Bruno Fidalgo. Independentemente das tarefas de cada elemento estarem bem definidas, existiu sempre liberdade para debater com os diferentes elementos da equipa técnica os diversos assuntos que se prendiam com a equipa, processo de jogo ou sobre os adversários. O processo de inclusão foi crescente, mas com a mudança de equipa técnica foi potenciado.

3.2.1 Filmagem do treino e jogo

Todas as unidades de treino eram filmadas, exceto quando as condições climáticas não o permitiram. As filmagens serviam para analisar e perceber se os objetivos da sessão de treino tinham sido atingidos, perceber os detalhes individuais, setoriais ou coletivos e ainda, para mostrar aos jogadores, caso a equipa técnica o entendesse.

A filmagem do treino é diferente da filmagem no jogo, pois se no jogo era filmado em plano aberto, no treino, dependia das características dos exercícios. Se por um lado, alguns exercícios exigiam um plano mais fechado como os jogos reduzidos, outros requerem um plano aberto para se poderem filmar todos os espaços do jogo, a relação dos jogadores nas diferentes microestruturas da equipa ou a relação intrassectorial e intersectorial dos jogadores, nos diferentes momentos do jogo.

A filmagem dos treinos e jogos para posterior análise é fundamental para todo o processo, seja de desenvolvimento individual ou coletivo de uma equipa de futebol.

3.2.2 Análise dos adversários

O objetivo da análise do adversário consiste em conhecê-lo melhor e avaliar o seu desempenho, nomeadamente, identificar as suas características-padrão do modelo de jogo, os pontos fortes e menos fortes e as características dos jogadores.

A análise dos adversários foi feita através dos registos em vídeo dos jogos, obtidos através da plataforma *Instat*². No processo, eram selecionados por norma entre três a cinco jogos do futuro adversário, mediante o modelo de jogo das equipas que defrontavam, a distância temporal, a classificação e o contexto (jogo em casa / jogo fora). Para ajudar no registo das características dos adversários, foi criada uma grelha num documento (Anexo 1) para registo do tempo de jogo e das ações padrão nos diferentes momentos de jogo. Esta grelha foi sofrendo alterações à medida que o número de observações aumentava, uma vez que foram surgindo novos elementos indicadores das equipas observadas.

Depois de observados todos os jogos conforme planeado, a fase seguinte incidia na elaboração dos relatórios escritos (Anexo 2) onde se descreviam as diversas características-padrão dos diferentes momentos de jogo. Na parte inicial da época com o mister Alex Costa, o relatório modelo foi sofrendo algumas alterações, debatidas com Bruno Fidalgo. Nessa fase, o treinador Alex Costa privilegiava relatórios mais descritivos e explicativos das

² <https://instatsport.com/football>

caraterísticas dos adversários. Com a entrada do *mister* Bino, os relatórios passaram a ser menos explicativos, dando-se preferência à informação sintetizada por tópicos.

Numa primeira fase, foi bastante difícil conseguir expor a informação relevante de forma mais sintética, mas com ajuda de Bruno Fidalgo consegui ficar mais próximo das expectativas. Esta importante ferramenta de trabalho - o relatório – dividia-se em quatro temas gerais, subdivididos por vários tópicos:

1- Caracterização geral da equipa

- a) Onze provável;
- b) Últimos resultados;
- c) Classificação no campeonato;
- d) Caracterização individual dos jogadores;
- e) Onze dos últimos três jogos.

2 -Momentos do jogo

- Organização defensiva
 - a) Como? Quando? Onde?;
 - b) Posicionamento defensivo do bloco;
 - c) Controlo defensivo dos corredores laterais;
 - d) Espaço entre setores/corredores;
 - e) Zonas de intensificação da pressão;
 - f) Estímulos para pressionar;
 - g) Comportamento nas segundas bolas;
 - h) Comportamento no jogo aéreo;
 - i) Velocidade no desdobramento defensivo;
 - j) Permutas defensivas.

- Transição ofensiva
 - a) Como? Quando? Onde?;
 - b) Zona de recuperação da posse de bola;
 - c) Tipo de transição preferencial: verticais (risco)/Posse de bola (segurança);
 - d) Características do primeiro passe;
 - e) Jogador alvo para o primeiro passe;
 - f) Corredor preferencial na transição;

- g) Jogador alvo na transição;
- h) Número de jogadores envolvidos.

- Organização ofensiva

1ª Fase construção

- a) Como? Quando? Onde?;
- b) Tipo de saída/construção;
- c) Canais de saída;
- d) Dinâmica dos elementos da linha defensiva;
- e) Dinâmica dos jogadores da linha média;
- f) Dinâmica dos jogadores da linha avançada;
- g) Dinâmicas intersectoriais;
- h) Zonas de aceleração;
- i) Número de jogadores envolvidos na profundidade.

2ª Fase de construção - criação

- a) Como? Quando? Onde?;
- b) Progressão no campo do adversário;
- c) Zonas preferenciais para atacar;
- d) Movimentos de rotura;
- e) Distribuição/relacionamento dos jogadores;
- f) Movimentos de atração.

3ª Fase de construção – decisão

- a) Jogadores que finalizam;
- b) Relações numéricas na zona de finalização;
- c) Zonas padrão de ataque na área;
- d) Definição padrão dos cruzamentos para a área.

- Transição defensiva

- a) Como? Quando? Onde?;
- b) Tempo de reação à perda de bola;
- c) Atitude dos jogadores/equipa após a perda de bola;
- d) Desequilíbrios após a perda de bola;

- e) Tempo para reorganização defensiva;
 - f) Jogadores de referência para explorar na transição;
 - g) Exploração das faltas táticas.
- Esquemas táticos defensivos³
 - a) Tipo de defesa (individual/zona);
 - b) Posicionamento dos jogadores na área (dividido por zonas);
 - c) Média de altura dos jogadores nas diferentes zonas delimitadas na área.
 - Esquemas táticos ofensivos
 - a) Número de jogadores nos esquemas táticos ofensivos;
 - b) Zonas padrão dos jogadores no ataque à bola dentro da área;
 - c) Média de altura dos jogadores nas diferentes zonas de ataque à bola.

3 – Sugestões

- a) Pontos fracos a explorar;
- b) Pontos fortes a anular.

3.2.3 Relatórios em vídeo

Os relatórios em vídeo sobre os adversários tinham como objetivo ser mostrados ao plantel. Esta tarefa vinha no seguimento da anterior, pois um relatório em vídeo deve estar em conformidade com os conteúdos expressos no relatório escrito. Os meios audiovisuais disponíveis permitiam uma edição mais apelativa e dinâmica do que os relatórios escritos, sendo a forma mais eficaz de apresentar aos jogadores.

Inicialmente, fui incumbido de apontar vários tempos sobre a mesma ação descrita no relatório, para serem posteriormente apresentados ao Bruno Fidalgo para fazer a seleção final dos vídeos e respetiva edição. De seguida, essa informação era apresentada aos restantes elementos da equipa técnica e posteriormente, aos jogadores. Mais tarde, foi-me dada a responsabilidade de selecionar e editar os melhores vídeos de cada momento de jogo para apresentar à equipa técnica e mais tarde, aos jogadores. Este trabalho foi sempre

³ Nota: Os esquemas táticos eram analisados em conjunto e ao pormenor por toda a equipa técnica. Depois de analisados, eram definidas as estratégias para as diferentes situações.

supervisionado por Bruno Fidalgo, sustentado por análises conjuntas e algumas correções, sempre que necessário. No que diz respeito à equipa técnica, a apresentação do relatório escrito acompanhado do relatório em vídeo era uma mais valia, uma vez que estas duas ferramentas são complementares e tornam a exposição e compreensão da informação mais eficaz.

O relatório em vídeo era dividido pelos quatro momentos de jogo (bolas paradas excluídas) e tinha em média cerca de onze minutos. A sua apresentação ao plantel, salvo raras exceções, era realizada no dia de jogo em estágio.

3.2.4 Análise de dados quantitativos

Após vários jogos com o *mister* Bino na liderança, realizei um relatório de dados (Anexo 3), onde foram analisadas várias variáveis de jogo, comparando os dados com a anterior equipa técnica e com as outras equipas do campeonato. A realização deste trabalho foi possível devido à informação estatística disponibilizada pela plataforma *Instat*. Com a análise feita, foi possível observar a evolução da equipa ao longo do campeonato, principalmente após a troca de equipa técnica. Esta evolução ficou sustentada nos números, já que a equipa liderava em vários rankings nas diferentes variáveis de jogo.

Este trabalho revelou-se bastante interessante, já que através de uma análise das estatísticas quantitativas, foi possível confirmar o crescimento individual e coletivo em treino e jogo, refletido nos resultados.

3.2.5 Recursos materiais


Os recursos materiais são fundamentais para a realização de um bom trabalho, já que a quantidade e qualidade de um trabalho está também dependente dos recursos que dispomos. Assim, logo no primeiro dia, foram-me disponibilizados todos os recursos necessários para a realização de um bom trabalho.

*“A tecnologia é só uma ferramenta.
E as ferramentas servem para nos facilitar a vida”
Tom Clancy*

Todos os recursos utilizados na análise foram ferramentas fundamentais e facilitadoras do trabalho diário, nomeadamente: 1 Computador Mac; 1 Câmara de filmar Sony 4k; 2 tripés; 1

software de observação e análise de jogo – *SportsCode*; Base de dados de jogos de futebol - Conta *InStat*.

3.2.6 Microciclo pessoal (padrão)

 VITÓRIA SPORT CLUBE PROGRAMA SEMANAL DE TREINOS ÉPOCA 2019/20 EQUIPA (B) fev-20						
2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
Dia 03	Dia 04	Dia 05	Dia 06	Dia 07	Dia 08	Dia 09
Relatório escrito	Até às 09:00 Chegada	Até às 09:00 Chegada	Até às 09:00 Chegada	Até às 09:00 Chegada	Até às 09:00 Chegada	Estágio
	09:00/09:30	09:00/09:30	09:00/09:30	09:00/09:30	09:00/09:30	
	Pequeno-almoço 10:30	Pequeno-almoço 10:00	Pequeno-almoço 10:00	Pequeno-almoço 10:00	Pequeno-almoço 10:30	
	Treino 10:30	Saída 10:30	Saída 10:30	Saída 10:30	Treino 10:30	
	ACADEMIA Nº 4	ACADEMIA Nº 5	S. MARTINHO SANDE	CANDOSO	ACADEMIA Nº 5	
Relatório escrito	Relatório em vídeo	Relatório em vídeo	Observação do adversário	Observação do adversário	Relatório escrito	15:00 JOGO: SCB (B) x VSC (B)
						FAO

ESTE PROGRAMA PODE SOFRER ALTERAÇÕES

BINO MAÇÃES

31ª SEMANA

TREINADOR PRINCIPAL

Figura 11 – Microciclo pessoal

4 Modelo de treino do Vitória B

O modelo de treino e periodização do Vitória B foram desenvolvidos tendo por base a periodização tática. Esta metodologia de treino tem a dimensão tática como coordenadora e modeladora do processo de treino e permite aos jogadores a utilização de uma linguagem comum para comunicarem, ainda que seja necessária uma estruturação no tempo para desenvolver tais princípios. O treino foi modelado mediante uma matriz conceptual e metodológica, tendo a conceptual o objetivo de orientar o modelo de treino com base nos momentos de jogo (organização defensiva, transição ofensiva, organização ofensiva e transição defensiva), na hierarquia dos princípios de jogo (princípios, subprincípios, outros) e nas escalas da equipa (coletiva, intersectorial, setorial, grupal e individual). A matriz metodológica na modelação do treino tem o intuito de otimizar o processo de treino, para que as ideias de jogo passem do plano conceptual para o plano operacional do jogo (Oliveira, 2017).

Os princípios da progressão complexa, da alternância horizontal em especificidade e das propensões são os grandes pilares metodológicos que caracterizam esta metodologia.

O princípio da progressão complexa (Figura 11) está relacionado com o modo como articulamos toda a informação, permitindo o desenvolvimento da forma de jogar da equipa ao longo do tempo (Oliveira, 2017). Este processo não é linear, é antes uma progressão complexa onde num microciclo existe uma distribuição dos princípios de jogo e o das escalas, sendo a quinta-feira o único dia em que se aplica uma escala coletiva.



Figura 12 – Articulação dos princípios e escalas da equipa num microciclo (Oliveira, 2017)

O princípio da alternância horizontal (Figura 12) em especificidade, tem como objetivo provocar adaptações nas diferentes escalas da equipa e respetivas interações, para se manifestarem os padrões de jogo específicos pretendidos (Oliveira, 2017). O esforço durante um microciclo nunca alcança o nível da competição, logo, foi preciso modelar as características dos exercícios consoante os dias de treino, tendo por base a forma de jogar da equipa.

O esforço é dividido em três subdinâmicas:

- j) Subdinâmica de tensão – trata a centralidade do jogo;
- k) Subdinâmica de duração – trata o jogo na sua globalidade;
- l) Subdinâmica de velocidade – trata os momentos de aceleração da equipa.

O objetivo deste princípio é garantir que nos dias aquisitivos sejam atingidos os estímulos que provocam a máxima tensão (quarta-feira) e a máxima velocidade (sexta-feira). A tensão máxima é possível levando os músculos à máxima extensão (contração excêntrica), sendo fundamental para não haver regressão, que estes estímulos sejam garantidos pelo menos uma vez por semana. A quinta-feira (subdinâmicas de duração) é a junção da máxima tensão e da máxima velocidade, mas sem a capacidade de grandeza do estímulo de jogo.



Figura 13 – Articulação das subdinâmicas de esforço e recuperação (Oliveira, 2017)

Respeitar o princípio da alternância horizontal em especificidade é respeitar o desenvolvimento do modelo de jogo, possibilitando treinar com intensidades máximas relativas e qualidade de desempenho entre os diferentes exercícios, treinos e tendo sempre em consideração o binómio desempenho/recuperação.

Manter o padrão semanal no tempo e criar hábitos, sendo por isso fundamental cumprir este princípio.

O princípio das propensões (Figura 13) tem como objetivo criar contextos em que a densidade dos princípios que se pretendem treinar surjam com frequência, de modo a possibilitar a emergência do jogo que se deseja para a equipa (Oliveira, 2017). É fundamental a existência de uma grande interação entre os princípios da progressão complexa, alternância horizontal em especificidade e propensões.



Figura 14 – Manutenção dos padrões semanais em profundidade (Oliveira, 2017)

4.1 Relação entre o treino e a análise do adversário

Durante a época desportiva, as duas equipas técnicas tinham como princípio operacionalizar o modelo de jogo, para impor a forma de jogar da equipa perante qualquer adversário. Com base nas observações efetuadas pela equipa técnica e respetivo relatório escrito, era dada importância ao estudo dos adversários com o objetivo de os conhecer, para assim haver uma melhor adaptação às suas características, mas sem nunca perder a identidade da equipa.

No início da semana era definido o microciclo de treino, a preparação específica em função do adversário começava na quinta-feira e terminava no sábado, com o treino dos esquemas táticos. Em termos ofensivos, a preocupação incidia na forma como a equipa adversária posicionava o seu bloco defensivo e a suas dinâmicas de pressão, nas diferentes fases da organização defensiva. Em termos defensivos, o maior cuidado recaía na primeira fase de construção do adversário, pois tínhamos como macro princípio a pressão intensa em todo o campo. As nuances da fase de criação e a forma padrão como atacavam a baliza também assumiram um papel relevante, na preparação em função do adversário. Assim, os treinos de quinta-feira (dia -3) e sexta-feira (dia -2) eram aproveitados para replicar estrategicamente o que poderia acontecer no jogo, nunca descurando a nossa forma de jogar.

No treino de sábado (dia -1), o foco incidia nos esquemas táticos defensivos e ofensivos, sempre com o objetivo de anular os pontos fortes dos adversários e explorar as suas debilidades defensivas. Antes do treino, era mostrado um vídeo ao plantel. No dia de jogo e em estágio, eram recapituladas também em vídeo, todas as características padrão do adversário nos diferentes momentos de jogo.

5 Modelo de jogo Vitória B

Para a elaboração de um modelo de jogo, há que ter em consideração várias questões, que vão da organização estrutural às características dos jogadores, ao nível de jogo, entre outras. Um modelo de jogo não é um modelo rígido, devendo ser entendido como um sistema auto-organizado e “autopoietico”, aberto, dinâmico e criativo, tendo subjacentes padrões que permitam a evolução dos jogadores (Maciel, 2008). Ainda, e de acordo com J. Garganta, um modelo de jogo consiste no mapeamento de referências que permitam a organização de processos ofensivos e defensivos da equipa, no que diz respeito aos princípios, métodos e sistemas de jogo (Garganta, 1996).

O modelo de jogo deve ser o elemento orientador do processo de treino e jogo da equipa, devendo determinar tanto o exercício de treino, como o perfil de competências dos jogadores (Vilar, 2010). O modelo de jogo do Vitória B assentou em três conceitos fundamentais, que acompanharam permanentemente a equipa e *staff* durante a época:

- Afirmação da própria identidade de jogo - quem somos;
- Jogar para ganhar – o que queremos;
- Atitude de superação – como vamos atingir esse objetivo.

Estes conceitos eram constantemente lembrados e reforçados, com o objetivo de serem uma marca vincada na identidade do grupo. Ambas equipas técnicas privilegiaram pressupostos como o rigor, concentração, entusiasmo competitivo, criatividade, ambição, paixão e sede de vencer, reforçando o conceito de equipa como sendo mais importante do que a individualidade dos jogadores. Aos jogadores, foi exigido treinarem no limite para poderem jogar no limite das próprias possibilidades (superação). A ideia base do modelo de jogo consistiu sempre num jogo predominantemente ofensivo, com constante procura do golo, mas com a devida segurança defensiva.

Independentemente das preferências, a equipa tinha capacidade de se adaptar a diferentes estratégias (jogo de transições, blocos defensivos mais baixos), uma vez que durante o jogo devia existir a capacidade de adaptação a diferentes contextos, nomeadamente, à qualidade da equipa adversária e o resultado

De referir que, os conceitos e ideias macro do modelo de jogo foram idênticos nas duas equipas técnicas que lideraram o Vitória B, durante a época desportiva.

No modelo de jogo, a parte estratégica em função do adversário esteve sempre presente, ou seja, diferentes nuances ofensivas e defensivas eram introduzidas semana após semana, sempre em função da qualidade, modelos e dinâmicas das equipas adversárias.

5.1 Sistemas de jogo

A estrutura usada pelas duas equipas técnicas foi o 1-4-3-3 (Figura 15), com diversas dinâmicas nos diferentes momentos de jogo.

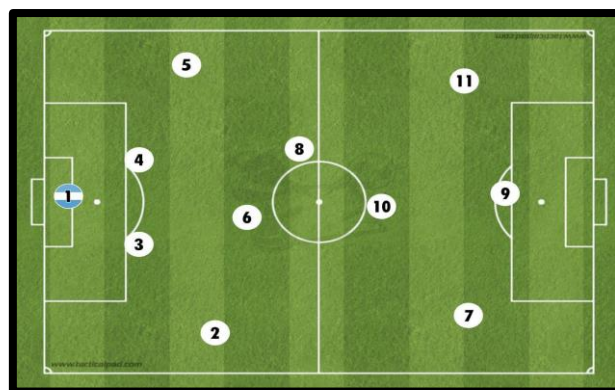


Figura 15 – Estrutura padrão do vitória B

Por vezes, quando o resultado não era favorável às pretensões da equipa, a estrutura mudava para 1-4-4-2 clássico. Esta situação de recurso foi utilizada algumas vezes durante a época e pelas duas equipas técnicas, sendo considerada como estrutura alternativa. Porém, apesar da

mudança estrutural, os macro princípios mantinham-se, mudando algumas nuances posicionais e respetivas dinâmicas associativas.

5.2 Modelo de jogo

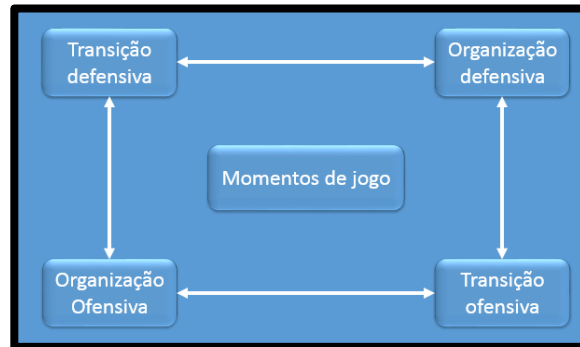


Figura 16 – Momentos de jogo

5.2.1 Organização defensiva

A fase da organização ofensiva consiste essencialmente numa situação de oposição ao adversário (Teodorescu, 1984).

A organização defensiva é descrita pela forma como a equipa, individual ou coletivamente, se procura organizar com intenção de impedir a concretização de situações de golo (Guilherme, 2004).

Esta fase representa a marcação do defesa ao atacante adversário, por forma a limitar todas as suas ações ofensivas e também, todas ações técnico-táticas, individuais ou coletivas, que visem a anulação e cobertura dos espaços livres e dos adversários. É neste período que a equipa luta pela posse de bola para a realização de ações ofensivas, evitando faltas e golo do adversário (Teodorescu, 1984).

Neste momento, pretendia-se ter a equipa posicionada estruturalmente em 1-4-4-2, pressionando ao mais alto possível, com linhas bastantes juntas, retirando espaço e tempo às equipas contrárias, revelando uma boa agressividade mental na procura da recuperação de bola e tentando impedir a construção de jogo da equipa adversária.

A proteção do corredor central era essencial, na tentativa de atrair a equipa adversária aos corredores laterais, para nesse espaço, tentar recuperar a bola de forma coletiva. Noutras situações, a equipa devia assegurar a capacidade de baixar linhas e retirar espaços de profundidade à equipa adversária.

Caracterização da organização defensiva:

- **Macro Princípio:**

- a) Defesa zonal proativa, num bloco médio alto.

- **Princípios:**

- a) Condicionar 1ª fase construção (bloco alto, fecho de espaços interiores);
- b) Evitar criação de situações de finalização (pouco espaço entre os setores);
- c) Evitar finalização (evitar cruzamentos, fecho do espaço de baliza).

- **Subprincípios**

- a) Contenção (diminuir o espaço de ação ofensiva do portador da bola);
- b) Cobertura defensiva (proteção ao jogador que realiza a pressão);
- c) Concentração (restantes elementos reorganizam-se defensivamente);
- d) Equilíbrio (restantes linhas equilibradas defensivamente).

- **Indicadores de pressão**

- a) Adversário recebe a bola de costas para a baliza do Vitória SC;
- b) Adversário vira-se de costas para a baliza do Vitória SC;
- c) Adversário recebe passe pelo ar;
- d) Adversário faz receção imperfeita;
- e) Bola entra no interior do bloco defensivo da equipa;
- f) Bola nos corredores laterais.

- **Comportamentos pretendidos**

- a) Orientação pela bola, posicionamento zonal;
- b) Espaços curtos entre os jogadores;
- c) Obrigar o adversário a jogar por fora ou longo;
- d) Linha defensiva tão subida o quanto possível;
- e) Linha defensiva a controlar a profundidade;
- f) Basculações rápidas aos corredores laterais;
- g) Linhas defensiva e média encurtam juntas;
- h) Defesa lateral do corredor oposto posiciona-se por dentro;
- i) Médio defensivo ajusta na linha defensiva, se necessário;
- j) Médio defensivo avança para a 2ª linha de pressão;

- k) Um médio interior avança para a 1ª linha de pressão;
- l) Pressionar a linha defensiva adversária;
- m) Coberturas rápidas e agressivas no corredor central;
- n) Extremos dividem espaços interiores e exteriores;
- o) Avançado posiciona-se no corredor da bola.

5.2.2 Transição defesa-ataque

Esta fase acontece após a recuperação de bola em que as equipas assumem novas funções. Esta transição provoca desorganização pontual nas equipas, que por sua vez, aproveitam esta situação para tirarem vantagem (Guilherme, 2004) e por isso, neste momento foi preconizado que após a recuperação de bola, o primeiro objetivo era aproveitar a desorganização da equipa adversária. Para isso acontecer, a equipa deveria ter a capacidade de retirar a bola da zona de pressão, procurando aproveitar os espaços existentes e chegando o mais rápido possível à baliza contrária, com um futebol rápido, criativo e com a ocupação dos três corredores de jogo.

Caso não fosse possível aproveitar a desorganização do adversário, a equipa deveria ter a capacidade de retirar a bola da zona de pressão, mantendo a sua posse e com paciência, passar para o momento de organização ofensiva.

Caracterização da transição defesa-ataque:

- **Macro Princípio**

- a) Retirar a bola rapidamente da zona de pressão através do passe.

- **Princípios**

- a) Num primeiro momento, o objetivo era procurar rapidamente o golo caso não fosse possível e a manutenção da posse de bola.

- **Subprincípios**

- a) Penetração (criar situações vantajosas em termos numéricos);
- b) Cobertura ofensiva (oferecer opções para a sequência do jogo);
- c) Mobilidade (criar linhas de passe em profundidade);
- d) Espaço (expandir o posicionamento entre os jogadores adversários).

- **Comportamentos pretendidos**

- a) Decidir e executar rápido;

- b) Velocidade de jogo e deslocamento;
- c) Dificultar a reação do adversário à perda de bola;
- d) Criar linhas de passe seguras fora do centro do jogo;
- e) Coberturas ofensivas entrelinhas defensivas;
- f) Criação de linhas de passe em progressão;
- g) Ocupação dos três corredores;
- h) Movimentos contrários de apoio e rutura;
- i) Exploração da largura;
- j) Exploração da profundidade;
- k) Capacidade de desdobramento sem bola;
- l) Condução de bola de forma inteligente;
- m) “Subida” da equipa em equilíbrio;
- n) Presença ofensiva na chega ao último terço.

5.2.3 Organização ofensiva

A organização ofensiva define-se como o “... momento da aquisição ou recuperação da posse de bola, até ao momento de finalização ou perda da posse de bola” (Garganta, 1997, p. 212) momento este “... caracterizado pelos comportamentos que a equipa assume aquando da posse de bola com o objetivo de preparar e criar situações ofensivas de forma a marcar golo” (Guilherme, 2004, p. 147).

No momento de organização ofensiva, pretendia-se que a equipa chegasse a zonas de finalização através de ataque organizado, num jogo associativo, com critério, paciência e sem receio de ter a bola no momento de construir. A circulação rápida de bola no sentido da baliza era o pretendido, com a equipa em “campo grande” e com muitas e diferentes dinâmicas. A ideia passa pela construção apoiada desde a primeira fase (guarda-redes incluído), onde eram dadas várias soluções ao portador de bola. As dinâmicas dos jogadores com e sem bola eram fundamentais.

No último terço, era dada liberdade aos jogadores para usarem a sua criatividade e técnica individual, de modo a não terem comportamentos padronizados na fase de finalização, exceto nos espaços a ocupar na área, no momento do cruzamento.

Caracterização da organização ofensiva:

- **Macro Princípio**

- a) Jogo associativo com circulação de bola apoiada, procurando desorganizar a equipa adversária para poder criar situações de finalização.

- **Princípios**

- a) Velocidade de circulação;
- b) Variação do centro de jogo;
- c) Velocidade de execução e decisão;
- d) Formação de triângulos e losangos na zona da bola;
- e) Verticalidade.

- **Subprincípios**

- a) Penetração (desestabilizar a organização defensiva adversária);
- b) Cobertura ofensiva (várias linhas de passe de segurança disponíveis);
- c) Mobilidade (ocupar espaços vazios para poder desequilibrar);
- d) Espaço (ampliar o espaço de jogo efetivo da equipa).

- **Comportamentos pretendidos**

- 1ª fase de construção

- a) Preferência pela construção “curta”;
- b) Guarda-redes com papel importante na construção;
- c) Centrais em largura;
- d) Defesas laterais projetados em largura;
- e) Saída a 4 com os defesas centrais e laterais;
- f) Saída a 3 com o recuo do médio defensivo entre os centrais;
- g) Saída a 3 com o baixar do médio interior no corredor lateral;
- h) Exploração dos médios interiores nos espaços entrelinhas;
- i) Superioridade numérica constante na zona da bola;
- j) Exploração da profundidade caso seja propício;
- k) Referência em apoio dos extremos nos espaços interiores.

- Fase de criação

- a) Subida da linha defensiva em bloco;
- b) Movimentos contrários dos médios;
- c) Exploração do espaço entrelinhas;

- d) Referências de saída de pressão na largura;
- e) Jogo em apoio e penetrações;
- f) Exploração da profundidade;
- g) Criação de superioridades numéricas;
- h) Extremo procura bola no espaço interior;
- i) Extremo joga por fora para exploração do um para um;
- j) Exploração das roturas/diagonais.

Fase decisão

- a) Ocupação correta das zonas de finalização;
- b) Explorar o remate de longa distância;
- c) Definição em cruzamento (várias zonas);
- d) Situação de um para um para finalizar.

5.2.4 Transição ataque-defesa

O momento de transição ataque-defesa, é descrito pela forma como a equipa reage e se organiza após a perda de bola. Esta transição também provoca desorganização pontual nas equipas, que por sua vez, aproveitam esta situação para tirarem vantagem (Guilherme, 2004). Assim sendo, é relevante que as equipas estejam preparadas para perder a bola, revelando competência no momento da reorganização e impedindo que a equipa adversária chegue a zonas de finalização.

Neste momento de jogo, foi indicado que a equipa deveria ter uma mudança rápida de comportamento (reação rápida à perda de bola), na tentativa de conseguir recuperar a bola o mais rápido possível, impedindo que o adversário conseguisse executar uma transição de qualidade. Se não fosse possível num primeiro momento recuperar a bola, o objetivo era obrigar o adversário a demorar o máximo de tempo possível a contra-atacar, para a equipa se reorganizar e juntar linhas, nem que para isso fosse necessário fazer as chamadas “faltas táticas”.

Caracterização da transição ataque-defesa:

- **Macro Princípio**

- a) Recuperação imediata da bola ou evitamento da progressão da mesma, reorganizando-se defensivamente.

- **Princípios**

- a) Pressing organizado;
- b) Jogador mais próximo da bola realiza contenção;
- c) Restantes jogadores realizam coberturas defensivas fechando espaços;
- d) Exploração das “faltas táticas” sempre que necessário.

- **Subprincípios**

- a) Contenção (pressão ao portador da bola);
- b) Cobertura defensiva (proteção ao jogador que realiza a pressão);
- c) Concentração (restantes elementos reorganizam-se defensivamente);
- d) Equilíbrio (restantes linhas equilibradas defensivamente).

- **Comportamentos pretendidos**

- a) Pressão imediata ao portador da bola;
- b) Condicionar a decisão do adversário;
- c) Evitar a progressão adversária no campo;
- d) Retirar largura e profundidade ao adversário;
- e) Reorganização defensiva, protegendo a zona central;
- f) Retirar profundidade com bola “descoberta”.

5.2.5 Esquemas táticos defensivos

- **Lançamentos**

- a) Posicionar o mais rápido possível;
- b) Condicionar o adversário a procurar o jogador mais recuado.

- **Livres**

- a) Posicionar o mais rápido possível;
- b) Marcação homem a homem;
- c) Retirar profundidade no momento que antecede o adversário bater na bola.

- **Cantos**

- a) Marcação zonal;
- b) Geralmente com todos os jogadores na área.

5.2.1 Esquemas táticos ofensivos

- **Pontapé de saída**

a) Jogar curto.

- **Lançamentos**

a) Reposição rápida;

b) Lançamento curto para devolver a bola;

c) Lançamento longo para o extremo ou avançado.

- **Livres**

a) Remate direto em posição frontal;

b) Cruzamento em posição lateral;

c) Jogada combinada com saída curta.

- **Cantos**

a) Direto, zona específica em função do adversário;

b) Curto, jogada combinada em função do adversário.

6 Caracterização do período preparatório e competitivo

“Não é planejar, é planejar falhar”

Winston Churchill

O planeamento é uma atividade essencial, para reduzir ao máximo, as probabilidades de insucesso. Mourinho (2001), defende que a planificação é o ato de preparar a realização de um conjunto de tarefas, objetivos, meios, estratégias e conteúdos que lhe são inerentes. Ainda, e segundo Garganta (2003), a ação da equipa técnica deve trabalhar no sentido de reduzir ao máximo os fatores que aumentam a incerteza em relação ao resultado.

O ato de planejar não acaba no início da execução do plano, os programas de trabalho planeados constituem-se como um “roteiro de viagem” que a qualquer momento podem ser modificados, em função das contingências do percurso.

Assim, as equipas técnicas (cada uma no seu momento) criaram uma planificação do trabalho a realizar, de modo a reduzir os imprevistos a acontecer durante a época desportiva. Esse

planeamento de trabalho foi baseado nos períodos preparatório (equipa técnica inicial), competitivo (duas equipas técnicas) e pós competitivo (devido à Covid 19).

6.1 Período preparatório

Este período é caracterizado pelo tempo entre o início da época desportiva e o primeiro jogo oficial da época, o qual não me foi possível acompanhar por ainda não estar integrado na equipa técnica em regime de estágio.

De acordo com informações recolhidas, o período preparatório teve cinco microciclos de trabalho, com várias sessões de treino bi-diárias e a realização de seis jogos de preparação.

6.2 Período competitivo

Este período é caracterizado como sendo a fase em que se disputa uma competição oficial e em que existe uma continuidade do processo de trabalho, nomeadamente, a consolidação de comportamentos e conteúdos adquiridos na pré-época. Todavia, à medida que existia essa consolidação no tempo, novos conceitos eram transmitidos, treinados e absorvidos, para que existisse uma evolução constante em termos individuais e coletivos. Independentemente da troca de equipa técnica, esta filosofia de trabalho manteve-se durante toda a época.

Esta fase tinha uma duração prevista de trinta e oito semanas, mas devido à pandemia da Covid 19, acabou por ter apenas trinta, em foram realizadas cento e quarenta e duas unidades de treino. Neste período, o microciclo padrão (Tabela 7) com jogo de Domingo a Domingo foi uma constante, o que facilitou a gestão de cargas nos treinos.

Em poucas exceções, existiram microciclos, com jogo de Domingo a Sábado, o que provocava uma pequena alteração estrutural no microciclo pela existência de menos uma unidade de treino

Tabela 7 – Microciclo padrão

Jogo							Jogo
0	(+ 1	(+2)	-4	-3	-2	-1	0
<i>Domingo</i>	<i>Segunda</i>	<i>Terça</i>	<i>Quarta</i>	<i>Quinta</i>	<i>Sexta</i>	<i>Sábado</i>	<i>Domingo</i>
	Recuperação		Operacionalização aquisitiva				
Esforço muito alto		Esforço baixo	Esforço alto	Esforço moderado	Esforço moderado	Esforço baixo	Esforço muito alto

JOGO	Descanso	<p>Corrida regenerativa</p> <p>Ação sobre a fadiga central e periférica</p> <p>Treino em regime de resistência para os jogadores pouco ou não utilizados no jogo</p> <p>Treino de subprincípios</p>	<p>Força rápida</p> <p>Grande quantidade de acelerações, desacelerações, mudanças de direção, contatos</p> <p>Espaços e grupos de jogadores mais reduzidos</p> <p>Tempo de recuperação menor que tempo de excitação</p> <p>Trabalho setorial e intersetorial</p>	<p>Grandes princípios</p> <p>Espaços grandes</p> <p>Maior número de jogadores</p> <p>Maior complexidade</p> <p>Maior duração das frações de treino</p> <p>Estruturação do jogo com vários setores envolvidos</p> <p>Elevada exigência de concentração</p>	<p>Trabalho setorial e intersectorial</p> <p>Treino dos subprincípios</p> <p>Menor complexidade das tarefas</p> <p>Treino em regime de velocidade</p> <p>Menor exigência de concentração</p> <p>Finalização e dinâmicas ofensivas</p>	Esquemas táticos	JOGO
------	----------	---	--	---	---	------------------	------

6.3 Período pós competitivo

Devido à situação pandémica e às normas impostas pelo governo, o clube, as equipas, jogadores e staff tiveram de se adaptar a uma nova realidade. No meu caso, mantive as atividades que estavam previstas. As grandes mudanças verificaram-se ao nível da equipa, uma vez que deixaram de ter treinos coletivos e passaram a treinar de forma individual. A equipa técnica, com o apoio dos vários departamentos, liderava o processo de treino assim como todas as suas incidências. Posteriormente, com a decisão do término do campeonato e do levantamento de algumas medidas de restrição, foi possível numa primeira fase, realizarem-se treinos na academia, de forma individualizada. Posteriormente, foi possível evoluir para treinos grupais e mais, tarde coletivos. O Vitória SC com a sua organização e estrutura, conseguiu de forma positiva, minimizar o impacto negativo provocado pela pandemia

7 Reflexões sobre Microciclos

Os microciclos dos jogos com o Merelinense (microciclo 21) e com o Braga B (microciclo 31) foram os escolhidos. A escolha da semana do jogo com Merelinense, deveu-se ao fato de na minha opinião, ter sido o jogo mais completo da equipa durante a época desportiva. A semana do jogo com o Braga B, foi levada em consideração na escolha por ser um derby histórico e uma semana diferente a vários níveis. Um microciclo de cada equipa técnica, também foi um fator relevante nas escolhas destes microciclos, pois ambas foram importantes no processo ao longo da época desportiva.

7.1 Microciclo


 VITÓRIA SPORT CLUBE PROGRAMA SEMANAL DE TREINOS ÉPOCA 2019/20 DEZ 19 EQUIPA (B)						
2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
Dia 26	Dia 27	Dia 28	Dia 29	Dia 30	Dia 31	Dia 01
FOLGA	Até às 09:00 Chegada 09:00/09:30 Peso e Pequeno-almoço	Até às 09:00 Chegada 09:00/09:30 Pequeno-almoço	Até às 09:00 Chegada 09:00/09:30 Pequeno-almoço	Até às 09:00 Chegada 09:00/09:30 Peso e Pequeno-almoço	Até às 09:00 Chegada 09:00/09:30 Pequeno-almoço	ESTÁGIO
	10:30 Treino	10:00 Saída 10:30 Treino	10:00 Saída 10:30 Treino	10:00 Saída 10:30 Treino	10:30 Treino	
FOLGA	ACADEMIA Nº 4 <u>Recuperação ativa</u> · Jogos lúdicos · futevolei · Ginásio <u>Equi. de camisas</u> · Coordenação · Agilidade · subprincípios · Jogos reduzidos · Finalização	ACADEMIA Nº 5 · Técnica de corrida · Técnica de passe · Força específica · Resistência específica · Jogos reduzidos · Subprincípios · Reação perda de bola	S. MARTINHO SANDE · Velocidade isolada · Técnica de passe · Resistência específica · Princípios <u>Op. modelo de jogo</u> · Organização ofensiva · Organização Defensiva <u>Estratégia adversário</u> · Pressão alta · Organização defensiva	CANDOSO · Velocidade específica · Velocidade reação · Op. linha defensiva · Princípios <u>Op. modelo de jogo</u> · Organização Defensiva · Organização ofensiva · Transição ofensiva <u>Estratégia adversário</u> · 1ª Fase construção · Organização ofensiva	ACADEMIA Nº 5 · Velocidade reação <u>Estratégia adversário</u> · Esquemas táticos · Cantos defensivos · Cantos Ofensivos · Livres laterais · Livres frontais · Penaltis	15:00 JOGO: MFC x VSC (B)
ESTE PROGRAMA PODE SOFRER ALTERAÇÕES						
21ª SEMANA				ALEX COSTA TREINADOR PRINCIPAL		

Figura 17 – Microciclo 21, objetivos.

Tabela 8 – Unidade de treino nº 111

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO Nº 111	DATA – 27/09/19	DIA da SEMANA – 3ª feira	LOCAL – Academia Nº 4
DOMINANTE - Jogos reduzidos		NÚMERO DE JOGADORES - 14	PRÓXIMO JOGO - Merelinense – VSC B	
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Objetivo: Recuperação ativa para os titulares	“Futvolei” “Meinhos” Ginásio			75 minutos
Ativação funcional	Corrida baixa intensidade Alongamentos dinâmicos “Meinhos”			20 minutos
Objetivo: Equilíbrio de cargas	Exercício 1x1 + Gr Defesa realiza um passe ao atacante e vai defendê-lo numa situação de um para um. De seguida quando esta ação terminar, recebe a bola de um defesa contrário e ataca também numa situação de um para um. Este tipo de ações são repetidas sucessivamente. Posteriormente o exercício passa para uma variante de dois para dois. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – 15x15			15 minutos
Objetivo: Equilíbrio de cargas	Exercício 3x2 + Gr Três atacantes contra dois defesas. De seguida, os dois defesas mais um jogador que entra no espaço de jogo atacam outros dois defesas, e assim sucessivamente. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – 15x15			20 minutos
Objetivo: Equilíbrio de cargas	Exercício 6x6 + Gr Jogo reduzido com objetivo de finalizar na baliza. Os jogadores posicionam-se de forma aleatória no espaço de jogo. Sem limite de toques por jogador. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – 20x20			10 +10 minutos
TOTAL - 75 Minutos				

Treino de recuperação ativa, complementado com trabalho de ginásio para os titulares do jogo anterior. Para os restantes elementos presentes no treino, foi proporcionado um conjunto de exercícios em espaço reduzido com vários objetivos, entre eles, o de equilibrar as cargas em relação aos titulares. Os jogadores treinaram comprometidos, o que possibilitou alcançar os objetivos.

Tabela 9 – Unidade de treino nº 112

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO Nº 112	DATA – 28/09/19	DIA da SEMANA – 4ª feira	LOCAL – Academia Nº 5
DOMINANTE – Jogos reduzidos		NÚMERO DE JOGADORES - 22	PRÓXIMO JOGO - Merelinense – VSC B	
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Ativação funcional	Acelerações Desacelerações Saltos Alongamentos dinâmicos			20 minutos
<p>Objetivo: Fundamentos técnicos</p> <p>Conteúdos: Técnica de passe Técnica de receção de bola</p> <p>Ações pretendidas: Precisão de passe Passe com os dois pés Receção orientada Movimento contrário para a receção de bola</p>	<p>Exercício de passe Passe com posicionamento dos jogadores em triângulo. Jogador que faz o passe desloca-se na direção da bola. Sentido da bola trocou após metade do tempo total de exercício.</p>			15 minutos
<p>Objetivos: Exercitar a manutenção da posse de bola Pressão ao portador da bola</p> <p>Conteúdos: Subprincípios</p> <p>Ações pretendidas: Circulação rápida Jogo associativo Pressão ao portador da bola</p>	<p>Exercício 5x5x5+2 Jogo reduzido com três equipas mais dois jokers. Atacam duas equipas mais jokers com o objetivo de realizar 15 passes consecutivos. Sempre que um jogador perde a bola para a defesa a equipa desse jogador passa a defender. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço – 20x20</u></p>			20 minutos
<p>Objetivo: Exercitar a manutenção da posse de bola Pressão ao portador da bola</p> <p>Conteúdos: Subprincípios</p> <p>Ações pretendidas: Circulação rápida Jogo associativo Pressão ao portador da bola</p>	<p>Exercício 5x5x5+2 Jogo reduzido com três equipas mais dois jokers. Atacam duas equipas mais os dois jokers com o objetivo de fazer 15 passes consecutivos. A equipa que defende tem o objetivo de recuperar a bola e finalizar numa das balizas. A equipa defende 2 minutos e troca de funções. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço – 20x20</u></p>			Jogos de 2 minutos num total de 20 minutos
TOTAL - 75 Minutos				

Treino com exercícios em espaços reduzidos, tendo por objetivo exercitar a manutenção da posse de bola. Em termos defensivos, foi pretendida uma pressão constante ao portador da bola e respetivas coberturas defensivas. O treino dos subprincípios era um dos objetivos para o treino e devido à tipologia dos exercícios, foi conseguido em pleno. A intensidade e competitividade entre as equipas e os jogadores foi uma constante, o que proporcionou a concretização de todos os objetivos propostos para o treino.

Tabela 10 – Unidade de treino nº 113

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO Nº 113	DATA – 29/09/19	DIA da SEMANA – 5ª feira	LOCAL – Sande
DOMINANTE – Tático-estratégico		NÚMERO DE JOGADORES - 23	PRÓXIMO JOGO - Merelinense -VSC B	
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Ativação funcional	Movimentos balísticos Safidas em velocidade (20m) Alongamentos dinâmicos			20 minutos
Objetivo: Fundamentos técnicos Conteúdos: Técnica de passe Técnica de receção de bola Ações pretendidas: Precisão de passe Passe com os dois pés	Exercício de passe Dois losangos compostos por jogadores, jogam ao mesmo tempo (2 bolas jogáveis) numa situação de passe, devolve, passe, entre os vários jogadores, terminando com passe longo de um losango para o para o outro. Sentido das bolas trocaram após metade do tempo total de exercício.			15 minutos
Objetivo: Operacionalização do modelo de jogo Conteúdos: Princípios Subprincípios Relações intersectoriais e intrasectoriais Ações pretendidas: Circulação rápida Rigor nas combinações Timing de movimentos sem bola	Exercício 10x0 + Gr Exercício de consciencialização do modelo de jogo s\ oposição. Os jogadores são distribuídos em duas equipas de dez (jogam à vez) no sistema posicional padrão. O Gr inicia o jogo com um pontapé de baliza longo para a defesa, e a partir desse momento a equipa opera as suas dinâmicas ofensivas. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – ¾ campo			20 minutos
Objetivo: Estratégia adversário Conteúdos: Organização defensiva Pressão alta Ações pretendidas: Condicionar para os c. laterais Retirar a bola do centro de jogo	Exercício 10 x 10 + Gr A equipa azul posiciona-se de acordo com o posicionamento do adversário, reproduzindo as suas dinâmicas de construção. O jogo começa e recomeça sempre no seu Gr, com passe curto ou médio. A equipa de vermelho condiciona o pontapé de baliza ou a 1ª fase de construção em função da estratégia adotada, tentando recuperar a bola para atacar rápido ou em o. ofensiva. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – ¾ campo			20 minutos
TOTAL - 75 Minutos				

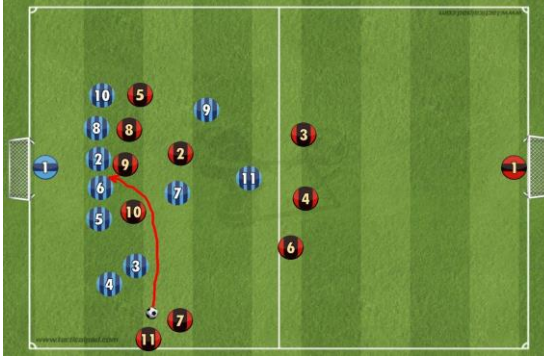
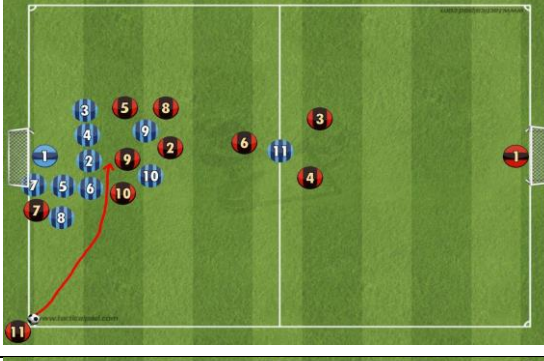

A unidade de treino número 113, teve como objetivos a operacionalização do modelo de jogo e a estratégia em função do adversário. A assimilação do modelo de jogo em termos ofensivos, ficou demonstrada pela forma como os jogadores executaram as suas dinâmicas no exercício sem oposição. No último exercício da unidade de treino, foi dada prioridade à estratégia defensiva em função do adversário, com um exercício que privilegiava a organização defensiva e a forma de condicionar a primeira fase de construção. Os objetivos propostos foram conseguidos em parte.

Tabela 11 – Unidade de treino nº 114

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO Nº 114	DATA – 30/09/19	DIA da SEMANA – 6ª feira	LOCAL – Candoso
DOMINANTE – Tático-estratégico		NÚMERO DE JOGADORES - 23	PRÓXIMO JOGO - Merelinense – VSC B	
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Ativação funcional	Velocidade de reação Velocidade deslocamento Alongamentos dinâmicos			20 minutos
<p>Objetivo: Trabalho setorial</p> <p>Conteúdos: Relação intrassectorial Posicionamento Colocação dos apoios</p> <p>Ações pretendidas: Atacar rápido o espaço Apoios corretos dos defesas Timing de ataque à bola</p>	<p>Exercício linha defensiva Linha defensiva posiciona-se a meio do meio campo com 4 atacantes. Ao som do treinador, o defesa lateral sai ao jogador com bola no corredor lateral, que por sua vez faz um passe em profundidade para outro jogador cruzar. Neste momento, linha defensiva e atacantes movem-se em direção à baliza, tentando jogar a bola após cruzamento.</p> <p><u>Espaço</u> – ½ campo</p>			15 minutos
<p>Objetivo: Operacionalização do modelo de jogo</p> <p>Conteúdos: Organização defensiva Transição ofensiva Relações intersectoriais e intrassectoriais</p> <p>Ações pretendidas: Rápida basculação Transições rápidas e criteriosas</p>	<p>Exercício 10 x 10 + Gr Numa 1ª fase jogam 8x7 em meio campo. A bola começa sempre na equipa azul que tem o objetivo de finalizar. O objetivo da equipa vermelha é recuperar a bola para lançar uma transição ofensiva onde atacam os 3 avançados para 2 centrais. Neste momento, um jogador de cada equipa pode entrar no 2º espaço de jogo para jogar e finalizar.</p> <p><u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – ¾ campo</p>			20 minutos
<p>Objetivo: Estratégia adversário</p> <p>Conteúdos: Organização ofensiva 1ª fase construção Relações intersectoriais</p> <p>Ações pretendidas: Coberturas ofensivas Circulação rápida</p>	<p>Exercício 10 x 10 + Gr A equipa azul posiciona-se de acordo com o posicionamento do adversário, reproduzindo as suas dinâmicas de pressão alta. A equipa de vermelho treina a 1ª fase de construção, mediante as dinâmicas do nosso modelo de jogo, e a estratégia usada para ultrapassar a forma como o adversário pressiona. O jogo recomeça sempre curto no Gr.</p> <p><u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – 2/3 campo</p>			20 minutos
TOTAL - 75 Minutos				

Nesta unidade de treino, foi dada ênfase à mecanização da linha defensiva quando a bola é jogada nos corredores laterais em profundidade, seguido de cruzamento. Posteriormente, treinou-se a organização defensiva e a relação entre segunda e terceira linhas defensivas em inferioridade numérica, com o objetivo de recuperar a bola e lançar a transição ofensiva em superioridade. Por fim, reproduziu-se a forma como o adversário podia pressionar em o bloco alto e a nossa estratégia de construção para o jogo. Foram cumpridos todos os objetivos propostos.

Tabela 12 – Unidade de treino nº 115

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO Nº 115	DATA – 30/09/19	DIA da SEMANA – Sábado	LOCAL – Academia Nº 5
DOMINANTE – Estratégico		NÚMERO DE JOGADORES - 23		PRÓXIMO JOGO - Merelinense – VSC B
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Ativação funcional	“Meinhos” Velocidade de reação Alongamentos dinâmicos			20 minutos
<p>Objetivo: Estratégia adversário</p> <p>Conteúdos: Livres ofensivos Livres defensivos</p> <p>Ações pretendidas: Rigor estratégico Ataque à bola agressivo Concentração defensiva</p>	<p>Exercício 10 x 10 + Gr Neste exercício de livres laterais em contexto de jogo, prepara-se a equipa para o próximo jogo em termos estratégicos. Jogo em meio campo, em que o recomeço acontece sempre com um livre lateral. Jogo contínuo sempre que a bola não sai do espaço de jogo após a marcação do livre lateral. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – 2/3 campo</p>			10 minutos
<p>Objetivo: Estratégia adversário</p> <p>Conteúdos: Cantos ofensivos Cantos defensivos</p> <p>Ações pretendidas: Rigor estratégico Ataque à bola agressivo Concentração defensiva</p>	<p>Exercício 10 x 10 + Gr Neste exercício de cantos em contexto de jogo, prepara-se a equipa para o próximo jogo em termos estratégicos. Jogo em meio campo, em que o recomeço acontece sempre com um canto. Jogo contínuo sempre que a bola não sai do espaço de jogo após a marcação do canto. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – 2/3 campo</p>			10 minutos
<p>Objetivo: Fundamentos técnicos</p> <p>Conteúdos: Livres diretos Penaltis</p>	Os vários marcadores de livres diretos e penaltis praticam estas ações de jogo.			15 minutos
TOTAL - 55 minutos				

Esta unidade de treino foi dedicada à estratégia nas bolas paradas para o próximo jogo. Os jogadores interpretaram e executaram o pretendido, revelando concentração, empenho e compromisso.

7.1.1 Reflexão do microciclo 21

Esta foi uma semana de treinos intensa, onde os jogadores demonstraram concentração, compromisso e rigor em todos os seus momentos, proporcionando a concretização de todos os objetivos propostos para o microciclo.

Como sempre, foi dada bastante importância à operacionalização do nosso modelo de jogo, com ênfase nas organizações defensiva e ofensiva, assim como à transição ofensiva. A mecanização da linha defensiva e os aspetos técnicos, como o passe, tiveram a sua relevância num microciclo de treino bastante diversificado.

Em termos estratégicos, foi valorizada a organização ofensiva e as suas dinâmicas, bem como a organização defensiva, mais concretamente a pressão alta. Esta forma de treino é convergente com a filosofia proposta desde o primeiro momento, ou seja, a de impor a nossa forma de jogar em qualquer campo.

Os sistemas táticos foram treinados na última unidade de treino da semana, tendo sido dada a devida importância a este momento de jogo. Revelou-se uma boa semana de treinos, antecedidos de um resultado favorável, elevaram os níveis de confiança para um jogo que se esperava bastante difícil.

A equipa entrou em estágio na manhã de domingo que antecedeu ao jogo. Nesse período, foram mostrados em vídeo todos os detalhes sobre a equipa do Merelinense e foi também reforçada a nossa forma de jogar.

O jogo começou de forma equilibrada, mas cedo se percebeu que a equipa estava confiante e capaz de impor o nosso jogo. Com o avançar do tempo, foi-se acentuando o domínio que culminou com o nosso golo ao minuto vinte seis, numa bela jogada coletiva, proporcionada pelo corredor direito, com um cruzamento atrasado para a finalização do avançado João Pedro.


Após o golo, a equipa do Vitória B continuou a ter um ligeiro ascendente sobre o adversário até ao intervalo. Com o início da segunda parte, veio o domínio total do jogo, com a nossa equipa instalada no meio campo ofensivo, praticando um futebol vistoso e de qualidade e a conseguir resolver o encontro com dois golos, num curto espaço de tempo.

Mesmo com três golos de diferença, a equipa continuou a jogar da mesma forma, controlando o jogo com bola. Já em período de desconto, uma desatenção do nosso defesa central originou um penalti, que foi convertido e colocou o resultado final em 1-3.

Na análise pós-jogo e na reflexão sobre o mesmo, fica a certeza de um grande jogo da nossa equipa, num campo extremamente difícil.

Na minha análise pós-época desportiva e levando em conta todos os fatores, considero este jogo o melhor e mais bem conseguido da época.

7.2 Microciclo 31


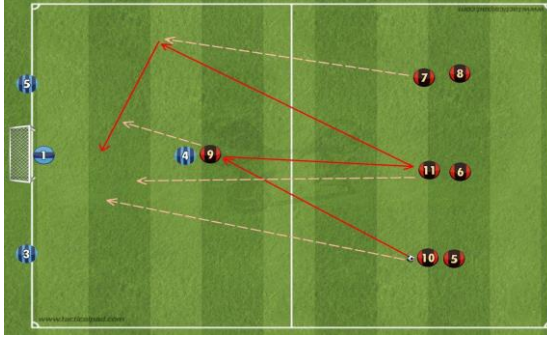

 VITÓRIA SPORT CLUBE PROGRAMA SEMANAL DE TREINOS ÉPOCA 2019/20 EQUIPA (B) fev-20						
2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
Dia 03	Dia 04	Dia 05	Dia 06	Dia 07	Dia 08	Dia 09
FOLGA	Até às 09:00 Chegada	Até às 09:00 Chegada	Até às 09:00 Chegada	Até às 09:00 Chegada	Até às 09:00 Chegada	ESTÁGIO
	09:00/09:30 Peso e Pequeno-almoço	09:00/09:30 Pequeno-almoço	09:00/09:30 Pequeno-almoço	09:00/09:30 Peso e Pequeno-almoço	09:00/09:30 Pequeno-almoço	
	10:30 Treino	10:00 Saída	10:00 Saída	10:00 Saída	10:30 Treino	
		10:30 Treino	10:30 Treino	10:30 Treino		
	ACADEMIA Nº 4	ACADEMIA Nº 5	S. MARTINHO SANDE	CANDOSO	ACADEMIA Nº 5	
FOLGA	<u>Recuperação ativa</u> . Jogos lúdicos . futevolei . Ginásio <u>Equi. de camisas</u> . Coordenação . Agilidade . subprincipios . Jogos reduzidos . Finalização	. Força específica . Resistência específica . Jogos reduzidos . Subprincipios <u>Op. modelo de jogo</u> . Organização Ofensiva . Mecanização defensiva da linha média	. Resistência específica . Princípios . Jogos reduzidos <u>Op. modelo de jogo</u> . Organização Ofensiva . 1ª Fase de construção <u>Estratégia adversário</u> . 1ª Fase de construção . Organização ofensiva	. Velocidade específica . Velocidade reação . Princípios . Subprincipios <u>Op. modelo de jogo</u> . Organização Defensiva <u>Estratégia adversário</u> . Organização defensiva . Pressão alta . Ataque rápido	. Velocidade reação <u>Estratégia adversário</u> . Esquemas táticos . Cantos defensivos . Cantos Ofensivos . Livres laterais . Livres frontais . Penaltis	15:00 JOGO: SCB (B) x VSC (B)
						FÃO

ESTE PROGRAMA PODE SOFRER ALTERAÇÕES BINO MAÇÃES

31ª SEMANA TREINADOR PRINCIPAL

Figura 18 – Microciclo 31, objetivos

Tabela 13 – Unidade de treino nº 157

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO Nº 157	DATA – 04/02/20	DIA da SEMANA – 3ª feira	LOCAL – Academia Nº 4
DOMINANTE – Jogos reduzidos		NÚMERO DE JOGADORES - 15	PRÓXIMO JOGO – Braga B – VSC B	
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Objetivo: Recuperação ativa	“Futvolei” “Meinhos” Ginásio			75 minutos
Ativação funcional	Corrida baixa intensidade Alongamentos dinâmicos “Meinhos”			20 minutos
Objetivo: Equilíbrio de cargas Conteúdos: Subprincípios Superioridade numérica Ações pretendidas: Circulação rápida Jogo associativo Pressão ao portador da bola	Exercício 4x4+2 Jogo reduzido com objetivo de finalizar numa das duas balizas disponíveis. Jogam 4 contra 4 com o apoio de dois jokers que só atacam. Os jogadores têm a limitação de poderem finalizar numa área delimitada (2m) junto às balizas. Sem limite de toques, e quem marca golo passa a defender. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço – 15x15</u>			15 minutos
Objetivo: Equilíbrio de cargas Conteúdos: Subprincípios Superioridade numérica Ações pretendidas: Rapidez de movimentos Cruzamentos precisos Timing de ataque à bola	Exercício 3x1 + Gr 3 atacantes posicionam-se de frente para o avançado que está a ser defendido por um defesa. O exercício começa com passe de um atacante para o avançado, que devolve no corredor central, para este colocar a bola em profundidade no outro atacante que cruza para um 3x1 na área. <u>Espaço – 15x15</u>			20 minutos
Objetivo: Equilíbrio de cargas Conteúdos: Subprincípios Superioridade numérica Ações pretendidas: Circulação rápida Jogo associativo Pressão ao portador da bola	Exercício 4x4+4 + Gr Jogo reduzido com três equipas. Jogam uma equipa contra outra no espaço de jogo com a terceira equipa posicionada do lado de fora do campo a servirem de apoios laterais e frontais. Jogos de 3 minutos, sem limite de toques com o objetivo de finalizar na baliza. As equipas jogam entre elas a duas voltas. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço – 20x20</u>			Jogos de 3 minutos num total de 20 minutos
TOTAL - 75 Minutos				

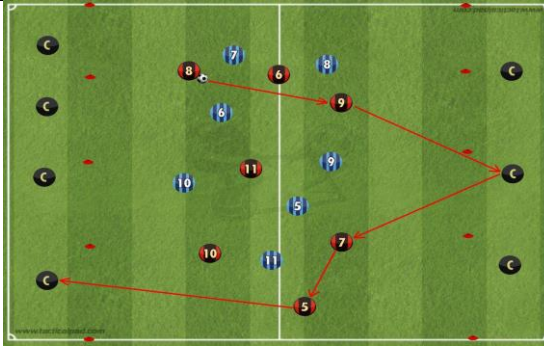
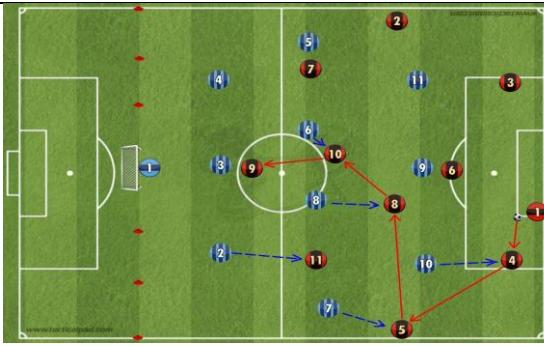
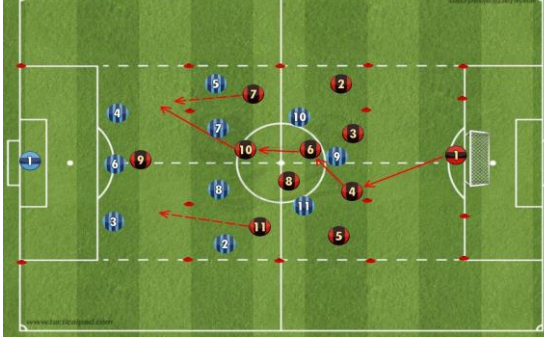
Treino de recuperação ativa, complementado com trabalho de ginásio para os titulares do jogo anterior. Para os restantes elementos presentes no treino, foi proporcionado um conjunto de exercícios em espaço reduzido com vários objetivos, entre eles, equilibrar as cargas em relação aos titulares. Os jogadores mostraram-se confiantes, passando por uma boa fase de resultados e demonstrando bastante alegria e competitividade nos exercícios. Os objetivos propostos foram todos alcançados.

Tabela 14 – Unidade de treino nº 158

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO N° 158	DATA – 05/02/20	DIA da SEMANA – 4ª feira	LOCAL – Academia N° 5
DOMINANTE – Jogos reduzidos		NÚMERO DE JOGADORES - 24	PRÓXIMO JOGO – Braga B – VSC B	
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Ativação funcional	Agilidade/coordenação Circuito de força Exercício potência			25 minutos
<p>Objetivos: Mecanização defensiva da linha média</p> <p>Conteúdos: Subprincípios</p> <p>Ações pretendidas: Critério no passe Circulação rápida Concentração defensiva</p>	<p>Exercício 5x5 + Gr Jogo reduzido com objetivo de finalizar numa das balizas. A bola começa sempre nos 4 jogadores vermelhos, que têm o objetivo de fazer um passe para os 2 atacantes jogarem contra 1 defesa num espaço de jogo delimitado. Os 4 médios azuis tentam interceptar o passe não podendo sair da sua zona delimitada. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – 15x15</p>			Séries de 3 minutos num total de 15 minutos
<p>Objetivos: Exercitar a manutenção da posse de bola Exercitar a 1ª fase de construção</p> <p>Conteúdos: Subprincípios</p> <p>Ações pretendidas: Jogo associativo Execução rápida Reação à perda de bola</p>	<p>Exercício 5x5 + Gr Jogo reduzido com objetivo de finalizar na baliza. Joga ataque contra defesa sem limites de toques. Duas equipas de ataque jogam contra duas equipas de defesa em 2 espaços de jogo. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – 20x20</p>			15 minutos
<p>Objetivos: Exercitar a manutenção da posse de bola Pressão ao portador da bola</p> <p>Conteúdos: Subprincípios</p> <p>Ações pretendidas: Jogo associativo Criatividade Reação à perda de bola</p>	<p>Exercício 6x6 + Gr Jogo reduzido com objetivo de finalizar na baliza. Os jogadores posicionam-se aleatoriamente no espaço de jogo. Duas equipas jogam no espaço de jogo, com a terceira equipa a fazer trabalho de finalização após cruzamento. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – 20x20</p>			20 minutos
TOTAL - 75 Minutos				

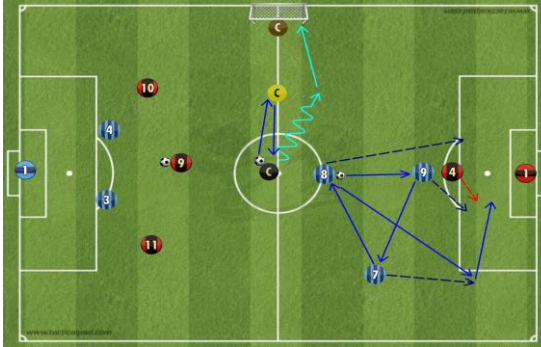
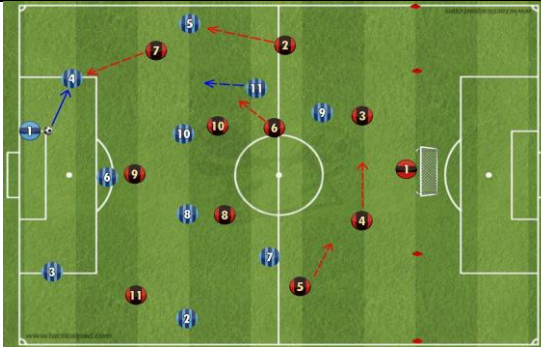

Os jogadores comprometidos e motivados proporcionaram um treino bastante competitivo, onde foram concretizados todos os objetivos propostos. No exercício do ataque contra a defesa, ficou demonstrada a consistência da linha defensiva, devido à dificuldade em finalizar das equipas atacantes. No exercício anterior, a linha média teve uma boa capacidade para fechar linhas de passe, revelando bastante concentração e capacidade de basculação. No último exercício, duas equipas jogavam entre si, enquanto a terceira a realizava exercícios de finalização (rotação).

Tabela 15 – Unidade de treino nº 159

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO Nº 159	DATA – 06/02/20	DIA da SEMANA – 5ª feira	LOCAL – Sande
DOMINANTE – Tático-estratégico		NÚMERO DE JOGADORES - 23	PRÓXIMO JOGO – Braga B – VSC B	
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Ativação funcional	Alongamentos dinâmicos Saídas em velocidade (20m) Exercício, passe médio			20 minutos
<p>Objetivos: Exercitar a manutenção da posse de bola Pressão ao portador da bola</p> <p>Conteúdos: Subprincípios</p> <p>Ações pretendidas: Pressão sobre a bola Circulação rápida</p>	<p>Exercício 7 x 7 + 7 No espaço de jogo, jogam 7 contra 7. Nas extremidades do campo existem duas zonas delimitadas com 7 jokers divididos. O objetivo das equipas é circular a bola de uma extremidade à outra e assim sucessivamente. Sistema de rotação de equipas, onde jogam todos contra todos a duas voltas. Sem limite de toques. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço – 25x25</u></p>			15 minutos
<p>Objetivo: Estratégia adversário</p> <p>Conteúdos: Organização ofensiva 1ª fase construção Relações intersectoriais</p> <p>Ações pretendidas: Coberturas ofensivas Circulação rápida</p>	<p>Exercício 10 x 10 + Gr A equipa azul posiciona-se de acordo com o posicionamento do adversário, reproduzindo as suas dinâmicas de pressão alta. A equipa de vermelho treina a 1ª fase de construção, mediante as dinâmicas do nosso modelo de jogo, e a estratégia usada para ultrapassar a forma como o adversário pressiona. O jogo recomeça sempre curto no Gr. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço – ¾ campo</u></p>			20 minutos
<p>Objetivo: Operacionalização do modelo de jogo</p> <p>Conteúdos: Organização ofensiva Relações intersectoriais e intrasectoriais</p> <p>Ações pretendidas: Circulação rápida Objetividade na zona atacante</p>	<p>Exercício 10 x 10 + Gr O jogo recomeça sempre na equipa vermelha, que tem o objetivo de transportar a bola de um espaço de jogo (9x7), para um 2º espaço onde atacam 3 avançados para 3 defesas. Os extremos são os únicos jogadores que podem transitar de um espaço para outro para poderem finalizar. A equipa azul tem o objetivo de recuperar a bola no 1º espaço para finalizar. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço – ¾ campo</u></p>			20 minutos
TOTAL - 75 Minutos				

A unidade de treino número 159 teve como objetivos a operacionalização do modelo de jogo, com incidência na organização ofensiva com uma rápida circulação de bola, com estratégia em função do adversário. No último exercício da unidade de treino, foi salientada a organização ofensiva, com ataque rápido no último terço. No penúltimo exercício, reproduziu-se a nossa estratégia de construção, em função da forma como o adversário poderia pressionar, sendo que inicialmente, os jogadores revelaram dificuldades em ultrapassarem esta forma de pressionar.

Tabela 16 – Unidade de treino nº 160

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO Nº 160	DATA – 07/02/20	DIA da SEMANA – 6ª feira	LOCAL – Candoso
DOMINANTE – Tático-estratégico		NÚMERO DE JOGADORES - 24	PRÓXIMO JOGO – Braga B – VSC B	
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Ativação funcional	“Meinhos” Velocidade de reação Exercício de posse de bola com 3 equipas			25 minutos
Objetivos: Ações rápidas com finalização	Exercício com 3 estações <u>Estação 1</u> - 3 jogadores atacam 2 defesas numa ação rápida de finalização <u>Estação 2</u> - 1 jogador de frente para a baliza e outro posicionado de costas para a baliza. O 1º jogador faz um passe para o 2º, este devolve, e o 1º faz um drible e finaliza. <u>Estação 3</u> - 3 jogadores atacam 1 defesa. Triangulação em passe que termina com um cruzamento para a área onde aparece uma situação de 2 atacantes contra 1 defesa para finalizar			6 minutos por série num total de 20 minutos
Conteúdos: Subprincípios				
Ações pretendidas: Ações rápidas Execução rápida Boa capacidade decisão				
Objetivo: Estratégia adversário	Exercício 10 x 10 + Gr A equipa azul posiciona-se de acordo com o posicionamento do adversário, reproduzindo as suas dinâmicas de construção. O jogo começa e recomeça sempre no seu Gr, com passe curto ou médio. A equipa de vermelho condiciona o pontapé de baliza ou a 1ª fase de construção, em função da estratégia adotada, tentando recuperar a bola para atacar rápido ou em o. ofensiva. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço</u> – ¾ campo			15 minutos
Conteúdos: Organização defensiva Pressão alta				
Ações pretendidas: Tapar linha de passe para o ala Retirar a bola do centro de jogo				
Objetivos: Exercitar a manutenção da posse de bola Pressão ao portador da bola	Exercício 7 x 7 + 7 + Gr 3 equipas de 7 jogadores jogam o exercício Holandês em ¾ campo. Duas equipas jogam no espaço de jogo, com o objetivo de ir atacar a 3ª equipa noutro espaço de jogo, e assim sucessivamente. Se a equipa que defende não sofrer golo ou recuperar a bola, vão atacar a 3ª equipa. Se a equipa que ataca perder a bola, podem tentar recuperar até a limitação do espaço de jogo. Quem finaliza continua a atacar.			15 minutos
Conteúdos: Subprincípios				
Ações pretendidas: Ações rápidas Execução rápida Boa capacidade decisão				
TOTAL - 75 Minutos				

Na parte inicial da unidade de treino, foi realizado um exercício de posse de bola com três equipas, em que foram concretizados os objetivos propostos. Posteriormente, foi proposto um exercício por estações, que privilegiava ações rápidas de finalização. Foi ainda treinada a estratégia defensiva, mais concretamente, a pressão alta em função do adversário e por fim,

um competitivo jogo Holandês. Os jogadores focados e motivados, proporcionaram um grande treino.

Tabela 17 – Unidade de treino nº 161

FICHA UNIDADE DE TREINO				
ÉPOCA – 2019-20	TREINO Nº 161	DATA – 08/02/20	DIA da SEMANA – Sábado	LOCAL – Academia Nº 5
DOMINANTE – Estratégico		NÚMERO DE JOGADORES - 23	PRÓXIMO JOGO - Braga B – VSC B	
OBJECTIVOS	DESCRIÇÃO	IMAGEM		TEMPO
Ativação funcional	“Meinhos” Velocidade de reação Alongamentos dinâmicos			20 minutos
<p>Objetivo: Estratégia adversário</p> <p>Conteúdos: Livres ofensivos Livres defensivos</p> <p>Ações pretendidas: Rigor estratégico Ataque à bola agressivo Concentração defensiva</p>	<p>Exercício 10 x 10 + Gr Neste exercício de livres laterais em contexto de jogo, prepara-se a equipa para o próximo jogo em termos estratégicos. Jogo em meio campo, em que o recomeço acontece sempre com um livre lateral. Jogo contínuo sempre que a bola não sai do espaço de jogo após a marcação do livre lateral. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço – 2/3 campo</u></p>			10 minutos
<p>Objetivo: Estratégia adversário</p> <p>Conteúdos: Cantos ofensivos Cantos defensivos</p> <p>Ações pretendidas: Rigor estratégico Ataque à bola agressivo Concentração defensiva</p>	<p>Exercício 10 x 10 + Gr Neste exercício de cantos em contexto de jogo, prepara-se a equipa para o próximo jogo em termos estratégicos. Jogo em meio campo, em que o recomeço acontece sempre com um canto. Jogo contínuo sempre que a bola não sai do espaço de jogo após a marcação do canto. <u>Sem limite de toques</u> <u>Espaço – 2/3 campo</u></p>			10 minutos
<p>Objetivo: Equilíbrio de cargas</p> <p>Conteúdos: Subprincípios</p>	Os vários marcadores de livres diretos e penaltis praticam estas ações de jogo.			20 minutos
TOTAL - 60 Minutos				

Unidade de treino dedicado à estratégia nas bolas paradas para o próximo jogo. Os jogadores interpretaram e executaram o pretendido, revelando concentração, empenho e compromisso.

7.2.1 Reflexão do microciclo 31

Por ser uma semana diferente, uma vez que antecedeu um dérbi bastante significativo para os clubes, os jogadores estiveram focados e motivados durante todo o microciclo de treino. Independentemente da importância da semana, o processo de treino manteve-se inalterado e como sempre, o foco principal foi o nosso jogar. Como o objetivo era a vitória, foi dada bastante importância à finalização, sendo proporcionados diferentes exercícios que estimulavam o momento do golo. Na minha opinião, esta mensagem foi decisiva para que os jogadores interiorizassem, no seu consciente e subconsciente que só a vitória interessava.

Em termos estratégicos, foi valorizada a organização ofensiva e as suas dinâmicas, nomeadamente, a organização defensiva, mais concretamente a pressão alta. Também aqui foi reforçado o nosso objetivo: impor a nossa forma de jogar com foco na vitória.

Os sistemas táticos foram treinados exaustivamente, no último treino da semana e a equipa técnica demonstrou o impacto que este momento poderia ter no jogo.

Revelou-se um microciclo com muita qualidade por parte de todos os intervenientes do processo, que deram bastantes indicadores de uma possível grande exibição no dérbi.

7.2.2 Reflexão do jogo Braga B – VSC B

Apesar da importância do jogo, todos os procedimentos no estágio e que antecederam o próprio jogo mantiveram-se inalterados. Apesar de uma tensão diferente por ser um dérbi especial, sentia-se muita confiança na vitória e isso refletiu-se durante o estágio, principalmente na sessão de vídeo.

Antes do jogo e com a divulgação das equipas, percebemos que o Braga B ia mudar estruturalmente, jogando num 1-4-4-2 nunca antes experimentado. A equipa vinha num ciclo de resultados menos positivos, que também coincidiu com a troca de equipa técnica.

O jogo começou da pior forma, pois sofremos na primeira jogada do encontro, com bastante demérito da nossa equipa. Um péssimo início que não ia de encontro à boa semana de treinos, nem na confiança demonstrada em todos os seus momentos. Apesar desse erro infantil, a equipa não vacilou e foi reagindo lentamente, até aos quinze minutos. A partir daí, o jogo ficou equilibrado e a dez minutos antes do intervalo, começamos a superiorizar, impondo a nossa forma de jogar, tal como a equipa técnica tinha idealizado durante a semana, culminando com o nosso golo de penalti, concretizado pelo avançado João Pedro.

A segunda parte trouxe o domínio do jogo por parte da nossa equipa, resultando em dois golos, proporcionados por boas combinações ofensivas e que deram justiça no marcador. Apesar de o Braga B ter reduzido o marcador, num bom golo de livre direto a meio da

segunda parte, nunca foi capaz de pôr em causa a nossa vitória. A equipa do Vitória B controlou o jogo com bola até seu final e com as substituições, também conseguiu controlar taticamente, independentemente de o treinador adversário ter arriscado tudo, na parte final do jogo.

Na análise pós-jogo e na reflexão sobre o mesmo, fica a certeza de um grande jogo da nossa equipa, num campo difícil e num dérbi extremamente importante para os clubes. Foi uma semana perfeita, que revelou muita competência de todos os intervenientes do processo.

7.3 Comparação e reflexão dos microciclos 21 e 31

Os dois microciclos aconteceram em diferentes momentos e com a liderança de diferentes equipas técnicas. Com diferenças a nível da liderança e das dinâmicas do modelo de jogo, os microciclos foram idênticos na sua base, privilegiando sempre o nosso jogar. A relação e o ambiente vivido nos dois microciclos foram diferentes, até porque o microciclo 31 antecedia um dérbi, um jogo distinto para todos os intervenientes. Os ciclos de resultados antes destes microciclos também foram idênticos, embora a confiança dos jogadores no microciclo 31 fosse maior, devido à “evolução” do processo de treino e jogo, sentida após a entrada da nova equipa técnica.

A minha ação nos microciclos foi idêntica, passando por filmar todas as unidades de treino e observar os adversários, apresentando o relatório escrito à equipa técnica e posterior vídeo a ser visualizado pelos jogadores. Pessoalmente, também senti o efeito do jogo com o Braga B. O meu nível de tensão e ansiedade também se acentuaram nos dias que antecederam o jogo, embora a motivação e dedicação fosse a mesma em relação a todos os microciclos.

8 Situação Covid 19

Infelizmente, e devido à efetivação da pandemia, o campeonato foi interrompido e o objetivo coletivo da subida não foi concretizado. Todo o grupo e *staff* estavam confiantes já que a evolução era sentida a vários níveis, principalmente no processo de jogo e nos resultados.

Pessoalmente, fiquei bastante abalado uma vez que estava extremamente satisfeito e a viver a fundo a experiência, também pelas relações que se criaram.

Inicialmente, aproveitei esta fase para fazer uma reflexão e autoavaliação de todo o trabalho realizado e cheguei à conclusão que poderia ter introduzido a análise de dados quantitativos

dos adversários nos relatórios escritos, fornecendo assim mais dados e informação à equipa técnica.

Esta fase também foi aproveitada para concluir alguns processos que tinha iniciado, tais como a análise e comparação de dados da nossa equipa baseada em estatísticas (Anexo 3) e o estudo do campeonato (capítulo 11). Depois de terminar estes processos, dediquei-me à estruturação deste relatório, com objetivo de finalizar esta etapa.

Neste período fui convidado para dar uma palestra (Figura 18) aos alunos da licenciatura em Desporto do Instituto Politécnico da Guarda (IPG) no dia 8 de junho, subordinada ao tema *Novas Tecnologias, Desporto e Performance* (Anexo 4). Nesta apresentação expliquei de forma sucinta as áreas de intervenção de um analista/observador, a forma como trabalham na atualidade, que tecnologias e plataformas são usadas e abordei ainda algumas tendências futuras de todo este processo.

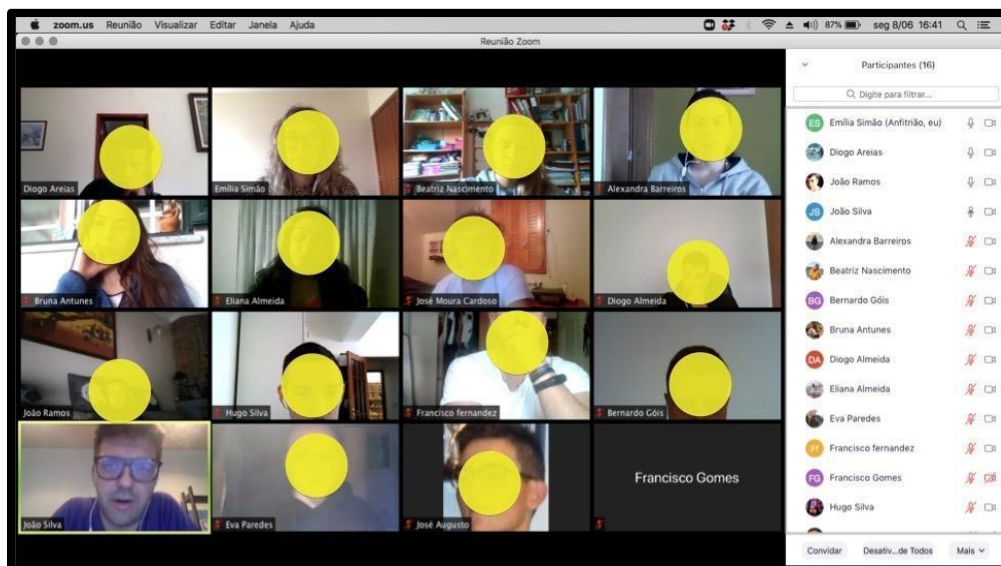


Figura 19 – Palestra no Instituto Politécnico da Guarda

Devido às contingências do momento, a aula palestra aconteceu na plataforma Zoom. Gostei bastante da experiência e da possibilidade de partilhar com os alunos as minhas experiências. O grupo foi bastante interventivo e a palestra alongou-se mais do que o previsto, o que para mim, foi um motivo de satisfação. Nesta fase, também aproveitei para aprofundar os meus conhecimentos sobre as tendências futuras de análise.

Embora esta fase se tenha revelado produtiva em alguns aspetos, sinto que perdi o fundamental: o processo diário coletivo, a competição e a subida de divisão.

9 Desenvolvimento profissional

É preciso saber estar na arena do futebol, existem elementos críticos que o analista/observador tem de reconhecer na estrutura do clube, nomeadamente, normas culturais e sociais enraizadas na sua cultura (Mesquita, 2016). A autora questiona também se existe espaço para sermos nós próprios, para tomarmos decisões sem medo de errar e se existe liberdade para expormos as nossas ideias, sem nos sentirmos ameaçados. Estas reflexões são bastante assertivas e mesmo num contexto de estágio, devem ser tidas em conta para sermos bem-sucedidos.

As relações interpessoais, experiências, vivências e reflexões proporcionadas ao longo deste estágio, foram importantes para a continuação do meu desenvolvimento pessoal e profissional, tornando-me mais competente, perspicaz, responsável, autónomo e autodidata. A minha experiência como analista/observador era nula, apesar de esta ter sido sempre uma área do meu interesse. Considero assim que uma das maiores mais valias deste estágio foi ter trabalhado com um departamento profissional, exclusivamente direcionado para análise/observação.

Este percurso permitiu-me uma aprendizagem significativa sobre o jogo já que observar diferentes equipas, trabalhadas por diferentes treinadores e com modelos de jogo distintos, ajudou claramente a desenvolver as minhas competências.

A observação de todos os treinos permitiu-me também uma grande aprendizagem na elaboração de exercícios e também na liderança e gestão do grupo e seus feedbacks.

Consolidei algumas capacidades ao nível de alguns programas e plataformas como *Powerpoint*, *Excel*, *SportsCode* e *Instat*, que serviram de base para realizar o meu trabalho de análise, quantificação de dados, edição de imagens e vídeos.

Percebi que ao longo do estágio, a confiança depositada em mim foi crescendo, associada também a uma maior exigência, o que interpreto como um reforço positivo.

10 Conclusões e perspetivas futuras

Segundo Carneiro (2016), em qualquer experiência nova o início nunca se afigura fácil, ou porque não estamos adaptados ao meio ou porque estamos “presos” em termos de autonomia e saber, sendo por isso normal qualquer sentimento de nervosismo ou ansiedade perante o desconhecido.

Atualmente, independentemente da instituição ou departamento que se integre, a multipluralidade de competências e de funções são uma constante. A meu ver, a acumulação de valências acaba por reforçar a valorização pessoal, também importante em contexto laboral.

No futebol, a evolução é constante, sendo de extrema importância o empenho, profissionalismo e autodesenvolvimento, no sentido de nos afirmarmos e estarmos constantemente atualizados para o nosso sucesso e da instituição que representamos.

Assim, da elaboração, análise e reflexão acerca deste relatório e do processo de estágio, conclui-se que:

- A existência de um departamento de observação e análise deve assentar numa estrutura bem definida. É fundamental num clube de elite, seja no alto rendimento ou na formação, sendo que as funções dentro da estrutura devem estar previamente definidas, para que todos os elementos constituintes saibam para onde, quando e como devem ir.
- É essencial respeitar todos os procedimentos e processos previamente estabelecidos pelo responsável/coordenador do departamento, com um fluxo de informação efetiva e assente em padrões de comunicação assertiva e ainda, cultivando a preservação de um bom ambiente de trabalho.
- A cultura da organização deve ser preservada e potenciada, mesmo que não vá ao encontro das nossas pretensões.
- A importância da observação da própria equipa na transição do treino para o jogo, e se esta acontece dentro do planeamento idealizado pela equipa técnica.
- A observação das equipas adversárias é fundamental para a organização e planeamento da semana de treinos e para a melhoria do rendimento coletivo da equipa.
- A observação dos adversários não pressupõe modificar a nossa forma de treinar e jogar, mas antes proporcionar a realização de ajustes estratégicos para os jogos, através dos princípios que pertencem ao modelo de jogo.
- A análise torna-se imprescindível na perceção da intencionalidade dos comportamentos, dos seus pontos fracos e fortes e para a concretização dos objetivos.
- É importante o treinador ser bom líder e um bom motivador, já que o seu papel não deve ser apenas entendido no âmbito das suas funções técnicas ou táticas. É essencial

considerar a pessoa que está por trás do jogador, do elemento da equipa técnica ou do staff. A capacidade de liderança é fundamental para o sucesso.

- A interação entre os elementos da equipa técnica é essencial, tendo por base a confiança e a partilha de ideias e conhecimentos.
- O processo de aprendizagem é contínuo, dinâmico, e deve ser interiorizado como um todo abrangente, que transcende as fronteiras do futebol. Como refere Frade (2007) “*quem só sabe de futebol, nem de futebol sabe*”.
- O modelo de jogo é vital em todo o processo de treino. Para os jogadores funcionarem como um todo é fundamental uma comunhão de ideias, princípios, e formas de jogar.

Em relação às perspetivas de futuro, tenho a convicção que os ensinamentos, as exigências e a capacidade de superação que esta oportunidade me concedeu marcarão o meu desempenho futuro nesta prática profissional. Os meus objetivos pessoais passam pelo rigor, trabalho, resiliência e confiança, pelo que os meus objetivos profissionais serão sempre construídos nesta base.

11 Estudo de caso

11.1 Título

Análise de comportamentos padrão nas equipas adversárias da equipa B do Vitória SC, no campeonato de Portugal 2019/20. (Anexo 5a)

11.2 Resumo

Este pequeno estudo teve como objetivo analisar comportamentos específicos evidenciados pelas equipas adversárias da equipa B do Vitória SC, durante o campeonato de Portugal 2019/20. A amostra – as equipas adversárias – foi composta por 17 equipas do campeonato⁴ partilhado com a equipa B do Vitória SC. Este estudo permitiu perceber vários comportamentos padrão manifestados e identificar tendências durante o campeonato, distribuídas pelos momentos de jogo, analisando as 17 equipas adversárias nos vários momentos de jogo.

⁴Campeonato de Portugal – Série A. Foi apenas a primeira volta do campeonato, devido à sua suspensão pela Covid 19.

Os dados recolhidos permitiram ainda destacar algumas semelhanças e diferenças entre os 5 cinco primeiros e os 5 últimos classificados, que se destacam como complemento a este estudo, nos anexos (Anexo 5b).

Palavras-chave: Futebol; Campeonato, Comportamentos, Padrões

11.3 Enquadramento teórico

A maior utilidade da análise e observação de jogo deve também residir na meta-análise, isto é, na capacidade de ver mais além dos dados recolhidos. A recolha é importante, mas mais importante ainda é a sua organização, análise e a sua utilização efetiva. Não é nova a consciência da importância da recolha de dados, que para além de serem úteis na competição propriamente dita, são também importantes nos processos de formação e de treino (Gréhaigne & Godbout, 1998).

Os estudos descritivos são uma mais valia para o entendimento das dinâmicas comportamentais e táticas coletivas das equipas. A análise de jogos para a obtenção de informação sobre o desempenho das equipas permite delinear procedimentos e recursos para a concretização dos objetivos (Lames & Hansen, 2001). Existem estudos sobre a componente tática adotada pelas equipas, sendo importante uma análise qualitativa, mas também uma análise quantitativa. Os estudos sobre a componente tática ou organizacional dos jogos de futebol procuram essencialmente análises multidimensionais do que acontece no jogo, configurando e interpretando situações (Shestakov *et al.*, 2009).

Ao longo do tempo, tem havido vários métodos de análise no futebol: O *Team Sports Performance Assessment Procedure* (TSAP), que permite obter dados quantitativos do desempenho global ofensivo de um jogador em relação aos aspectos técnicos e aspectos táticos; o *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI), que possibilita a observação e codificação dos comportamentos ofensivos e defensivos dos jogadores; o *Qualitative Game Analysis* (QGA), enquanto método interpretativo de observação no alto rendimento, baseado em metodologia qualitativa; testes do KORA para avaliar o desempenho tático. (Costa, Grego & Garganta, 2010) entre muitos outros. A variedade de modelos de análise, registo e processamento de dados, recorre tanto a métodos qualitativos como quantitativos e são extremamente importantes para entender e analisar o jogo e as formas de jogar das equipas e dos jogadores.

11.4 Objetivos

Identificar padrões comportamentais das equipas adversárias.

11.5 Metodologia

Foi utilizada uma metodologia da observação direta, recolhida em vídeo e traduzida por relatórios escritos sobre os adversários, posteriormente apresentados à equipa técnica. Como recursos, foram utilizadas duas ferramentas para analisar a informação recolhida e convertida em dados para análise, o Excel e o *RCode*.⁵

Depois de recolhidos, os dados foram organizados por 4 categorias:

- Valores padrão** - todos os dados registados a partir de 65% do valor bruto (traduzidos por 11 equipas em 17 possíveis)
- Tendência forte** – dados compreendidos entre 40% e 64%
- Tendência razoável** - dados compreendidos entre 20% e 39%
- tendência pouco significativa** - dados compreendidos entre 1% e 19%

11.6 Resultados do estudo

Na primeira parte, focada na observação dos **comportamentos padrão**, foram verificados os seguintes resultados:

11.6.1 Sistemas posicionais

a) Sistema posicional adversário

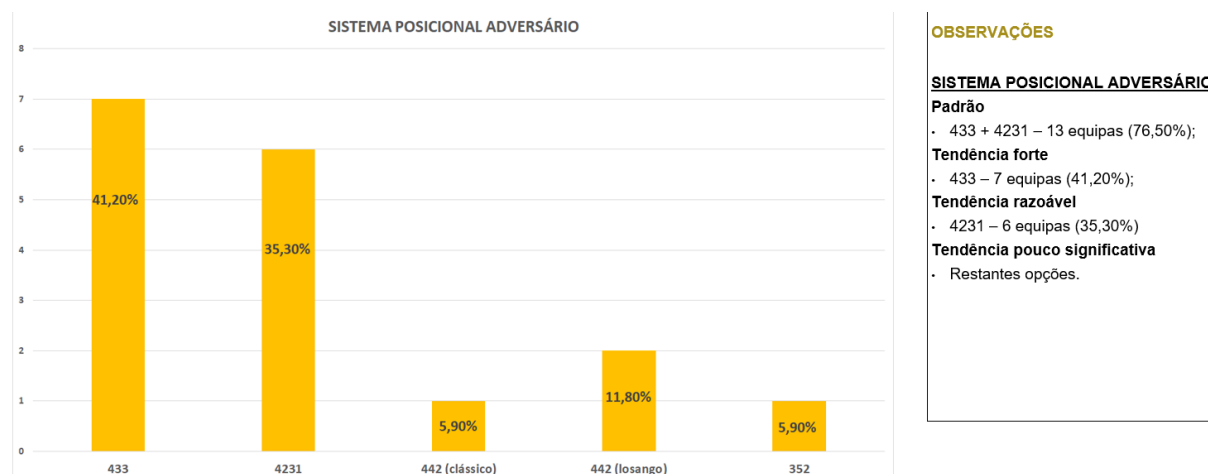


Figura 20 – Sistema posicional adversário

⁵ <https://www.pgm-solutions.com/rcode>

b) Sistema posicional defensivo

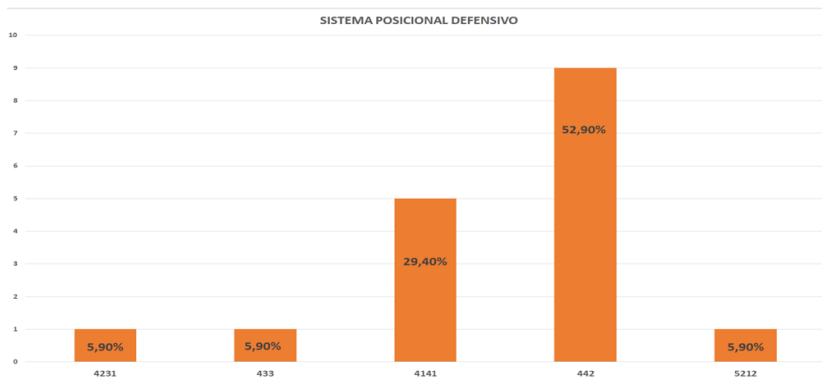


Figura 21 – Sistema posicional defensivo

OBSERVAÇÕES

SISTEMA POSICIONAL DEFENSIVO

Padrão

- 4141 + 442 – 14 equipas (82,30%);

Tendência forte

- 442 – 9 equipas (52,90%);

Tendência razoável

- 4141 – 5 equipas (29,40%);

Tendência pouco significativa

- Restantes opções.

c) Posicionamento defensivo do bloco

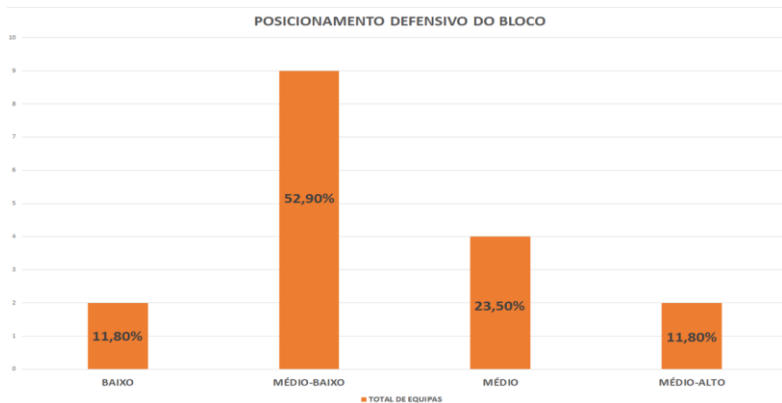


Figura 22 – Sistema posicional adversário

OBSERVAÇÕES

POSICIONAMENTO DEFENSIVO DO BLOCO

Tendência forte

- 442 – 9 equipas (52,90%);

Tendência razoável

- Médio – 4 equipas (23,50%);

Tendência pouco significativa

- Baixo – 2 equipas (11,80%);
- Médio-alto – 2 equipas (11,80%).

11.6.2 Organização defensiva

a) Posicionamento defensivo na saída a 3

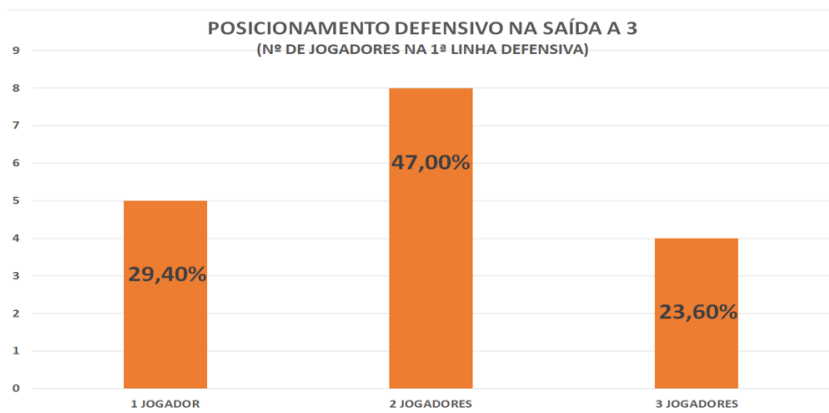


Figura 23 – Posicionamento defensivo na saída a 3

OBSERVAÇÕES

POSICIONAMENTO DEFENSIVO NA SAÍDA A 3

Tendência forte

- 2 jogadores – 8 equipas (47%);

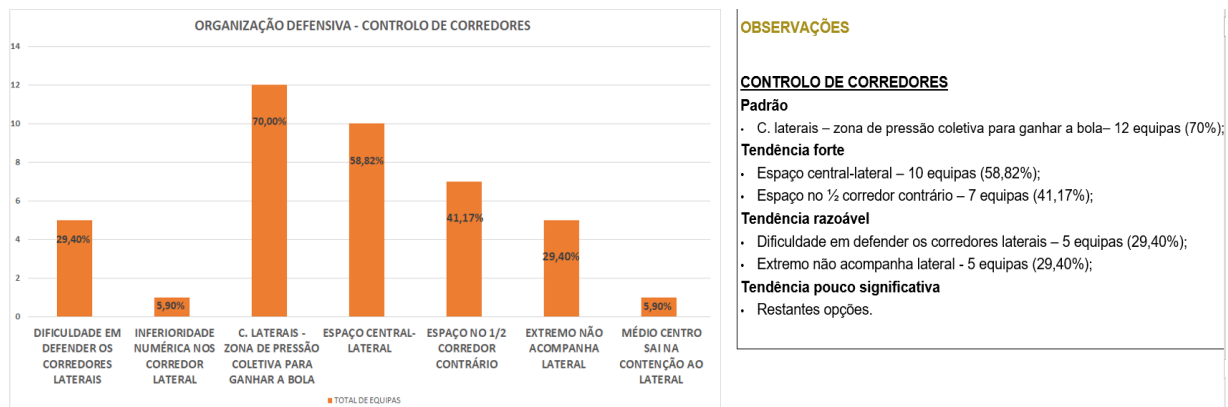
Tendência razoável

- Médio – 4 equipas (23,50%);

Tendência pouco significativa

- Baixo – 2 equipas (11,80%);
- Médio-alto – 2 equipas (11,80%).

b) Controlo de corredores



OBSERVAÇÕES

CONTROLO DE CORREDORES

Padrão

- C. laterais – zona de pressão coletiva para ganhar a bola – 12 equipas (70%);

Tendência forte

- Espaço central-lateral – 10 equipas (58,82%);
- Espaço no ½ corredor contrário – 7 equipas (41,17%);

Tendência razoável

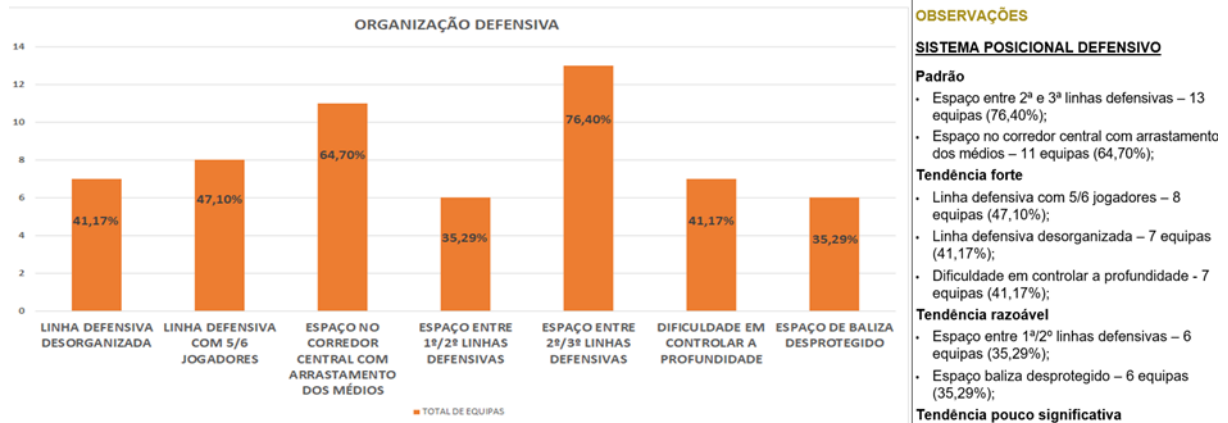
- Dificuldade em defender os corredores laterais – 5 equipas (29,40%);
- Extremo não acompanha lateral - 5 equipas (29,40%);

Tendência pouco significativa

- Restantes opções.

Figura 24 – Controlo de corredores

c) Organização defensiva



OBSERVAÇÕES

SISTEMA POSICIONAL DEFENSIVO

Padrão

- Espaço entre 2ª e 3ª linhas defensivas – 13 equipas (76,40%);
- Espaço no corredor central com arrastamento dos médios – 11 equipas (64,70%);

Tendência forte

- Linha defensiva com 5/6 jogadores – 8 equipas (47,10%);
- Linha defensiva desorganizada – 7 equipas (41,17%);
- Dificuldade em controlar a profundidade - 7 equipas (41,17%);

Tendência razoável

- Espaço entre 1ª/2ª linhas defensivas – 6 equipas (35,29%);
- Espaço baliza desprotegido – 6 equipas (35,29%);

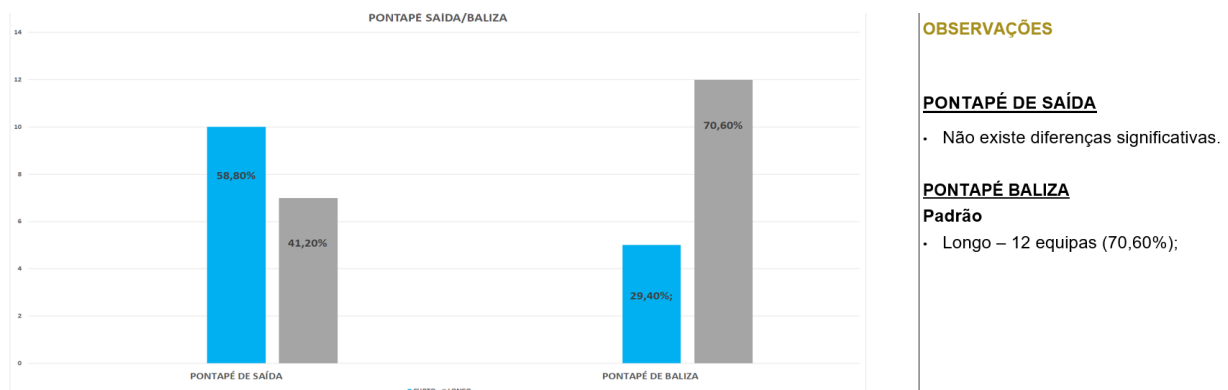
Tendência pouco significativa

- Restantes opções.

Figura 25 – Organização defensiva

11.6.3 Organização ofensiva

a) Pontapé de saída/baliza



OBSERVAÇÕES

PONTAPÉ DE SAÍDA

- Não existe diferenças significativas.

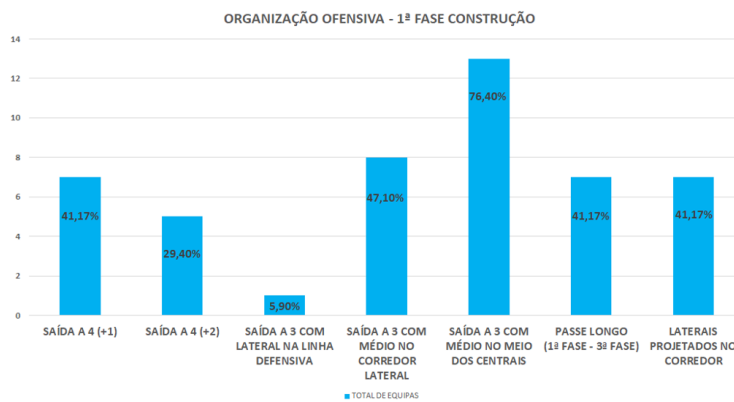
PONTAPÉ BALIZA

Padrão

- Longo – 12 equipas (70,60%);

Figura 26 – Pontapé de saída/baliza

b) 1.ª fase de construção



OBSERVAÇÕES

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA – 1ª FASE CONSTRUÇÃO

Padrão

- Saída a 3 com médio no meio dos centrais – 13 equipas (76,40%);

Tendência forte

- Saída a 3 com médio no corredor lateral – 8 equipas (47,10%);
- Saída a 4 (+1) – 7 equipas (41,17%);
- Passe longo (1ª fase – 3ª fase) - 7 equipas (41,17%);
- Laterais projetados no corredor - 7 equipas (41,17%);

Tendência razoável

- Saída a 4 (+2) – 5 equipas (29,40%);

Tendência pouco significativa

- Restantes opções.

Figura 27 – 1ª Fase de construção

c) 2.ª fase de construção

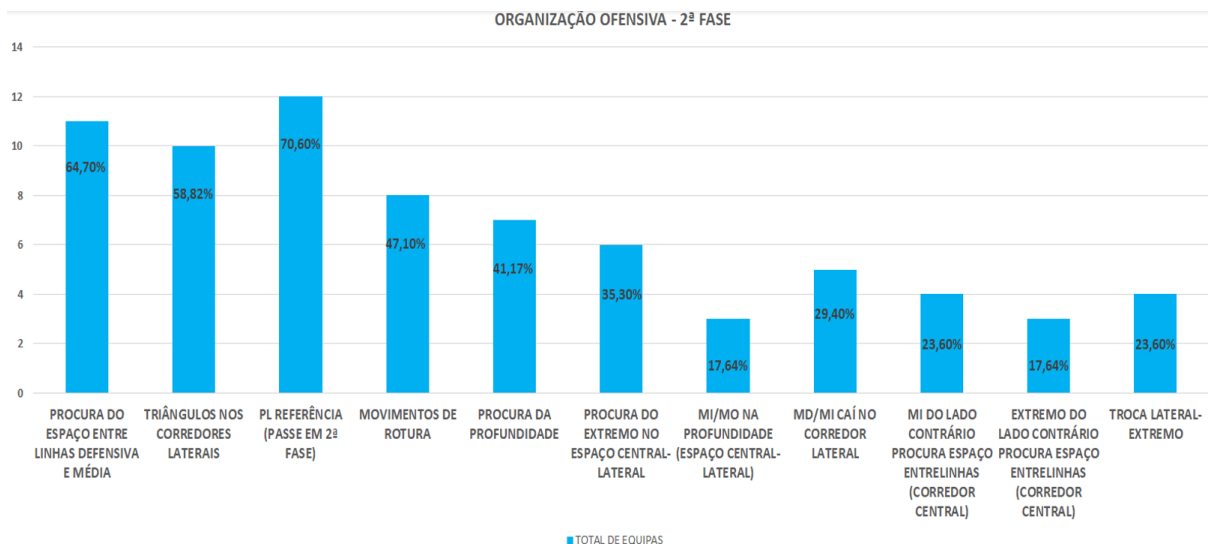


Figura 28 – 2ª Fase de construção

OBSERVAÇÕES

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA (2ª FASE)

Padrão

- Pl referência (passe em 2ª fase) – 12 equipas (70,60%);
- Procura do espaço entre linhas defensiva e média – 11 equipas (64,70%);

Tendência forte

- Triângulos nos corredores laterais – 10 equipas (58,82%);
- Movimentos de rotura – 8 equipas (47,10%);
- Procura da profundidade - 7 equipas (41,17%);

Tendência razoável

- Procura do extremo no espaço central-lateral – 6 equipas (35,30%);
- MD/MI cai no corredor lateral – 5 equipas (29,40%);
- MI do lado contrário procura espaço entrelinhas (corredor central) – 4 equipas (23,60%);
- Troca lateral-extremo – 4 equipas (23,60%);

Tendência pouco significativa

- Restantes opções.

11.6.4 Transição defensiva

a) Transição defensiva

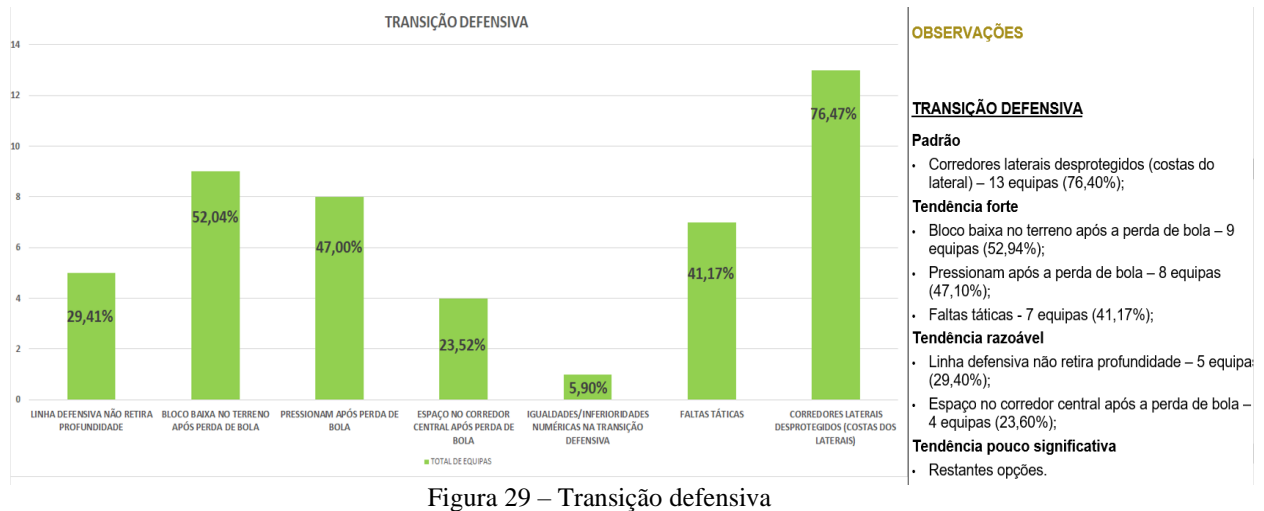


Figura 29 – Transição defensiva

11.6.5 Transição ofensiva

a) Transição ofensiva 1

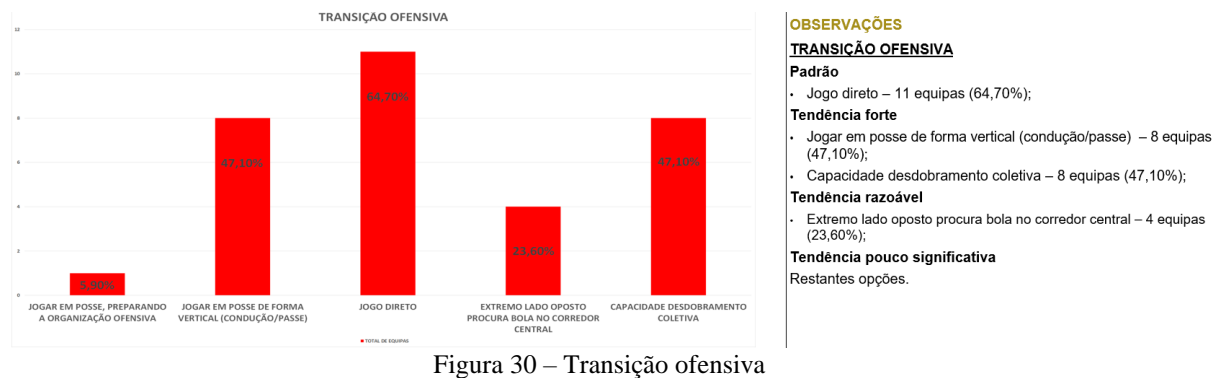


Figura 30 – Transição ofensiva

b) Transição ofensiva 2

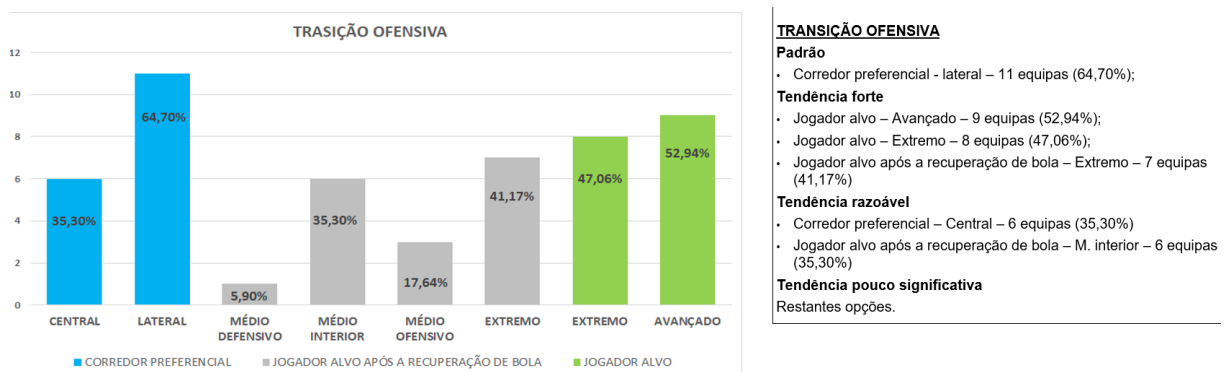


Figura 31 – Transição ofensiva 2

11.7 Conclusões

De acordo com a análise dos dados apresentados em relação à primeira parte deste estudo, em que o objetivo principal é destacar os comportamentos padrão das equipas adversárias, conclui-se que os **sistemas táticos** padrão evidenciam-se: no sistema posicional 1-4-3-3 e 1-4-2-3-1 e no sistema posicional defensivo 1-4-1-4-1 e o 1-4-4-2. Na **organização defensiva**, o padrão regista-se no recurso aos corredores laterais enquanto zona preferencial para ganhar a bola; no espaço entre 2.^a e 3.^a linhas defensivas; e no espaço do corredor central com o afastamento dos médios. Na **organização ofensiva**, o padrão verifica-se na saída a 3 com o médio no meio das defesas centrais e no avançado como referência (passe em 2.^a fase); na procura do espaço entre linhas defensiva e média e também no pontapé de baliza longo.

Na **transição defensiva**, destaca-se a desproteção dos corredores laterais (costas do lateral).

Na **transição ofensiva**, regista-se no jogo direto para os avançados e no corredor lateral como preferencial para a transição ofensiva.

Ainda que não possam ser consideradas comportamento padrão, verificaram-se algumas tendências fortes de comportamento nos diversos momentos de jogo.

12 Referências Bibliográficas

- Barreira, D., Garganta, J., Prudente, J., & Anguera, M. T. (2012). Desenvolvimento e validação de um sistema de observação aplicado à fase ofensiva em Futebol: SoccerEye. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 12(3).
- Batista, P., & Queirós, P. (2013). O estágio profissional enquanto espaço de formação profissional. In P. Batista, P. Queirós, & R. Rolim, (Eds.) *Olhares sobre o Estágio Profissional em Educação Física* (pp. 31-52). Porto: Ed. FADEUP-UP.
- Bell, J. (1997). *Como realizar um projeto de investigação*. Coleção Trajetos. Lisboa: Ed. Gradiva.
- Carling, C., Williams, M. & Reilly, T. (2005). *Handbook of Soccer Match Analysis. A systematic approach to improving performance*. London: Routledge.
- Carneiro, C. (2016). *Modus operandi de um analista de jogo em contexto de Seleção Nacional de Futebol*. (Dissertação de Mestrado, Faculdade de Desporto da Universidade do Porto, Porto, Portugal).
- Castelo, J. (1996). *Futebol - a organização do jogo*. Lisboa: Ed. do autor.
- Castelo, J. (2009). *Futebol: organização dinâmica do jogo*. Lisboa: Centro de Estudos de Futebol da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias, 3ª ed.
- Costa, I. T. D., Garganta, J., Greco, P. J., Mesquita, I., & Seabra, A. (2010). Influence of relative age effects and quality of tactical behaviour in the performance of youth soccer players. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 10(2), 82-97.
- Costa, I. T., Garganta, J., Greco, P. J., & Mesquita, I. (2010). Análise e avaliação do comportamento tático no futebol. *Journal of Physical Education*, 21(3), 443-455.
- Dias, C. (2009). *Análise Tática no Futebol: Estudo exploratório dos comportamentos táticos desempenhados por jogadores no campo relvado e no campo pelado*. (Monografia de

Licenciatura, Faculdade de Ciências de Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, Portugal).

Frade, V. (2014) *“Fora de jogo” o tempo todo*. Estoril: Prime Books.

Garganta, J. (1996). Modelação da Dimensão Táctica do Jogo de Futebol. In J. Oliveira, & F. Tavares (Eds.) *Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos*. pp. 63-82 Porto: Centro de Estudos dos Jogos Desportivos. Porto: Ed. FCDEF-UP.

Garganta, J. (1997). *Modelação táctica do jogo de Futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento*. (Tese de Doutoramento, Faculdade de Ciências de Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, Portugal).

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

Garganta, J. (2001). Futebol e ciência. Ciência e futebol. *Lecturas Educación Física y Deportes. Revista Digital, Buenos Aires*, 7, 40.

Garganta, J. (2003). Fútbol: del juego al entrenamiento, del entrenamiento al juego. *Training Fútbol*, 85, 14-17.

Garganta, J. (2006). (Re)Fundar os conceitos de estratégia e tática nos jogos desportivos colectivos, para promover uma eficácia superior. *Revista. Brasileira de Educação Física e Esporte*, 20 (5), 201-03

Garganta, J., & Oliveira, J. (1996). Estratégia e tática nos jogos desportivos colectivos. *Estratégia e tática nos jogos desportivos colectivos*, 7-23.

Garganta, J. (2008). *New trends of performance analysis in team sports. Bridging the gap between research, training and competition*. Paper presented to the Satellite Symposia of the European College of Sports Sciences: Sport Games Coaching and Performance. Lisbon.

Grehaigne, J. & Godbout, P. (1998). Formative Assessment in Team Sports in a Tactical Approach Context. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 69. 46-51. 10.1080/07303084.1998.10605048.

Guilherme, J. (2004). Conhecimento Específico em Futebol: contributos para a definição de uma matriz dinâmica no processo ensino-aprendizagem/treino do jogo. Porto: J. Oliveira. (Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade do Porto, Porto, Portugal).

Gomelski, A. (1990). *La dirección del Equipo de baloncesto*. Madrid: Editorial Hispano Europea S.A.

Gowan, G. (1982). A análise de jogo. *Futebol em Revista*. No 11. 3ª Série.

Maciel, J. (2008) *A incorporação precoce dum jogar de qualidade com necessidade (eco)antroposocialtotal: Futebol, um Fenómeno AntropoSocial Total, que primeiro se estranha e depois se entranha e logo, logo, ganha-se*. Porto: Ed. FADEUP-UP.

McGarry, T., Anderson, D., Wallace, S., Hughes, M. & Franks, I. (2002). Sport Competition as a Dynamical Self-organizing System. In *Journal of Sports Sciences*, 20, 771-781. doi:10.1080/026404102320675620.

Mesquita, I. (2016) *Investigação na formação de treinadores, identidade profissional e aprendizagem*. Porto: Ed. FADEUP-UP.

Mourinho, J. (2015) *Mourinho*. Porto: Porto Editora.

Lames, M. & Hansen, G. (2001). Designing observational systems to support top-level teams in game sports. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 1(1) 83-90. 10.1080/24748668.2001.11868251.

Lopes, R. (2005). *O Scouting em Futebol. Importância atribuída pelos treinadores à forma e ao conteúdo da observação do adversário*. (Monografia de Licenciatura, Faculdade de Ciências de Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, Portugal).

Pino Ortega, J. & Ibáñez Godoy, S. (2002). Desarrollo y aplicación de una metodología observacional para el análisis descriptivo de los medios técnico/tácticos del juego en fútbol. In J. Garganta; A. Suarez & C. Peñas (Eds.), *A Investigação em Futebol. Estudos Ibéricos* (pp. 103-112). Porto: Ed. FCDEF-UP.

Reilly, T. (2003) *Science and Soccer*. London: Taylor and Francis.

Ribeiro, P. (2008). *A observação como ponto de partida para uma análise pormenorizada das características das equipas adversárias*. (Relatório de Estágio/Mestrado, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Porto, Portugal).

Ribeiro, P. (2009). *A observação como ponto de partida para uma análise pormenorizada das características das equipas adversárias*. (Relatório de Estágio/Mestrado, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Porto, Portugal).

Santos, P. (2016). *O Planeamento e Periodização do Treino em Futebol. Um estudo realizado em clubes da Superliga*. (Dissertação de Mestrado, Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa, Lisboa, Portugal).

Sarmiento, J. P. (2005). *Pedagogia da Observação em Desporto*. Lisboa: Ed.Faculdade de Motricidade Humana da Universidade Técnica de Lisboa.

Sarmiento, H. (2012). *Análise do jogo de futebol – Padrões de jogo ofensivo em equipas de alto rendimento: uma abordagem qualitativa*. (Tese de doutoramento, Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal).

Shestakov, M. et al. (2009) An intelligent system for analysis of tactics in soccer. In: Reilly, T. & Korkusuz, F. (Eds.). *Science and Football VI: Proceedings of the Sixth World Congress on Science and Football*, (pp.186-190). London: Routledge.

Teodorescu, L. (1984). *Problemas de Teoria e Metodologia nos Jogos Desportivos*. Lisboa: Livros Horizonte.

Van Lingen, B. (1999). Analysis of the Opposing Team. In Kormelink H. & Seeverens T. (Eds.) *Match Analysis and Game Preparation* (pp. 25-35). Pennsylvania: Reedswain.

Ventura, N. (2013). *Observar para Ganhar - O Scouting como Ferramenta*. Estoril: Prime Books.

Vilar, L., Araujo, D., Davids, K. & Renshaw, I. (2012). The need for 'representative task design' in evaluating efficacy of skills tests in sport: A comment on Russell, Benton and Kingsley. *Journal of Sports Sciences*. 30. 10.1080/02640414.2012.679674.

Wooden, J. (1988). *Practical Modern Basketball*. New York: McMillan Publishing Company.

Anexos

Anexo 1. Grelha de registo

ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA (EQUIPA-	
ESQUEMA TÁTICO DEFENSIVO	
POSICIONAMENTO DEFENSIVO DO BLOCO (A/M/B)	
POSICIONAMENTO NO PONTAPÉ DE BALIZA	
CONDICIONAMENTO SAÍDAS GR	
SAÍDAS LONGAS PELO GR ADVERSÁRIO	
POSICIONAMENTO DEFENSIVO NA SAÍDA A 3	
LINHAS DISTANTES/BLOCO ALONGADO	
LINHA DEFENSIVA DESORGANIZADA	
LINHA DE 5/6 JOGADORES	
INFERIORIDADE NUMÉRICA NO CORREDOR LATERAL	
ESPAÇO NO CORREDOR CENTRAL (ARRASTAMENTO DO MÉDIO)	
MÉDIO INTERIOR AVANÇA NO PRESSING ALTO	
DIFICULDADE EM DEFENDER CORREDORES LATERAIS	
CAMPO PEQUENO NOS CORREDORES LATERAIS	
MÉDIO CENTRO SAÍ AO LATERAL	
ALA DEFENDE NO CORREDOR CENTRAL	
ALA SAÍ CENTRAL NO PRESSING	
ALA NÃO ACOMPANHA LATERAL	
ESPAÇO NO 1/2 CORREDOR CONTRÁRIO	
2ª BOLA	
ESPAÇO NAS COSTAS DOS MÉDIOS	
ESPAÇO LATERAL/CENTRAL	
INFERIORIDADE/IGUALDADE NUMÉRICA DA LINHA DEFENSIVA	
ESPAÇO DE BALIZA DESPROTEGIDO	
PRESSING	
ESPAÇO ENTRE 1ª / 2ª LINHA	
ESPAÇO ENTRE LINHAS (2ª, 3ª)	
PROFUNDIDADE (DIFICULDADE EM CONTROLAR) (LINHA SUBIDA)	
LINHAS JUNTAS	

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA	
PONTAPÉ DE SAÍDA	
PONTAPÉ DE BALIZA (CURTO/LONGO)	
BOLA NO GR	
SAÍDA A 4 (+1, +2)	
SAÍDA A 3 COM O LATERAL (+1, +2)	
SAÍDA A 3 COM MÉDIO (+1, +2)	
SAÍDA A 3 NO MEIO CENTRAIS (+1, +2)	
LATERAIS PROJETADOS NO CORREDOR	
PASSE LONGO (ESPAÇO/APOIO)	
DIFICULDADE EM SAIR DO PRESSING ALTO	
2ª FASE (CRIAÇÃO)	
LINHAS DISTANTES/PARTIDAS	
MI BAIXA PARA A LINHA DO TRINCO	
MD/MI CAÍ NO CORREDOR LATERAL	
SUPERIORIDADE NUMÉRICA NOS CORREDORES LATERAIS	
TRIÂNGULOS NOS CORREDORES LATERAIS	
EXTREMO BAIXA PARA LIGAR (TROCA LATERAL)	
ENTRE LINHAS	
ARRASTAMENTO DOS MÉDIOS	
MI NA PROFUNDIDADE (ESPAÇO CENTRAL-LATERAL)	
MI /EXT LADO CONTRÁRIO ENTR-LINHAS /CORREDOR CENTRAL	
2ª BOLAS	
ESPAÇO LATERAL-CENTRAL	
CIRCULAÇÃO PELOS 3 CORREDORES	
MOVIMENTO LATERAL (DIAGONAL INTERIOR) -EXTREMO	

ALA FAZ SUPERIORIDADE NUMERICA NO CORREDOR OPOSTO	
2X2 NO CORREDOR OPOSTO	
2º AV. APOIO NOS CORREDORES LATERAIS	
MO/PL BAIXA PARA LIGAR	
DIAGONAL MO NAS COSTAS DO AVANÇADO	
DIAGONAL DE AV/EXT NAS COSTAS DE OUTRO AV	
PL NO CORREDOR LATERAL	
PROFUNDIDADE	
PL REFERÊNCIA	
3ª FASE (DECISÃO)	
DEFINIÇÃO EM CRUZAMENTOS	
ESPAÇO LATERAL-CENTRAL	
MOVIMENTOS DE ROTURA	
DIAGONAL DE AV. NAS COSTAS DE OUTRO AV.	
REMATES FORA DA ÁREA	
FACILIDADE DE REMATE EM ZONAS DECISÃO	
MOVIMENTOS DE AVANÇADOS NA ÁREA	
ATAQUE <u>ÀS</u> ZONAS	

TRANSIÇÃO DEFESA-ATAQUE	
EM POSSE PREPARANDO A ORGANIZAÇÃO OFENSIVA	
EM POSSE, MAS VERTICAIS (CONDUÇÃO/PASSE)	
DIRETO	
JOGADOR ALVO (PASSE LONGO)	
JOGADOR ALVO (APÓS RECUPERAÇÃO DE BOLA)	
1º PASSE	
CORREDOR PREFERENCIAL (LATERAL/CENTRAL)	

TRANSIÇÃO ATAQUE-DEFESA	
LINHA DEFENSIVA (NÃO)RETIRA PROFUNDIDADE	
JUNTAR LINHAS	
1ªFASE DE PRESSÃO (BAIXAM/PRESSIONAM – REAÇÃO RÁPIDA)	
ESPAÇO NO CORREDOR CENTRAL APÓS RECUPERAÇÃO DE BOLA	
IGUALDADES NUMERICAS NA TRANSIÇÃO DEFENSIVA	
FALTAS TÁTICAS	
POSICIONAMENTOS	

BOLAS PARADAS	
CANTOS	
POSICIONAMENTO DEFENSIVO	
POSICIONAMENTO OFENSIVO	
CANTO CURTO (1,2,3 JOGADORES)	
1º POSTE	
2º POSTE	
MOVIMENTOS/BLOQUEIOS	
LIVRES	
POSICIONAMENTO DEFENSIVO	
1-2/3	
3/3	
LANÇAMENTOS	
DEFENSIVO 1-2/3	
DEFENSIVO 3/3	
OFENSIVO 1-2/3	
OFENSIVO 3/3	
PENÁLTI	

Anexo 2. Relatório de observação dos adversários



ANÁLISE ADVERSÁRIO

VIZELA

Campeonato de Portugal 2019/20

JORNADA 23



22/02/2020

#aquiésvitória

CONTEXTOS E SISTEMAS DE JOGO
ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA

SISTEMA PROVÁVEL 1
4-3-3



- O Vizela usa preferencialmente o sistema 1-4-3-3 (1 pivot defensivo);
- Equipe madura (11 inicial - média = 27 anos), com muita qualidade individual, composta por jogadores técnicos, rápidos e fortes fisicamente;
- Ofensivamente, são uma equipa que tenta jogar apoiada em organização ofensiva, com bastante variabilidade de jogo e capacidade de colocar vários jogadores em zonas de finalização (melhor ataque = 53 golos, média = 2,4 golos por jogo);
- Fortes defensivamente, apresentam um bloco médio/alto compacto, bastante pressionante sobre o portador da bola, mas com dificuldades na transição defensiva (2ª melhor defesa = 19 golos sofridos, média = 0,9 golos por jogo);
- São uma equipa forte na transição ofensiva;
- Quatro vitórias nos últimos quatro jogos.

SISTEMA PROVÁVEL 2
4-3-3



- Podem apresentar como alternativa uma mudança de jogadores no mesmo sistema;
- A entrada de **Kaká** (15) para defesa esquerdo por troca com **João Pedro** (30) pode acontecer. Nesta situação **Koffi** (22) transita para o seu lugar natural de defesa direito;
- **Landinho** (8) e **João Mendes** (17) podem jogar a médio interior esquerdo e extremo direito respetivamente por troca direta com **Samu** (20) e **Tavinho** (77);
- Nota: **João Faria** (26) – defesa central titular saiu lesionado no jogo contra o Fafe. Se encontrar disponível pode surgir na posição de **Matheus** (4).

SISTEMA PROVÁVEL 3
4-2-3-1



- Sistema de jogo utilizado numa situação de resultado favorável;
- Pode acontecer a troca de **Samu** (20) por **André Soares** (10), troca essa, que pode inverter o triângulo do meio campo;
- Neste sistema é potenciada a cobertura defensiva do corredor central e a exploração do espaço nas costas dos médios contrários;
- Algumas dinâmicas ofensivas mantêm-se, melhorando na transição ofensiva e nos ataques rápidos.

2

11 PROVÁVEL ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA

10. ANDRÉ SOARES

- Bom no passe
- Bom entendimento de jogo
- Bom sentido posicional
- Técnico
- Rápido a pensar/reatuar
- Marcador de bolas paradas

19. KIKO BONDOSO

- Bom tecnicamente
- Procurar espaços interiores
- Forte no drible (1x1)
- Fresco jogo de cabeça
- Inteligente na sua forma de jogar
- Bom no cruzamento
- Bom capacidade de decisão
- Corredor esportivo/direito

20. SAMU

- Bom tecnicamente
- Crítico
- Bom capacidade de decisão
- Bom compreensão do jogo
- Forte no passe curto e longo
- Velocidade razoável
- Técnico
- Rápido a pensar/reatuar

23. ERICKSON

- Bom sentido posicional (defensivo/ofensivo)
- Capacidade em variar o centro de jogo
- Bom para a construção a 3
- Jogador mais influente da equipe
- Jogador cerebral
- Forte fisicamente
- Controla ritmos de jogo
- Bom no passe
- Lento

25. AIDARA

- Forte fisicamente
- Muito forte nos duels aéreos
- Muito forte nos duels aéreos
- Fresco técnico
- Velocidade razoável
- Agressivo
- Fresco reativo
- Fisicamente/mental esportivo

30. JOÃO PEDRO

- Joga em largura preparado no corredor
- Bom compreensão do jogo
- Técnico
- Bom nos cruzamentos
- Completamente defensivo

34. IVO GONÇALVES

- Bom em os pés
- Bom no passe longo
- Bom nos saídas das pontas
- Bom entre as pontas

66. DIOGO RIBEIRO

- Rápido
- Forte a pressionar a profundidade
- Forte fisicamente
- Jogador referencial
- Remate fácil
- Bom entre-bolas
- Variedade de movimentos
- Bom capacidade de decisão

77. TAVINHO

- Rápido
- Forte em progressão com bola
- Forte no drible (1x1)
- Forte a pressionar a profundidade
- Técnico
- Motivados de mata
- Remate fácil
- Bom capacidade de decisão

8. LANDINHO

- Bom sentido posicional
- Qualidade de passe
- Inteligente na sua forma de jogar
- Jogador cerebral

17. JOÃO MENDES

- Rápido com bola
- Bom progressão com bola
- Forte no drible (1x1)
- Técnico
- Bom no passe
- Bom compreensão do jogo
- Rápido a pensar/reatuar
- Esportivo

3

EQUIPAS INICIAIS ANÁLISE ADVERSÁRIO FAFE

CPP – J20, 02/02
VIZELA 5-0 P. SÁLGADAS

CPP – J21, 08/02
VIZELA 1-0 FAFE

CPP – J22, 16/02
BERÇO 0-1 VIZELA

4

ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA

PONTAPÉ DE BALIZA

CONDICIONAMENTO SAÍDAS GR

P. BALIZA CURTO

- Geralmente, tentam condicionar de forma alta os p. baliza adversários e o guarda-redes quando tem bola;
- Os extremos Tavinho (77) e Kiki Bondoso (19) pressionam as defesas centrais contrários de fora para dentro, tentando condicionar as linha de passe para as defesas laterais;
- O avançado Diogo Ribeiro (66) fica responsável por pressionar o médio defensivo;
- Os médios interiores Zag (13) e Samu (20) posicionam-se numa 2ª linha, preparados para pressionar as defesas laterais (lapando as linhas de passe para o corredor central) e/ou os médios interiores contrários;
- Nesta dinâmica defensiva, o médio defensivo Erickson (23) pode ficar em inferioridade numérica para os dois médios interiores (nosso modelo de jogo);
- A linha defensiva nem sempre acompanha o adiantamento do médio defensivo e o espaço nas suas costas fica desprotegido.

P. BALIZA LONGO

- Defesas centrais fortes nos duels aéreos (1ª bola);
- Quando os médios disputam a 1ª bola, a linha defensiva recua controlando a profundidade;
- O defesa direito João Pedro (30) é o jogador com mais dificuldades da linha defensiva na 1ª bola;
- Neste momento, a equipa do Vizela tem dificuldades na 2ª bola, principalmente quando um dos médios tem de disputar a 1ª bola. Esta situação acontece devido ao distanciamento da linha avançada em relação à linha média.



#aquilésvictória

5

ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA

ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA

POSICIONAMENTO DO BLOCO DEFENSIVO

- Posicionamentos defensivos do bloco: 1-4-3-3 ou 1-4-1-4-1 em bloco médio/alto;
- 1-4-3-3 - Avançado e extremos (de fora para dentro) tentam condicionar defesas centrais, com os médios interiores a sair na contenção aos defesas laterais (tapam linhas de passe interiores). Se o médio defensivo contrário receber a bola numa 2ª linha à frente dos defesas centrais, um dos médios interiores é responsável por sair na pressão;
- Médio defensivo Erickson (23) posiciona-se numa 3ª linha, fazendo coberturas defensivas às 1ª e 2ª linhas de pressão, podendo deslocar-se a qualquer um dos corredores;
- Nesta situação, os espaços nas costas dos médios e espaços no corredor central podem surgir;
- Linha defensiva controla a profundidade com algum sucesso;
- 1-4-1-4-1 (mais utilizado com resultado favorável) - A 1ª linha de pressão é constituída pelo avançado. Numa 2ª linha encontram-se os médios interiores (responsáveis por condicionar a ação dos médios contrários) e os extremos, que tentam controlar a ação dos defesas laterais;
- Numa 3ª linha de pressão, surge o médio defensivo Erickson (23);
- A linha defensiva fica responsável por condicionar a ação dos extremos e avançado, sempre em superioridade numérica;
- Independentemente do posicionamento defensivo do bloco, os corredores laterais são as zonas mais vulneráveis.

SAÍDA A 3 - POSICIONAMENTO DEFENSIVO

- Pressionar com o avançado e extremos na 1ª linha de pressão;
- Avançado fica responsável por controlar o balizar do médio defensivo para a 1ª linha de construção;
- Extremos saem na contenção aos defesas centrais realizando movimentos de fora para dentro, tentando tapar a linha de passe para os defesas laterais contrários. Se a bola entrar nos defesas laterais em largura, o médio interior do lado da bola sai na contenção, com o médio defensivo a pressionar o médio interior contrário;
- Por vezes, estes encurtamentos saem atrasados ficando espaços no corredor da bola e no corredor central.

MÉDIO INTERIOR BAIXA PARA LIGAR - POSICIONAMENTO DEFENSIVO

- Geralmente, médio interior tenta condicionar o balizar do médio interior contrário. Este condicionamento também pode ser realizado pelo extremo, em movimentos de fora para dentro;
- Por vezes, extremo e médio interior podem sair ao mesmo tempo na pressão;
- O espaço nas costas do médio interior que excuta a pressão criou corredor lateral ficam desprotegidos;
- Médio defensivo Erickson (23) tenta o com dificuldades de basculação, deixando desprotegidas as costas do médio interior que sai na contenção.

#Aquilésóvitória

ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA

ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA

ESPAÇO NO CORREDOR CENTRAL

- Por vezes, os médios desposicionam-se devido à sua atitude pressionante, originando espaços no corredor central;
- Estes espaços são potenciados quando a bola se encontra nos corredores laterais ou circulada de um corredor lateral para o outro;
- Médios, facilmente atraídos aos corredores laterais;
- Médios, exceto Zag (13) com dificuldades de basculação;
- Extremo do corredor oposto nem sempre se posiciona em espaços interiores.

ESPAÇO NAS COSTAS DOS MÉDIOS

- Potenciado quando a bola é circulada pela 1ª ou 2ª linhas de construção de um corredor lateral para o outro;
- Médios atraídos na pressão sobre médios contrários, quando estes fazem movimentos de aproximação para tentarem ligar o jogo;
- Linha defensiva, com tendência para recuar e retirar profundidade à equipa adversária;
- Geralmente, os espaços nos ½ corredores (costas dos médios interiores) são os mais desprotegidos;
- Médios com dificuldades na recuperação defensiva, quando a bola entra nas suas costas.

DIFICULDADE EM CONTROLAR A PROFUNDIDADE

- Devido ao posicionamento defensivo alto do bloco, surge muito espaço nas costas da linha defensiva;
- Defesas centrais com dificuldades em proteger as costas dos defesas laterais, quando estes saem na contenção em largura;
- Defesa central Aidara (25) com dificuldades na colocação dos apoios;
- Potencia roturas de dentro para fora quando a bola está no corredor lateral e roturas de fora para dentro, quando a bola está no corredor central ou no corredor lateral oposto.

#Aquilésóvitória

ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA

ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA

CONTROLO DE CORREDORES

CAMPO PEQUENO NOS CORREDORES LATERAIS

- Zona de pressão para ganhar a bola;
- Capacidade em colocar vários jogadores no corredor da bola (6/7 jogadores);
- Extremo e avançado do lado da bola condicionam defesa central e médio defensivo, respetivamente;
- Extremo do corredor oposto fecha espaços interiores (Por vezes não acontece);
- Médio interior do lado da bola, sai na contenção ao defesas lateral;
- Médio defensivo, realiza cobertura defensiva ao médio interior que sai na contenção ao defesas lateral;
- No sistema defensivo 1-4-1-4-1, avançado controla ação do defesas central do lado da bola e extremo acompanha a projeção do lateral contrário, com os médios a controlar a ação dos médios contrários;
- Podem criar-se dificuldades, caso a equipa adversária não tenha capacidade de mudar o centro de jogo.

EXTREMO/MÉDIO INTERIOR NÃO ACOMPANHA LATERAL

- Extremo Kiko Bondoso (19) e médio interior Samu (20) (corredor esquerdo) potenciam este comportamento;
- Ocorre quando a bola é circulada por trás e tem origem no corredor contrário ou em passe longo do corredor central;
- Favorece superioridades numéricas (2x1/3x1) no corredor e obriga o lateral a desposicionarem-se.

ESPAÇO CENTRAL - LATERAL

- Este espaço aparece quando o defesas lateral tem que sair na contenção em largura;
- Defesas centrais estáticas no corredor central ou atraídas na manutenção aos avançados abrem espaço intrasectorial, quando os laterais são atraídos à largura;
- Potencia movimentos de rotura de dentro para fora do extremo, quando defesas lateral tem bola em largura;
- Potencia movimentos de rotura do avançado quando o extremo joga em espaços exteriores;
- Defesas centrais não se sentem confortáveis, quando fim de se deslocar aos corredores laterais e enfrentar situações de um para um.

#Aquilésóvitória

- Fortes neste momento de jogo;
 - Aproveitam os desequilíbrios adversários;
 - Exploram costas da linha defensiva;
 - **Corredor preferencial** – central ou lateral depois de jogarem com o avançado referencial no corredor central;
 - **Jogadores alvo para o 1º passe** – médios, Erickson (23) e Samu (20) fortes no passe;
 - **Local preferencial para recuperar a bola** – corredores laterais;
 - **Jogadores alvos** – avançado Diogo Ribeiro (66), extremos Kiko Bondoso (19) e Tavinho (77);
 - Em situações vantajosas tentam contra-atacar;
 - Em situações de desvantagem realizam transição em posse, geralmente com passe dos médios para os laterais ou para os extremos que temporizam.
- **Avançado e extremos:**
 - Jogam em velocidade de forma objetiva (capacidade de equilíbrio e decisão no último tempo);
 - Jogadores alvos – servidos preferencialmente na profundidade;
 - Realizam movimentos de rotura;
 - Médios interiores com boa chegada a área;
 - Avançado – com bloco baixo procura a bola nos corredores laterais para servir médios interiores ou extremos no corredor central.



#aquilésóvitoria

PONTAPÉ DE SAÍDA

- Curto;
- Ausência de jogadas combinadas.

• PONTAPÉ DE BALIZA

CURTO

- Preferencial;
- Sob ameaça, arriscam;
- A estrutura é realizada em triângulo (dois defesas centrais e o médio defensivo Erickson (60));
- Defesas laterais projetados em largura no corredor;
- Médios interiores Zag (13) e Samu (20) posicionam-se numa 2ª linha, realizando movimentos de aproximação para tentar ligar o jogo;
- Extremos posicionam-se em espaços interiores;
- Avançado varia entre movimentos de apoio ou rotura no corredor central;
- 1º passe - defesas centrais, médio defensivo ou defesas laterais (passe médio) como alvos.

LONGO

- Corredor alvo – Central;
- Jogador alvo – avançado Diogo Ribeiro (66);
- Médios tentam posicionar-se para a 2ª bola;
- Extremos que se encontram nos corredores laterais procuram profundidade (diagonais de fora para dentro) nas costas do avançado referencial.



#aquilésóvitoria

1ª FASE CONSTRUÇÃO

- Variam - saída a 3 (duas formas) e passe longo para defesa lateral do corredor oposto;
- Médios com capacidade para pagarem sobre pressão;
- Erickson (23), com qualidade e criatividade para construir, acompanhado de bom passe curto e longo;
- Variabilidade/qualidade de jogo;
- Defesa central João Faria (26) – Qualidade de passe longo (geralmente para defesa lateral do corredor oposto);
- Aíders (25) – defesa com mais dificuldade na 1ª fase de construção.

MÉDIO DEFENSIVO NO CORREDOR LATERAL

- Médio defensivo Erickson (23) desloca-se para o corredor lateral em 1ª fase de construção;
- Geralmente, recebe a bola direcionada do corredor lateral oposto;
- Nesta situação, recebe muitas vezes ao passe longo para o lateral ou extremo, que se posicionam no corredor da bola;
- Defesas laterais projetam-se em largura no corredor;
- Médio interior Zag (13) efetua movimentos de aproximação para tentar ligar o jogo;
- Médio interior Samu (20) posiciona-se nas costas dos médios contrários (corredor central);
- Extremos posicionam-se em espaços interiores - nas costas dos médios contrários ou fazem movimentos de aproximação para tentar ligar o jogo;
- Avançado varia movimentos - apoio/rotura;
- A equipa pode encontrar-se desorganizada (espaço no corredor central) numa situação de perda de bola.

SAÍDA A 3 (1+2)

- Médio defensivo baixo para o meio dos defesas centrais;
- Defesas laterais projetam-se em largura no corredor;
- Médios interiores realizam movimentos de aproximação para tentar ligar o jogo;
- Extremos posicionam-se em espaços interiores - nas costas dos médios contrários ou fazem movimentos de aproximação para tentar ligar o jogo;
- Avançado varia entre movimentos de apoio (costas dos médios contrários) e rotura (avançado);

LATERAIS PROJETADOS

- Jogam em largura;
- Oferecem profundidade no corredor;
- Servidos em passe longo pelo defesa central do lado contrário ou médio defensivo;
- Defesas laterais com capacidade de desequilíbrio;
- Defesa lateral esquerdo Koffi (22) – pé direito dominante, executa maioritariamente passes para zonas interiores seguindo-se diagonal de fora para dentro;



#aquilésóvitoria

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA

2ª FASE DE CONSTRUÇÃO (FASE DE CRIAÇÃO)

MÉDIO INTERIOR NO CORREDOR LATERAL EM 2ª FASE DE CONSTRUÇÃO

- Médio interior do lado da bola movimenta-se de dentro para fora;
- Defesa lateral realiza uma diagonal de fora para dentro (movimento contrário);
- Extremo do lado da bola posiciona-se em espaços interiores, podendo executar uma diagonal no espaço (dentro para fora) quando médio interior recebe a bola em largura;
- Bola direcionada do corredor oposto ou do central.

TROCA LATERAL - EXTREMO

- Extremo baixa em largura para ligar no corredor lateral;
- Lateral realiza movimentos interiores;
- Movimentos realizados em simultâneo;
- Passe efetuado pelo médio defensivo ou médio interior do lado da bola;
- Bola direcionada do corredor oposto.

MÉDIO INTERIOR DO LADO CONTRÁRIO ENTRELINHAS

- Movimento padrão;
- Médio interior avança para uma 3ª linha média nas costas dos médios contrários;
- Geralmente, quando a bola está no médio interior do lado oposto ou no médio defensivo;
- Movimento realizado predominantemente pelo médio interior do lado esquerdo Samu (20);
- Jogo ganha velocidade quando a bola entra nestes espaços.

ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA

#aquilésóvitoria

12

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA

2ª FASE DE CONSTRUÇÃO (FASE DE CRIAÇÃO)

EXTREMO DO LADO CONTRÁRIO ENTRELINHAS

- Movimento padrão;
- Extremo do lado contrário executa movimentos interiores nas costas dos médios contrários;
- Geralmente, quando a bola está no médio interior do lado oposto ou no médio defensivo;
- Movimento realizado pelos dois extremos;
- Jogo ganha velocidade quando a bola entra nestes espaços.

MÉDIO INTERIOR NA PROFUNDIDADE

- Ataca espaço central – lateral;
- Movimentos efetuados de dentro para fora;
- Lateral baixo varia posicionamento – largura (mesma linha do extremo) / espaços interiores;
- Extremo varia posicionamento - largura/ espaços interiores;
- Realizado em triângulo (Defesa central-médio interior-extremo);
- Médios interiores com bom timing de rotura;
- Realizado nos 2 corredores laterais.

PROFUNDIDADE

- Jogadores alvo – avançado Diogo Ribeiro (66), extremos e defesas laterais;
- Diogo Ribeiro forte a procurar profundidade, ataca espaço central – central ou central – lateral;
- Defesas laterais, geralmente servidos em passe longo do corredor oposto ou central;
- Passe pode ocorrer dos defesas centrais na 1ª fase de construção ou dos médios em 2ª fase de construção;
- Erickson (23) forte nos passes de rotura.

ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA

#aquilésóvitoria

13

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA

3ª FASE DE CONSTRUÇÃO (FASE DECISÃO)

- A equipa do Vizela apresenta variabilidade de ações na zona de decisão;
- Cruzamentos efetuados pelos defesas laterais ou extremos;
- Samu (20) e Zag (13) com boa chegada a zonas de finalização;
- Kiko Bondoso (19) e Samu (20) e André Soares (10) fortes nos remates exteriores;
- Geralmente, tem a capacidade de colocar até 5 jogadores em zonas de finalização.

Ataque as zonas:

- Ext (77) – procura normalmente o 1º poste;
- MI (13) do lado da bola – entrada da área, atrasado;
- MI (13) do lado oposto – zona do penalti;
- PI (66) – procura preferencialmente o corredor central;
- Ext do lado contrário (19) – procura zona no 2º poste, muitas vezes atrasado;
- Situação verificada nos 2 corredores laterais;
- Corredor oposto, posições invertem.

ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA

#aquilésóvitoria

14

TRANSIÇÃO DEFENSIVA **ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA**

- Debilidades neste momento de jogo;
 - Momento em que sofreram mais golos;
 - Tendência para pressionarem imediatamente após a perda da bola;
 - Linha defensiva, recua em último recurso.
- REAÇÃO RÁPIDA**
- Padrão;
 - Jogadores com boa predisposição para pressionar;
 - Vários jogadores tentam pressionar portador da bola num 1º momento;
 - Muitos espaços dados nesta ação do jogo.
- CORREDORES LATERAIS DESPROTEGIDOS**
- Defesas laterais projetados no momento ofensivo abrem espaços que podem ser explorados após a recuperação da bola;
 - Por vezes, dois corredores laterais desprotegidos no mesmo momento;
 - Bola nos corredores laterais descoberta, obriga os defesas centrais a deslocarem-se do corredor central para fazerem as compensações aos defesas laterais;
 - Defesas centrais com dificuldades em lances de velocidade, quando têm de se deslocar aos corredores laterais.
- DIFICULDADES EM CONTROLAR A PROFUNDIDADE**
- Linha defensiva, recua em último recurso;
 - Defesas com boa capacidade na recuperação defensiva;
 - Apoios mal colocados (Aldara (25));



#aquilésóvitoria

15

SUGESTÕES **ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA**

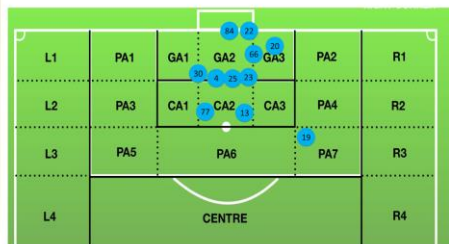
- Explorar costas dos médios no momento do pressing adversário;
 - Explorar o corredores laterais;
 - Explorar espaço entre as linhas defensiva e média;
 - Explorar a transição ofensiva – costas dos laterais e profundidade;
 - Controlar bolas paradas ofensivas do adversário;
 - Controlar a transição ofensiva adversário;
 - Controlar a profundidade;
 - Controlar os espaços entrelinhas.
-

#aquilésóvitoria

16

CANTOS DEFENSIVOS **ANÁLISE ADVERSÁRIO VIZELA**

- Defesa zona
 - 11 jogadores dentro da área
 - 19/20 – saem ao canto curto
- ZONA GA2 – 23 – 1,88
 - 25 – 1,86
 - 4 – 1,88
 - 66 – 1,84
 - 22 – 1,73
 - 30 – 1,76
 - 84 – 1,84
 - **MÉDIA - 1,83**
- ZONA GA3 – 20 – 1,70
 - **MÉDIA - 1,70**
- ZONA CA2 – 77 – 1,79
 - 13 – 1,73
 - **MÉDIA - 1,76**
- ZONA PA7 – 19 – 1,69
 - **MÉDIA - 1,69**

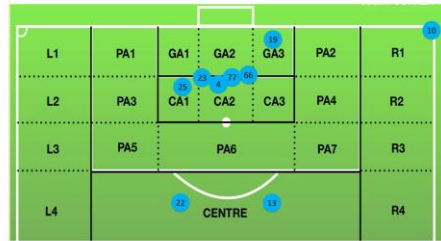


#aquilésóvitoria

17



- Canto padrão – ataque às zonas;
- 19 – Desloca-se em direção à bola para o desvio (pentear a bola);
- 66 – Ataca 2º poste;
- 77; 4 – Atacam no corredor central;
- 25; 23 – Atacam 2º poste;



• ZONA GA3 – 19 – 1,71
MÉDIA – 1,71

• ZONA CA2 – 66 – 1,84
77 – 1,79
4 – 1,88
23 – 1,88
MÉDIA – 1,85

• ZONA CA1 – 25 – 1,86
MÉDIA – 1,86

#aquiésóvítória

18



ANÁLISE ADVERSÁRIO

VIZELA

Campeonato de Portugal 2019/20
JORNADA 23



CAMPEONATO DE PORTUGAL

22/02/2020

#aquiésóvítória

Anexo 3. Relatório de dados



ANÁLISE de DADOS

VITÓRIA SC_B



F.P.F. CAMPEONATO DE PORTUGAL

Campeonato de Portugal 2019'20

#aquiésvitória

NETWORK
VITÓRIA B

CRITÉRIOS

- Network dos últimos cinco jogos do campeonato;
- Contabilização dos passes certos e errados, exceto as reposições de bola em jogo nos p. baliza, canto, livres, lançamentos;
- Por contabilizar a posição média dos jogadores e a sua disposição no diagrama.

OBSERVAÇÕES

- Jogo com o Berço foi o mais equilibrado/consistente nas relações das várias micro estruturas da equipa;
- Jogo com o Vizela foi o que teve um maior numero de relações fortes entre os jogadores;
- Setor defensivo da equipa com maior capacidade de interação entre os seus jogadores (indicador de posse de bola em relação aos adversários);
- Maior capacidade (mais interações) em jogar pelos corredores laterais (tendência de jogar em U);
- Médios defensivo (Rosier/Hendel) com boa capacidade de comunicação com o segundo médio Nico;
- Médios com pouca capacidade de comunicação com Esteves (dificuldade na ligação entre 2ª e 3ª linha média);
- Muita dificuldade de interação com o avançado;
- Nico – jogador com o maior numero de ligações fortes nos 5 jogos;
- Nico – Handel (1 jogo) e Zagré – Romain, ligações mais fortes;
- Gr Tiago com tendência de jogar para o seu lado esquerdo;
- Diagi, defesa central com maior numero de ligações e mais fortes (um jogo);
- Zagré defesa central com menos variabilidade de interações;
- Outtara com maior capacidade de interação em relação a Maga;
- Maior tendência em jogar pelo corredor direito com Ouattara e Encada na equipa;
- J. Fernandes com maior variabilidade de interações, em relação a Encada;

BRAGA B 2 – 3 VSC B

VSC B 1 – 1 FAFE

VIZELA 4 – 1 VSC B

CHAVES B 1 – 3 VSC B

VSC B 4 – 1 BERÇO

Imagem 1: Network

#aquiésvitória

LEGENDAS
VITÓRIA B

Imagem 2: VARIAÇÕES 1ª FASE

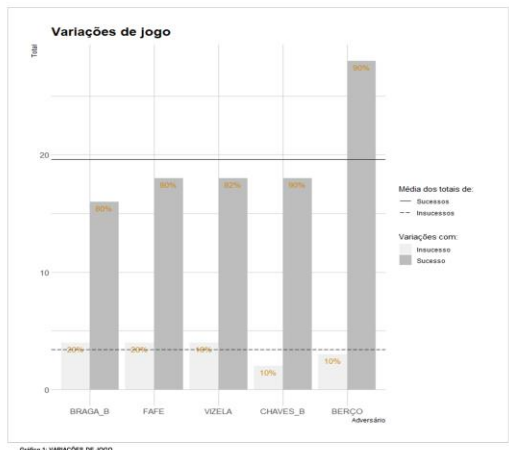
Imagem 3: VARIAÇÕES 2ª FASE

Imagem 4: VARIAÇÕES EM CORREDORES CONSECUTIVOS

Imagem 5: PRESSÃO

Imagem 6: ROTURAS

#aquiésvitória



CRITÉRIOS - VARIAÇÕES

- Análise dos últimos 5 jogos do campeonato;
- São consideradas variações todas a bolas que percorram de um corredor lateral ao outro (2 sentidos) sem ser interceptadas pelas equipa adversária;
- Varição pelo setor defensivo - 1ª fase;
- Varição pelo setor médio - 2ª fase;
- Sucesso - variações que permitam continuação da jogada ou paragem através de falta pelo adversário;
- Insucesso - variações com passe para fora ou perda de bola para o adversário.

OBSERVAÇÕES

Em média:

- 23 variações por jogo;
- 19 variações por jogo com sucesso (84%);
- 4 variações por jogo com insucesso (16%);

Gráfico 1: VARIAÇÕES DE JOGO

#aquilésvitória

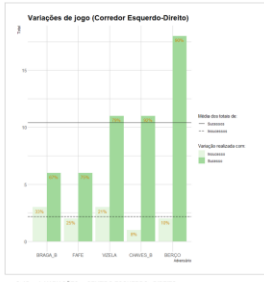
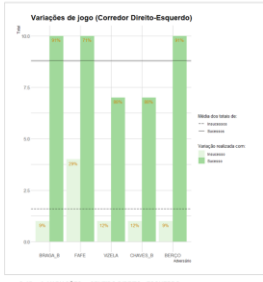
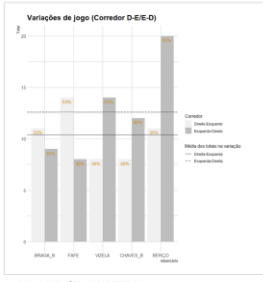


Gráfico 2: VARIAÇÕES - AMBOS SENTIDOS

Gráfico 3: VARIAÇÕES - SENTIDO DIRETO - ESQUERDO

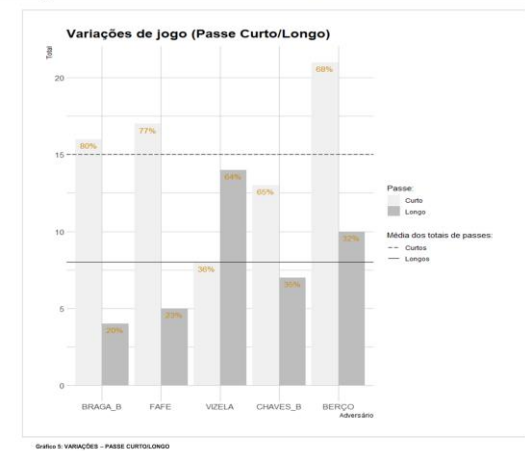
Gráfico 4: VARIAÇÕES - SENTIDO ESQUERDO - DIREITO

OBSERVAÇÕES

Em média:

- 23 variações por jogo;
- 10,4 variações no sentido do corredor direito para o esquerdo
 - 8,9 variações por jogo com sucesso (86%);
 - 1,3 variações por jogo com insucesso (14%);
- 12,6 variações no sentido do corredor esquerdo para o direito
 - 10,2 variações por jogo com sucesso (81%);
 - 2,4 variações por jogo com insucesso (19%);

#aquilésvitória



OBSERVAÇÕES

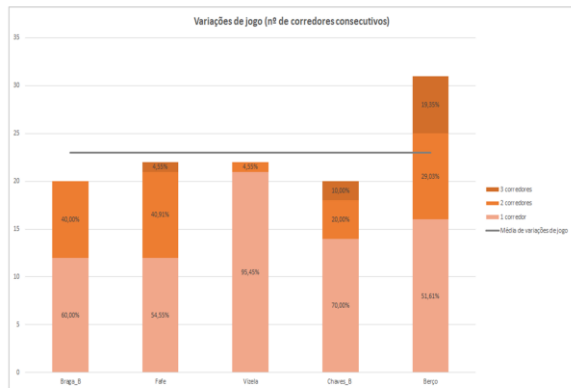
Em média:

- 23 variações por jogo;
- 15 variações por jogo em passe curto (65%);
- 8 variações por jogo em passe longo (35%);

Gráfico 5: VARIAÇÕES - PASSE CURTO/LONGO

#aquilésvitória

VARIAÇÕES - CORREDORES CONSECUTIVOS **VITÓRIA B**



OBSERVAÇÕES

Em média:

- 23 variações por jogo;
- 15 variações por jogo de um corredor lateral a outro (65%);
- 6 variações por jogo - 2 corredores consecutivos (27%);
- 2 variações por jogo - 3 corredores consecutivos (8%).

Gráfico 14: VARIAÇÕES - Nº DE CORREDORES CONSECUTIVOS

#Aquiésvitória

PRESSÃO COLETIVA **VITÓRIA B**

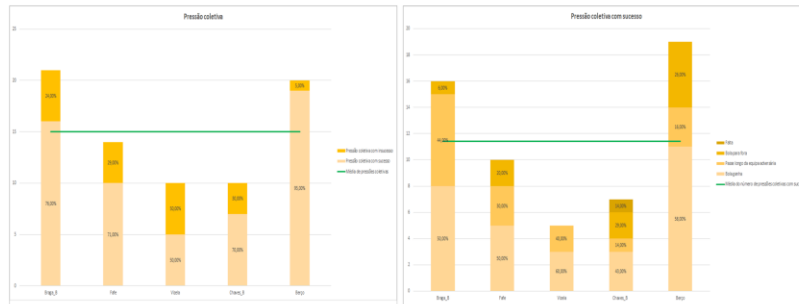


Gráfico 15: PRESSÃO COLETIVA

Gráfico 16: PRESSÃO COLETIVA COM SUCESSO

	BRAGA B	FASE	VITÓRIA	CHAVES B	BERÇO
GR	1	0	1	0	0
DC	1	0	0	2	0
MD	0	0	2	0	0
MC	3	3	0	1	0
MI	0	0	1	0	1
MO	0	0	0	0	0
EXT	0	1	0	0	0
PL	0	0	1	0	0
Total	6	4	5	3	1

Tabela 1: PRESSÃO COLETIVA COM SUCESSO

OBSERVAÇÕES

Em média:

- 15 tentativas de pressão de média por jogo;
- 11 tentativas de pressão com sucesso (72%);
- Bola ganha – 6 por jogo (52%);
- Passe longo da equipa adversária – 3 por jogo (20%);
- Bola fora – 2 por jogo (16%);
- Falta – 0,2 por jogo (3%);
- 4 tentativas de pressão com insucesso (27%);
- Médio centro ou médio defensivo adversário com maior número de saídas de bola;

CRITÉRIOS – PRESSÃO COLETIVA

- Análise dos últimos 5 jogos do campeonato;
- São consideradas tentativas de pressão:
 - Todas as ações coletivas defensivas, nas situações em os adversários têm a bola nos corredores laterais em 1ª fase de construção;
 - (Com sucesso) quando na ação coletiva recuperamos a bola, obrigamos a equipa adversária a jogar longo, a bola sair do terreno de jogo ou fazemos falta;
 - (Com insucesso) quando na ação coletiva defensiva a equipa adversária consegue sair a jogar (contabilizado qual a posição por onde consegue sair a jogar)
- Reposições de bola em jogo como livres ou lançamentos não são contabilizados;

#Aquiésvitória

ROTURAS **VITÓRIA B**



	BRAGA B	FASE	VITÓRIA	CHAVES B	BERÇO	Total	Média										
São	4	0	4	8	2	5	3	2	1	19	6	13	4,8				
Encada	3	1	2	4	1	3	5	2	3	-	-	-	12	4	4		
Luca	4	2	2	1	1	5	2	3	6	3	3	0	0	17	8	9	3,4
José Fernandes	-	-	1	0	1	1	0	5	2	3	0	0	0	7	3	4	1,8
Estêves	1	0	1	1	0	1	0	1	3	1	2	3	3	9	4	5	1,8
Nico	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0,2
José Pedro	7	1	6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	7	1	6	7
Quatrina	1	0	1	0	0	0	0	0	-	-	-	-	-	1	0	1	0,3
J. Mendes	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	1	0,2
Miguel	-	-	-	-	-	-	-	-	3	1	1	0	1	4	2	2	2

Tabela 2: ROTURAS- ESTATÍSTICA INDIVIDUAL

Legenda: - NÃO JOGOU
 1º - PASSE EM PRIMEIRA FASE
 2º - PASSE EM SEGUNDA FASE

CRITÉRIOS – ROTURAS

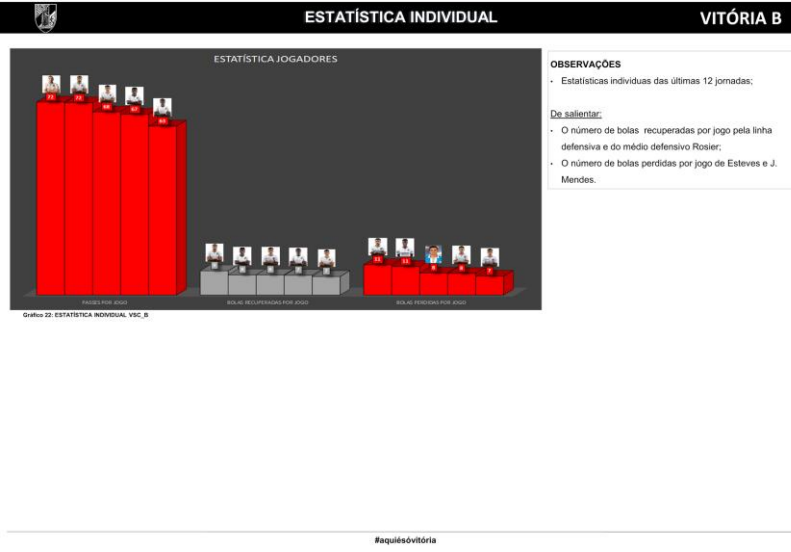
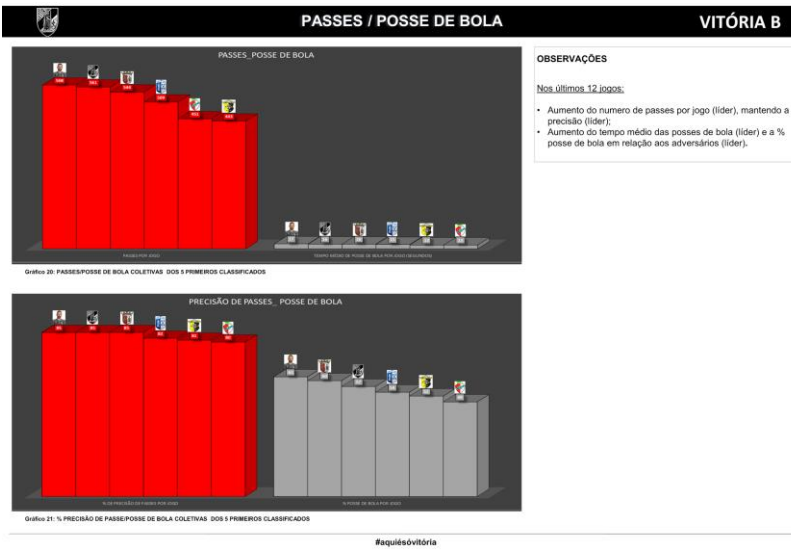
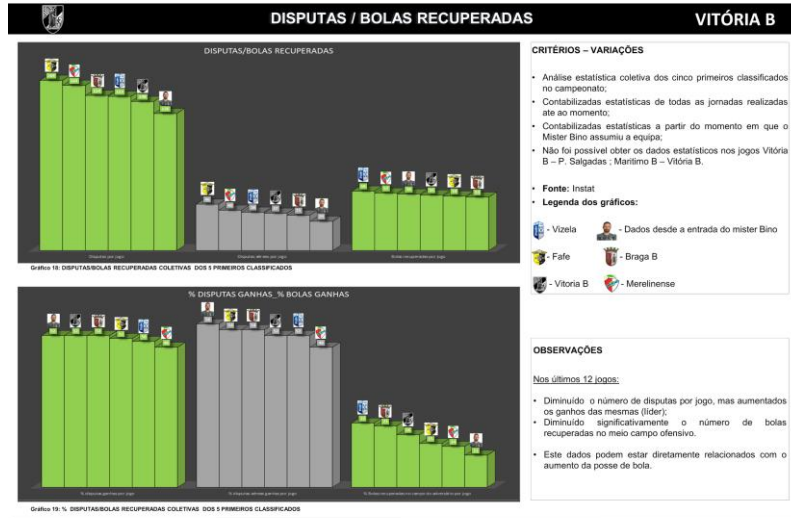
- Análise dos últimos 5 jogos do campeonato;
- Os movimentos de rotura efetuados sem colocação da bola também são contabilizados;
- 2 tipos de roturas:
 - Passe em 1ª fase (setor defensivo);
 - Passe em 2ª fase (setor médio).

OBSERVAÇÕES

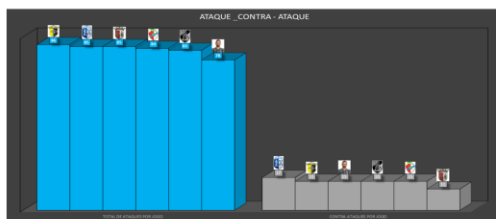
Em média:

- 16 roturas por jogo;
- 6 roturas por jogo com passe em 1ª fase (38%);
- 10 roturas por jogo com passe em 2ª fase (62%);
- J. Santos e Encada com a maior média de roturas por jogo.

#Aquiésvitória



ATAQUES **VITÓRIA B**



OBSERVAÇÕES
 Nos últimos 12 jogos:

- Diminuído o número de ataques por jogo, mas aumento da sua qualidade, com o número de ataques com remate por jogo (lider);
- Mesmo mantendo o número médio de contra-ataques por jogo, aumento significativo dos que deram origem a finalização (lider).

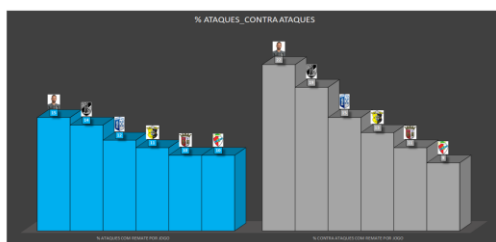
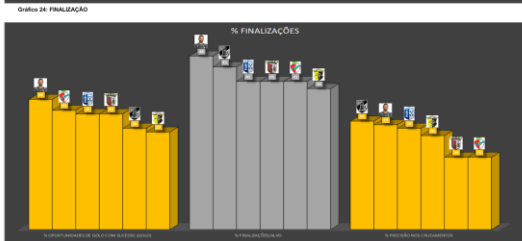
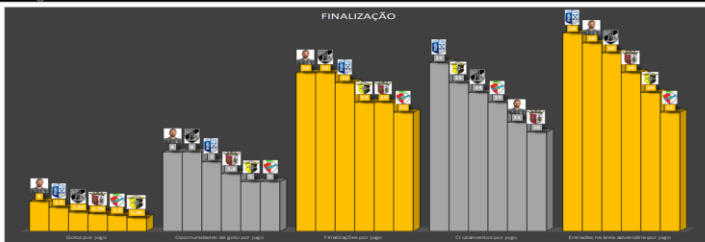


Gráfico 20: ATAQUE, CONTRA-ATAQUE
 Gráfico 21: % ATAQUE, CONTRA-ATAQUE

#Requisóvitoria

FINALIZAÇÃO **VITÓRIA B**



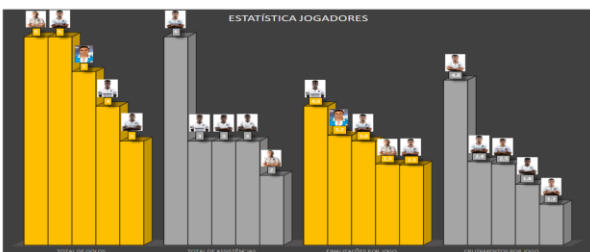
OBSERVAÇÕES
 Nos últimos 12 jogos:

- Aumenta significativo do número de golos por jogo (eficácia) (lider), com o mesmo número de finalizações e oportunidades de golo por jogo.
- Diminuição dos cruzamentos e da sua precisão;
- Aumento residual das entradas na área com bola.

Gráfico 24: FINALIZAÇÃO
 Gráfico 25: % FINALIZAÇÕES

#Requisóvitoria

ESTATÍSTICA INDIVIDUAL **VITÓRIA B**



OBSERVAÇÕES

- Estatísticas individuais das últimas 12 jornadas;

De salientar:

- O número de golos dos médios Nico e Esteves;
- O número de assistências de Esteves e dos defesas Ouattara e Zagré;
- O número de cruzamentos por jogo de Esteves.

Gráfico 26: ESTATÍSTICA INDIVIDUAL VFC_B

#Requisóvitoria

INSTITUTO POLITÉCNICO
DA GUARDA
ESECD_Licenciatura Desporto

João Paulo Silva (UEFA B)
jpt.silva@gmail.com



**Novas tecnologias,
desporto e
performance**

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

SHORT BIO

2008 – 2009
Treinador Sub-19 Valecambrense

2009 – 2011
Treinador Academia do Sporting Aveiro

2011 – 2012
Scout Futebol Clube do Porto

2012 – 2015
Scout Roar global (ENG)

2015 – 2016
Treinador S. Roque (Aveiro)

2016 – 2018
Treinador Sub-19 Arouca

2018 – 2019
Analista Sport Analytics LAB (Ismail)

2019 – 2020
Analista Vitória Sport Club



João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Futebol = Desporto complexo e imprevisível



Objetivo



Reduzir a imprevisibilidade



João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance



Clubes → Vários departamentos de apoio



- Performance
- Análise e Observação
- Psicologia
- Nutrição

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance



Equipa técnica = Equipa Multidisciplinar



- Treinador
- Treinador adjunto
- Treinador guarda-redes
- Preparador físico
- Analista/Observador

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance



Análise de jogo_o que é?

Para que serve?

Quais as funções de um analista?

Quais as ferramentas que utiliza?

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Funções do Analista

- Analisar o **processo de jogo** e treino da própria equipa
- Analisar e avaliar **jogadores** da própria **equipa**
- Analisar processo de **jogo** das equipas **adversárias**
- Analisar e avaliar **jogadores** das equipas adversárias
- Detetar **talentos**

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Ferramentas utilizadas

- Softwares** de análise
- Softwares de edição de vídeo
- Relatórios** escritos
- Relatórios em vídeo
- Plataformas** de base de dados

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Softwares de análise e edição de vídeo

Sportscode (<https://sportscode.com/analytics/>)



Longomatch (<https://longomatch.com/en/>)



Métrica (<https://metrica-sports.com/>)



Klipdraw (<https://www.klipdraw.com/en/>)



João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Relatórios Escritos



Jolo Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Relatórios Escritos



ORGANIZAÇÃO OFENSIVA

2ª FASE DE CONSTRUÇÃO (FASE DE CRIAÇÃO)

MÉDIO CENTRO NO CORREDOR LATERAL

- Médio centro desloca-se para o corredor lateral em 2ª fase de construção;
- Ata prepara-se em largura no corredor;
- Médio ofensivo do lado da bola realiza movimento de aproximação para tentar ligar o jogo;
- Avançado varia movimentos - apoiatura;
- A equipa encontra-se bastante desorganizada (espaço no corredor central) numa situação de perda de bola.

ENTRELINHAS

- Médios ofensivos e avançado procuram estas situações;
- Avançado e/ou médios ofensivos deslocam-se em profundidade, abrindo espaço entrelinhas para o outro médio ofensivo e/ou avançado;
- Capacidade de colar avançado e médios ofensivos entrelinhas na mesma ação;
- Se a bola entrar entrelinhas, o jogo ganha velocidade na procura de saída (movimentos de saída);
- Médios centrais fortes no passe entrelinhas;
- Avançado e médios ofensivos com timing nos movimentos de aproximação.

TROCA POSICIONAL ENTRE MÉDIOS CENTRO E OFENSIVO

- Condições, quando médios centrais do lado exterior sem bola;
- Yvan Neyou (M) é o médio centro que realiza este tipo de ação;
- Yvan Neyou desloca-se para um espaço entrelinhas ou procura a bola em profundidade;
- Médio ofensivo do lado da bola faz um movimento de aproximação na tentativa de ligar o jogo;
- Movimentos contrários;
- Ata prepara-se em largura;
- Avançado varia movimentos - apoiatura.

ANÁLISE ADVERSÁRIO BRAGA B

Resultados

Jolo Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Relatórios Escritos



ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA

ESPAÇO NAS COSTAS DOS MÉDIOS

- Aparecem constantemente e de forma natural;
- Potenciado quando a bola é circulada pela 1ª linha de construção de um corredor lateral para o outro;
- Médios centrais facilmente atraídos na pressão sobre médios centrais, quando estes fazem movimentos de aproximação para tentarem ligar o jogo;
- Médios com boa capacidade de recuperação defensiva, quando a bola entra nas suas costas.

ENTRELINHAS - MOVIMENTOS CONTRÁRIOS

- Potenciado quando a bola é circulada pela 1ª linha de construção de um corredor lateral para o outro, em bloco médio;
- Quando defesa lateral recebe a bola em largura;
- Médios atraídos na pressão aos médios centrais desprotegem as suas costas;
- Movimentos contrários - extremo do lado da bola e avançado procuram profundidade, enquanto o extremo do lado contrário procura a bola entrelinhas, no corredor central, e nas costas dos médios.

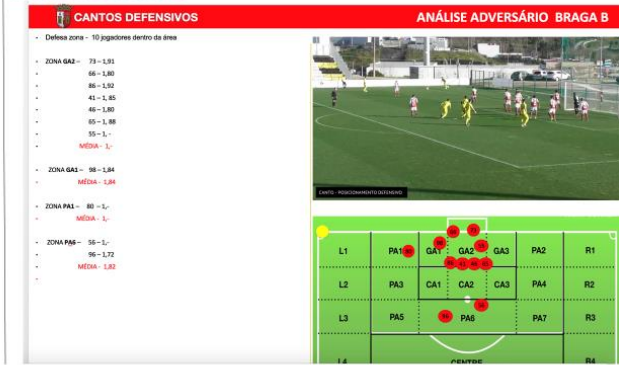
DIFICULDADE EM CONTROLAR A PROFUNDIDADE

- Devido ao posicionamento defensivo alto do bloco, surge muito espaço nas costas da linha defensiva;
- Com bola descoberta, linha defensiva tenta retirar profundidade mas nem sempre de forma rápida e objetiva;
- Defesas centrais pouco ágeis, com dificuldades na recuperação defensiva;
- Defesas centrais com dificuldades em proteger as costas do ala, quando estes saem na contagem em largura;

ANÁLISE ADVERSÁRIO BRAGA B

Jolo Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Relatórios Escritos



Jodo Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

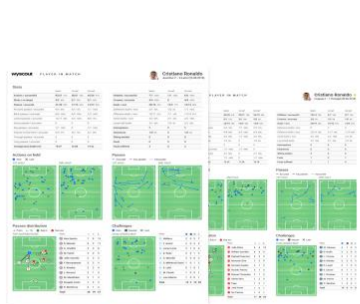
Relatórios em vídeo

Transição ofensiva – Braga B

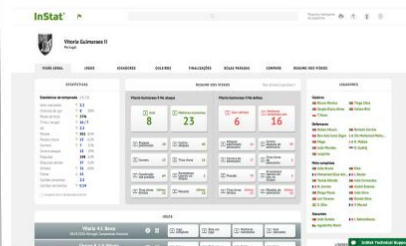


Jodo Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Bases de dados: futebol_plataformas



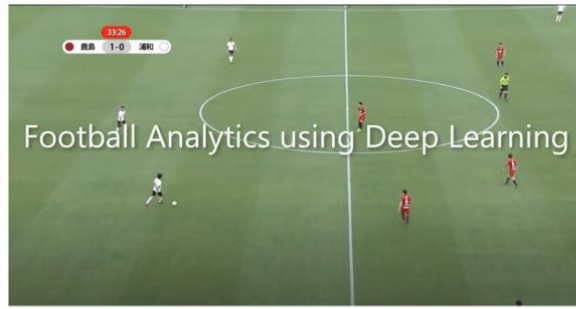
Wyscout (<https://wyscout.com/>)



Instat (<https://instatscout.com/>)

Jodo Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

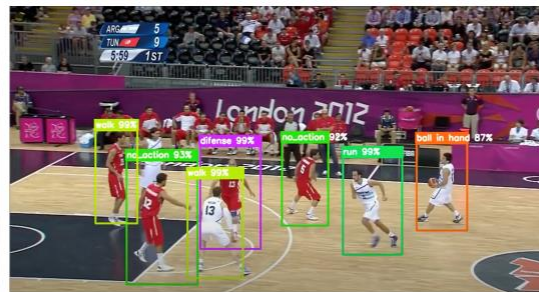
Tendências futuras



https://www.youtube.com/watch?v=hs_v3dv60U8&fbclid=IwAR03hw4lQlTMq0v9bXUvG17LHN2a8lI-4sxQlTmdp2Wu3qfo7ZabH5c

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Tendências futuras



https://www.youtube.com/watch?v=PEjilTghv4&fbclid=IwAR1ba75vpx86kxw_L1868Yp_ujPSXlaG9Y149n_j3SG7xf6UvOC44buY

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Tendências futuras



https://www.youtube.com/watch?time_continue=68&v=8f7wdu5Nhy8&feature=emb_logo

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Tendências futuras

Elite football of 2030 will not be the same as that of 2020: Preparing players, coaches, and support staff for the evolution

SCANDINAVIAN JOURNAL OF MEDICINE & SCIENCE IN SPORTS

EDITORIAL

**Elite football of 2030 will not be the same as that of 2020:
Preparing players, coaches, and support staff for the evolution**

George P. Nassis , Andrew Massey, Philipp Jacobsen, Joao Brito, Morten B. Randers, Carlo Castagna, Magni Mohr, Peter Krustrup

First published: 18 May 2020 | <https://doi.org/10.1111/sms.13681>

https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/sms.13681?hpid=hp-AR1GSX7ghr_WuY1H39fCh0t6vY5be4xrlauQRdPGI3o0DQgo5aHrRgP%3Fwiley

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Análise de jogo



João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Análise de jogo



João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Plataforma de oportunidades



To enjoy our website, you need to be logged in. [Log in](#)

FUTMAGAZINE [Home](#) [What really matters](#) [Community](#) [Login](#)

Get Into The Professional Level

FUTMagazine provides you real experiences and opportunities in professional contexts all over the world.
Get proven procedures, join a community of football professionals and reprogram your brain for success.

[GET STARTED FREE](#)

Only For Soccer Coaches Who Want To Become Professional

[Chat with us](#)

<https://futmagazine.com/en/>

João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance



Obrigado pela V. atenção!



23
João Silva_08.06.2020_Novas tecnologias, desporto e performance

Anexo 5. Estudo de casos (a) e (b)

Estudo de caso (a)

VITÓRIA B

COMPORTAMENTOS PADRÕES EQUIPAS ADVERSÁRIAS

VITÓRIA SC_B

Campeonato de Portugal
2019/20

#aquiésóvitória

VITÓRIA B

| OBJETIVOS |

- ◆ Identificar padrões comportamentais das equipas adversárias (slides 3 – 10);
- ◆ Identificar tendências (semelhanças e diferenças) entre os seis primeiros (exceto Vitória) e cinco últimos classificados (slides 11-17);
- ◆ Identificar o melhor onze do campeonato;
- ◆ Identificar o melhor onze sub 23 do campeonato.

| CRITÉRIOS |

- ◆ Análise (segundo a minha observação/opinião)
- ◆ Análise das características coletivas nos vários momentos do jogo através do relatório de observação dos adversários;
- ◆ São considerados os dados referentes aos relatórios de observação da primeira volta do campeonato exceto do Pedras Salgadas (2ª volta) – N=17 equipas;
- ◆ São considerados valores **padrão** todos os dados a partir de 65% do valor bruto (11 equipas em 17 possíveis);
- ◆ São considerados valores com **tendência forte** todos os dados compreendidos entre o intervalo 40% - 64%;
- ◆ São considerados valores com **tendência razoável** todos os dados compreendidos entre o intervalo 20% - 39%;
- ◆ São considerados valores com **tendência pouco significativa** todos os dados compreendidos entre o intervalo 1% - 19%;
- ◆ A comparação entre os primeiros e últimos classificados baseia-se na demonstração suas das diferenças e semelhanças;
- ◆ Na comparação entre os cinco primeiros e os cinco últimos classificados só são consideradas características padrão e com tendência forte;
- ◆ São consideradas **semelhanças** todas as comparações com 20% ou menos de diferença;
- ◆ São consideradas **diferenças** todas as comparações com 40% ou mais;

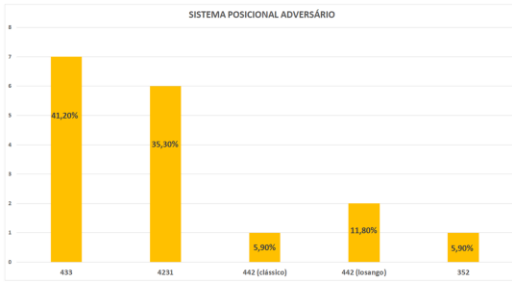


Gráfico 1: SISTEMA POSICIONAL ADVERSÁRIO

OBSERVAÇÕES

SISTEMA POSICIONAL ADVERSÁRIO

Padrão

- 433 + 4231 – 13 equipes (76,50%);

Tendência forte

- 433 – 7 equipes (41,20%);

Tendência razoável

- 4231 – 6 equipes (35,30%)

Tendência pouco significativa

- Restantes opções.

#aquilésóvitória



Gráfico 2: SISTEMA POSICIONAL DEFENSIVO

OBSERVAÇÕES

SISTEMA POSICIONAL DEFENSIVO

Padrão

- 4141 + 442 – 14 equipes (82,30%);

Tendência forte

- 442 – 9 equipes (52,90%);

Tendência razoável

- 4141 – 5 equipes (29,40%);

Tendência pouco significativa

- Restantes opções.

OBSERVAÇÕES

POSICIONAMENTO DEFENSIVO DO BLOCO

Tendência forte

- 442 – 9 equipes (52,90%);

Tendência razoável

- Médio – 4 equipes (23,50%);

Tendência pouco significativa

- Baixo – 2 equipes (11,80%);
- Médio-alto – 2 equipes (11,80%).

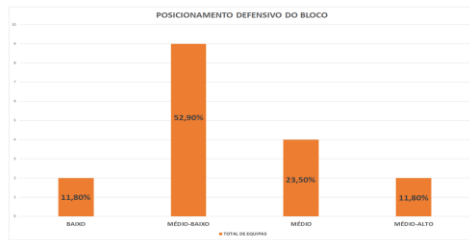


Gráfico 3: POSICIONAMENTO DEFENSIVO DO BLOCO

#aquilésóvitória

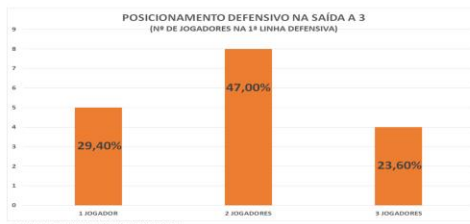


Gráfico 4: POSICIONAMENTO DEFENSIVO NA SAÍDA A 3

OBSERVAÇÕES

POSICIONAMENTO DEFENSIVO NA SAÍDA A 3

Tendência forte

- 2 jogadores – 8 equipes (47%);

Tendência razoável

- Médio – 4 equipes (23,50%);

Tendência pouco significativa

- Baixo – 2 equipes (11,80%);
- Médio-alto – 2 equipes (11,80%).

OBSERVAÇÕES

CONTROLE DE CORREDORES

Padrão

- C. laterais – zona de pressão coletiva para ganhar a bola – 12 equipes (70%);

Tendência forte

- Espaço central-lateral – 10 equipes (58,82%);

- Espaço no 1/3 corredor contrário – 7 equipes (41,17%);

Tendência razoável

- Dificuldade em defender os corredores laterais – 5 equipes (29,40%);

- Extremo não acompanhava lateral – 5 equipes (29,40%);

Tendência pouco significativa

- Restantes opções.



Gráfico 5: ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA - CONTROLE DE CORREDORES

#aquilésóvitória

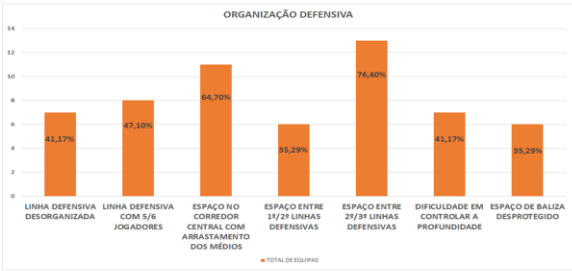


Gráfico 6 ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA

OBSERVAÇÕES
SISTEMA POSICIONAL DEFENSIVO
Padrão
 • Espaço entre 2ª e 3ª linhas defensivas – 13 equipas (76,40%);
 • Espaço no corredor central com arrastamento dos médios – 11 equipas (64,70%);
Tendência forte
 • Linha defensiva com 5/6 jogadores – 8 equipas (47,10%);
 • Linha defensiva desorganizada – 7 equipas (41,17%);
 • Dificuldade em controlar a profundidade - 7 equipas (41,17%);
Tendência razoável
 • Espaço entre 15ª e 21ª linhas defensivas – 6 equipas (35,29%);
 • Espaço baliza desprotegido – 6 equipas (35,29%);
Tendência pouco significativa
 • Restantes opções.

#Aquiésvitória

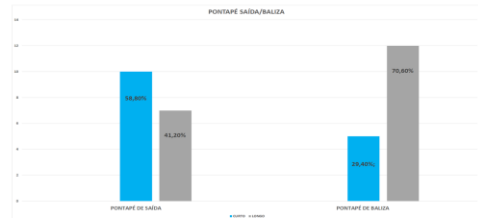


Gráfico 7 PONTAPÉ SAÍDA/BALIZA

OBSERVAÇÕES
PONTAPÉ DE SAÍDA
 • Não existe diferenças significativas.
PONTAPÉ BALIZA
Padrão
 • Longo – 12 equipas (70,60%);

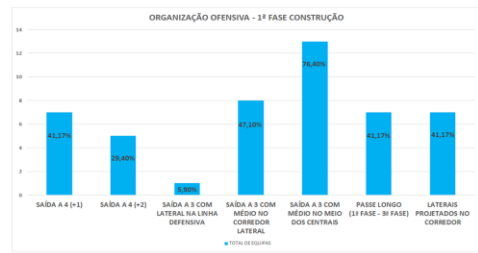


Gráfico 8 ORGANIZAÇÃO OFENSIVA - 1ª FASE DE CONSTRUÇÃO

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA - 1ª FASE CONSTRUÇÃO
Padrão
 • Saída a 3 com médio no meio dos centrais – 13 equipas (76,40%);
Tendência forte
 • Saída a 3 com médio no corredor lateral – 8 equipas (47,10%);
 • Saída a 4 (1+1) – 7 equipas (41,17%);
 • Passe longo (1ª fase – 3ª fase) - 7 equipas (41,17%);
 • Laterais projetados no corredor - 7 equipas (41,17%);
Tendência razoável
 • Saída a 4 (1+2) – 5 equipas (29,40%);
Tendência pouco significativa
 • Restantes opções.

#Aquiésvitória

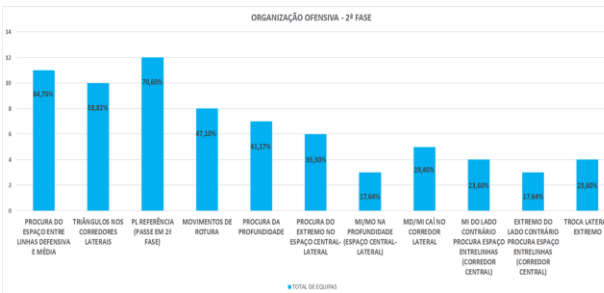
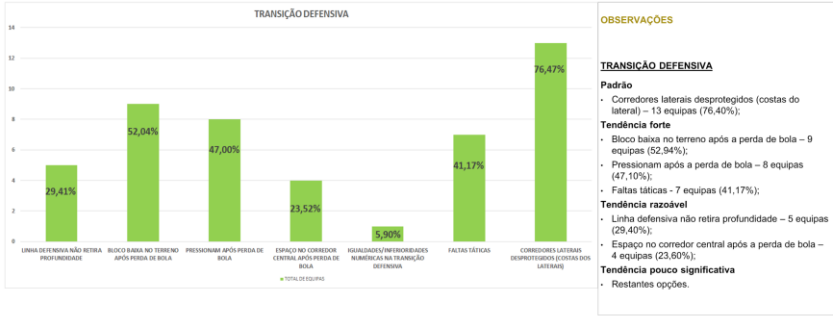


Gráfico 9 VARIAÇÕES - ORGANIZAÇÃO OFENSIVA - 2ª FASE

OBSERVAÇÕES
ORGANIZAÇÃO OFENSIVA (2ª FASE)
Padrão
 • PI referência (passe em 2ª fase) – 12 equipas (70,60%);
 • Procura do espaço entre linhas defensiva e média – 11 equipas (64,70%);
Tendência forte
 • Triângulos nos corredores laterais – 10 equipas (58,82%);
 • Movimentos de rotura – 8 equipas (47,10%);
 • Procura da profundidade - 7 equipas (41,17%);
Tendência razoável
 • Procura do extremo no espaço central-lateral – 6 equipas (35,30%);
 • MDMM cai no corredor lateral – 5 equipas (29,40%);
 • MI do lado contrário procura espaço entrelinhas (corredor central) – 4 equipas (23,60%);
 • Troca lateral-extremo – 4 equipas (23,60%);
Tendência pouco significativa
 • Restantes opções.

#Aquiésvitória



OBSERVAÇÕES

TRANSIÇÃO DEFENSIVA

Padrão

- Corredores laterais desprotegidos (costas do lateral) – 13 equipas (76,40%);

Tendência forte

- Bloco baixa no terreno após a perda de bola – 9 equipas (52,94%);
- Pressionam após a perda de bola – 8 equipas (47,10%);
- Falta tática - 7 equipas (41,17%);

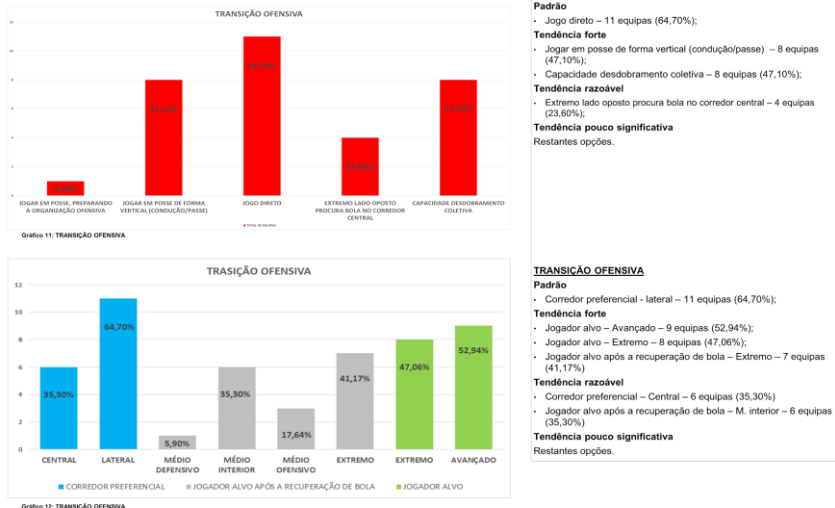
Tendência razoável

- Linha defensiva não retrai profundidade – 5 equipas (29,40%);
- Espaço no corredor central após a perda de bola – 4 equipas (23,60%);

Tendência pouco significativa

- Restantes opções.

#aquêsóvitória



OBSERVAÇÕES

TRANSIÇÃO OFENSIVA

Padrão

- Jogo direto – 11 equipas (64,70%);

Tendência forte

- Jogar em posse de forma vertical (condução/passe) – 8 equipas (47,10%);
- Capacidade de desdobramento coletiva – 8 equipas (47,10%);

Tendência razoável

- Extremo lado oposto procura bola no corredor central – 4 equipas (23,60%);

Tendência pouco significativa

- Restantes opções.

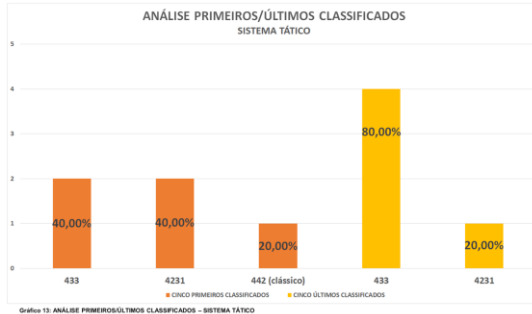
Gráfico 11: TRANSIÇÃO OFENSIVA

Gráfico 12: TRANSIÇÃO OFENSIVA

#aquêsóvitória

Estudo de caso (b)

COMPARAÇÃO PRIMEIROS_ÚLTIMOS CLASSIFICADOS VITÓRIA B



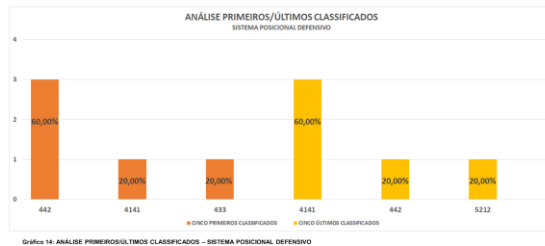
OBSERVAÇÕES

SISTEMA TÁTICO

- Cinco primeiros classificados**
- Tendência forte;
 - 433 – 2 equipas (40,00%);
 - 4231 – 2 equipas (40,00%);
- Cinco últimos classificados**
- Padrão;
 - 433 – 4 equipas (80,00%).

#aquêsóvitória

COMPARAÇÃO PRIMEIROS_ÚLTIMOS CLASSIFICADOS VITÓRIA B



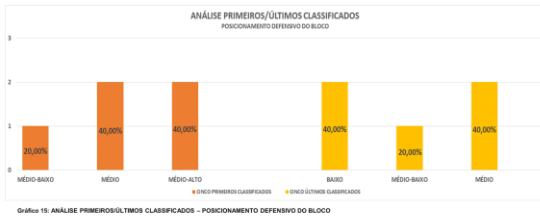
OBSERVAÇÕES

SISTEMA POSICIONAL DEFENSIVO

- Cinco primeiros classificados**
- Tendência forte;
 - 442 – 3 equipas (60,00%);
- Cinco últimos classificados**
- Tendência forte;
 - 4141 – 3 equipas (60,00%);

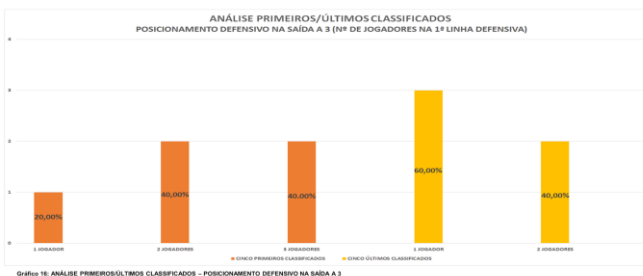
POSICIONAMENTO DEFENSIVO DO BLOCO

- Cinco primeiros classificados**
- Tendência forte
 - Médio – 2 equipas (40,00%);
 - Médio alto – 2 equipas (40,00%).
- Cinco últimos classificados**
- Tendência forte;
 - Baixo – 2 equipas (40,00%);
 - Médio – 2 equipas (40,00%).



#aquêsóvitória

COMPARAÇÃO PRIMEIROS_ÚLTIMOS CLASSIFICADOS - O. DEFENSIVA VITÓRIA B



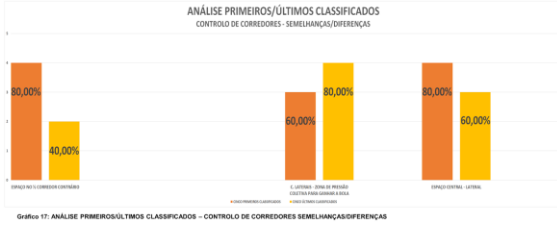
OBSERVAÇÕES

P. DEFENSIVO NA SAÍDA A 3

- Cinco primeiros classificados**
- Tendência forte;
 - 2 Jogadores – 2 equipas (40,00%);
 - 3 Jogadores – 2 equipas (40,00%).
- Cinco últimos classificados**
- Tendência forte
 - 1 Jogador – 3 equipas (60,00%);
 - 2 Jogadores – 2 equipas (40,00%).

#aquêsóvitória

COMPARAÇÃO PRIMEIROS_ÚLTIMOS CLASSIFICADOS – O. DEFENSIVA VITÓRIA B



OBSERVAÇÕES

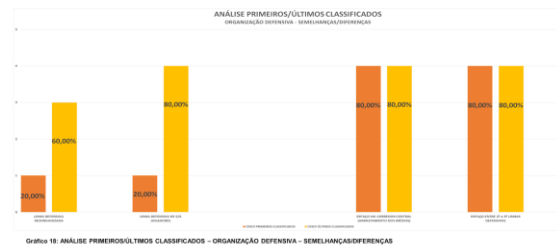
CONTROLE DE CORREDORES

Diferenças
Espaço no 1/4 corredor contrário (única diferença assinalável);
• Maior incidência no grupo dos cinco primeiros classificados (4 equipas – 80,00%);

Semelhanças
Corredores laterais – zona de pressão coletiva para ganhar a bola;
• Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (4 equipas – 80,00%);
Espaço central-lateral
• Maior incidência no grupo dos cinco primeiros classificados (4 equipas – 80,00%);

#aquilésovitória

COMPARAÇÃO PRIMEIROS_ÚLTIMOS CLASSIFICADOS – O. DEFENSIVA VITÓRIA B



OBSERVAÇÕES

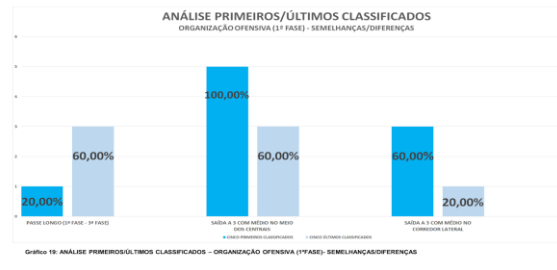
ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA

Diferenças
Linha defensiva desorganizada;
• Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (3 equipas – 60,00%);
Linha defensiva de 5/6 jogadores
• Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (4 equipas – 80,00%);

Semelhanças
Espaço no corredor central (armasamento dos médios);
• Igual incidência entre os dois grupos (4 equipas – 80,00%);
Espaço entre 2ª e 3ª linhas defensivas
• Igual incidência entre os dois grupos (4 equipas – 80,00%);

#aquilésovitória

COMPARAÇÃO PRIMEIROS_ÚLTIMOS CLASSIFICADOS – OFENSIVA VITÓRIA B



OBSERVAÇÕES

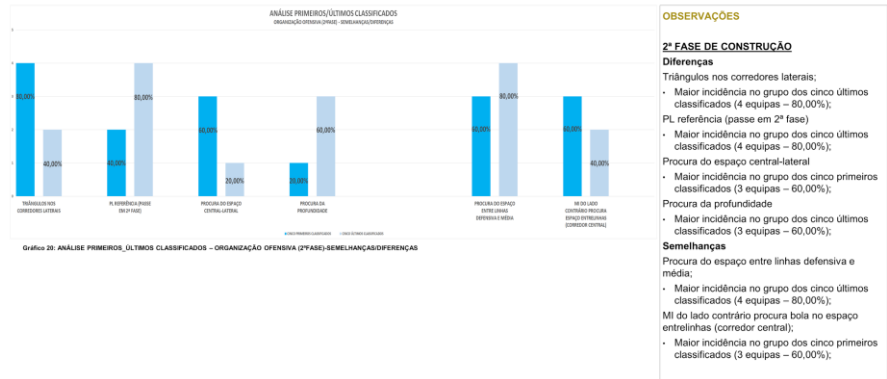
1ª FASE CONSTRUÇÃO

Diferenças
Passe longo (1ª fase – 3ª fase);
• Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (3 equipas – 60,00%);
Saída a 3 com médio no meio dos centrais
• Maior incidência no grupo dos cinco primeiros classificados (5 equipas – 100,00%);
Saída a 3 com médio no corredor lateral
• Maior incidência no grupo dos cinco primeiros classificados (3 equipas – 60,00%);

Semelhanças
• Ausência de semelhanças significativas entre os dois grupos.

#aquilésovitória

COMPARAÇÃO PRIMEIROS_ÚLTIMOS CLASSIFICADOS – OFENSIVA **VITÓRIA B**



OBSERVAÇÕES

2ª FASE DE CONSTRUÇÃO

Diferenças

Triângulos nos corredores laterais;

- Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (4 equipes – 80,00%);

PL referência (passe em 2ª fase)

- Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (4 equipes – 80,00%);

Procura do espaço central-lateral

- Maior incidência no grupo dos cinco primeiros classificados (3 equipes – 60,00%);

Procura da profundidade

- Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (3 equipes – 60,00%);

Semelhanças

Procura do espaço entre linhas defensiva e média;

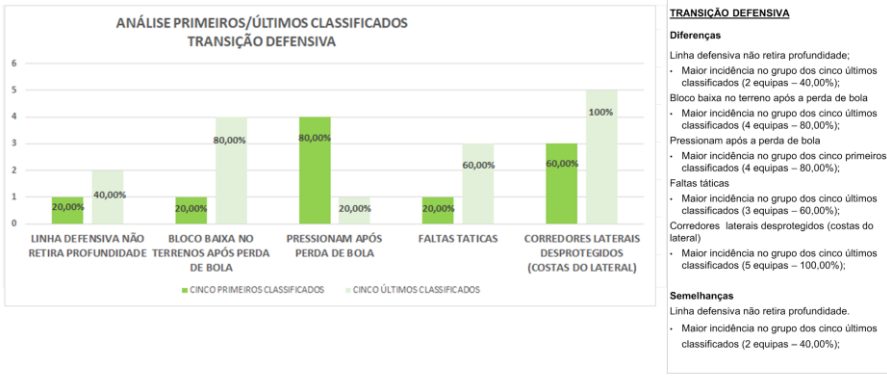
- Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (4 equipes – 80,00%);

MI do lado contrário procura bola no espaço entrelinhas (corredor central);

- Maior incidência no grupo dos cinco primeiros classificados (3 equipes – 60,00%);

#aquêsóvitória

COMPARAÇÃO PRIMEIROS_ÚLTIMOS CLASSIFICADOS – T. DEFENSIVA **VITÓRIA B**



OBSERVAÇÕES

TRANSIÇÃO DEFENSIVA

Diferenças

Linha defensiva não retira profundidade;

- Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (2 equipes – 40,00%);

Bloco baixa no terreno após a perda de bola

- Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (4 equipes – 80,00%);

Pressionam após a perda de bola

- Maior incidência no grupo dos cinco primeiros classificados (4 equipes – 80,00%);

Faltas táticas

- Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (3 equipes – 60,00%);

Corredores laterais desprotegidos (costas do lateral)

- Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (5 equipes – 100,00%);

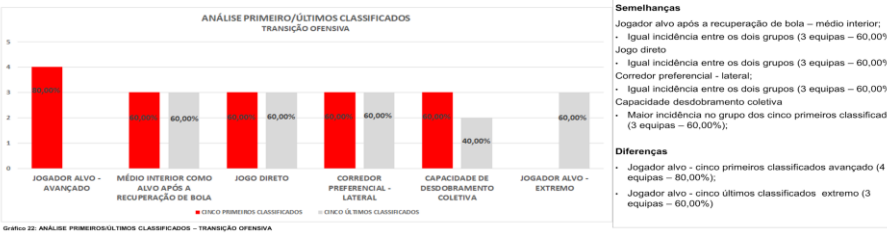
Semelhanças

Linha defensiva não retira profundidade.

- Maior incidência no grupo dos cinco últimos classificados (2 equipes – 40,00%);

#aquêsóvitória

COMPARAÇÃO PRIMEIROS_ÚLTIMOS CLASSIFICADOS – T. OFENSIVA **VITÓRIA B**



OBSERVAÇÕES

Semelhanças

Jogador alvo após a recuperação de bola – médio interior;

- Igual incidência entre os dois grupos (3 equipes – 60,00%);

Jogo direto

- Igual incidência entre os dois grupos (3 equipes – 60,00%);

Corredor preferencial - lateral;

- Igual incidência entre os dois grupos (3 equipes – 60,00%);

Capacidade desdobramento coletiva

- Maior incidência no grupo dos cinco primeiros classificados (3 equipes – 60,00%);

Diferenças

- Jogador alvo - cinco primeiros classificados avançado (4 equipes – 80,00%);
- Jogador alvo - cinco últimos classificados extremo (3 equipes – 60,00%);

#aquêsóvitória



VITÓRIA B

COMPORTAMENTOS PADRÕES
EQUIPAS ADVERSÁRIAS

VITÓRIA SC_B

Campeonato de Portugal
2019/20

#aquiésvitória