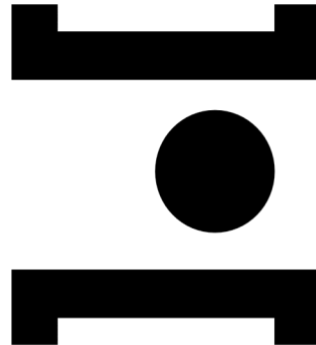


INSTITUTO POLITÉCNICO DE SANTARÉM
ESCOLA SUPERIOR DE DESPORTO DE RIO MAIOR



**POLITÉCNICO
DE SANTARÉM**

REPRESENTATIVIDADE DOS EXERCÍCIOS DE TREINO EM COMPARAÇÃO AO JOGO

VALIDAÇÃO DO SISTEMA DE OBSERVAÇÃO DA EFICÁCIA NO PROCESSO OFENSIVO

**Relatório de Estágio apresentado para a obtenção do grau Mestre em
Treino Desportivo – Hóquei em Patins**

ORIENTAÇÃO:

PROFESSOR ESPECIALISTA JOÃO PEDRO JORGE SIMÕES

MESTRANDO:

DAVID RIBEIRO DE CARVALHO PEREIRA

Fevereiro de 2024

Agradecimentos

À medida que este ciclo chega ao fim, sinto-me compelido a expressar a minha profunda gratidão a todas as pessoas que estiveram ao meu lado diariamente, contribuindo para a elaboração desta dissertação. Estas breves palavras são dedicadas a essas pessoas, cujo apoio e colaboração, direta ou indiretamente, foram inestimáveis.

À minha família, com um agradecimento especial aos meus pais, pelo apoio incondicional ao longo de todos esses anos. Sou imensamente grato pelo apoio financeiro e pessoal que sempre me ofereceram, assim como pelos sábios conselhos e puxões de orelha diários. Sem o amor e orientação deles, seria impossível crescer e evoluir como pessoa. Vamos lá abrir esse champanhe! Obrigado!

À minha namorada Bárbara pelas horas de paciência, a sua presença constante, pelo apoio inabalável e amor incondicional foram fundamentais para a minha jornada académica. As suas críticas e os seus pontos de vista obrigavam-me a ser melhor a cada dia. Obrigado!

Aos meus amigos, que nunca deixaram de acreditar em mim e sempre me apoiaram nesta jornada. Ao meu fiel Lucas por todos os passeios, horas de companhia, alegria e brincadeiras que me trouxe calma e tranquilidade, que me permitiram recarregar energias. Obrigado!

Ao Professor Especialista João Simões, meu orientador de estágio, pela sua disponibilidade, pelas trocas de informação e por todas as correções do presente relatório. Obrigado!

Ao Professor Doutor João Valente dos Santos, que me permitiu a realização deste Estágio, pelo profissional que demonstrou ser com sabedoria sobre os mais diversos temas e por cada dia ser uma inspiração para mim. Obrigado!

Aos treinadores especialistas que me ajudaram a completar o meu estudo. Obrigado!

Ao Sporting Clube de Portugal, todos os seus elementos constituintes, jogadores, equipa técnica e staff, especialmente aos meus colegas e agora amigos, Francisco e Marco, por me terem recebido da melhor maneira, com a melhor energia e profissionalismo. Obrigado!

“Be yourself; everyone else is already taken.” – Oscar Wilde

Índice

<i>Resumo</i>	6
<i>Abstract</i>	7
1. Parte I – O estágio	8
1.1. Introdução	8
1.2. Enquadramento teórico	10
1.2.1. Hóquei em Patins	10
1.2.2. Análise de jogo no Hóquei em Patins	12
1.2.2.1. Análise de vídeo como meio de <i>feedback</i>	15
1.3. Avaliação do Contexto	17
1.3.1. História e contexto atual Sporting Clube de Portugal	17
1.3.2. Caracterização da secção de Hóquei em Patins do SCP	18
1.3.3. Caracterização dos Quadros Competitivos.....	35
1.3.4. Objetivos da época desportiva 2021/2022.....	39
1.4. Análise da Atividade	42
1.4.1. Objetivos da intervenção profissional	43
1.4.2. Objetivos a atingir com a população alvo	45
1.5. Modelo de jogo	46
1.5.1. Sistema de jogo utilizados	47
1.5.2. Princípios fundamentais do jogo	48
1.6. Planeamento e operacionalização do treino e competição	50
1.6.1. Microciclo Padrão	51
2. Parte II: Elaboração e validação do Sistema de Observação	54
3. O Estudo	57
3.1.1. Introdução	57
3.2. Enquadramento Teórico	58

3.2.1.	Momentos do jogo no Hóquei em Patins – Processo ofensivo	60
3.3.	Metodologia	61
3.3.1.	Caracterização da Amostra	61
3.4.	Apresentação do problema / Objetivos.....	61
3.4.1.	Tarefas, procedimentos e protocolos	62
3.4.2.	Momentos do jogo – caracterização	63
3.5.	Resultados do estudo: Representatividade dos exercícios de treino em comparação ao jogo	63
3.5.1.	Análise de dados	63
3.6.	Conclusão	72
4.	Relação com a comunidade	73
4.1.	Treinador de formação do Sporting Clube de Portugal (Sub-13)	73
4.2.	Formação ao Público “Análise de jogo no Hóquei em Patins”	75
5.	Bibliografia	76
6.	Anexos	79
	Ataque Organizado (sub-categorias):	79
	Ataque Rápido (sub-categorias):.....	80
	Contra-ataque (sub-categorias):	81
	Esquemas táticos (sub-categorias):.....	82
	Bolas Paradas (sub-categorias):	82
	Power-Play (sub-categorias):	83

Índice de Tabelas

Tabela 1 - Caracterização geral dos Séniores da equipa de Hóquei em Patins do SCP	34
Tabela 2 - Grupos da Golden Cup 2022	38
Tabela 3 - Provas oficiais de 2021/2022 (Tipologia; nº de jogos; Objetivo proposto e o lugar alcançado)	41
Tabela 4 - Microciclo do analista com um jogo por semana.	54
Tabela 5 - Microciclo do analista com dois jogos por semana	54
Tabela 6 - Estatística descritiva para as variáveis caracterizadoras da amostra.	64
Tabela 7 - Correlação entre diferentes variáveis em estudo.....	70

Índice de Imagens

Figura 1 - Ciclo de preparação para a competição - Fonte: Adaptado de Carling et al. (2005)..	15
Figura 2 - Organograma HP do SCP.....	19
Figura 3 - Sistematização das funções-chave	28
Figura 4 - Sistemas de jogo pré-estabelecidos: 1:2:2; 1:3:1; 1:1:2:1; 1:2:1:1; 1:1:3.	47
Figura 5 - Divisão do campo em sete zonas Defensivas (AB - Atrás da baliza; TFE - Tabela de Fundo Esquerda; TFD - Tabela de Fundo Direita; ZI - Zona Interior; CC - Corredor Central; CLE - Corredor Lateral Esquerdo; CLD - Corredor Lateral Direito).....	48
Figura 6 - Divisão do campo em sete zonas ofensivas (AB - Atrás da Baliza; TFE - Tabla de Fundo Esquerda; TFD - Tabela de Fundo Direita; ZI - Zona Interior; CC - Corredor Central; CLE - Corredor Lateral Esquerdo; CLD - Corredor Lateral Direito).....	49
Figura 7 – Microciclo competitivo com um jogo.	51
Figura 8 - Microciclo competitivo com dois jogos.	53
Figura 9 - Sistema de observação	62

Resumo

Título: Relatório de Estágio na equipa de Hóquei em Patins do Sporting Clube de Portugal (Campeonato Nacional 1ª Divisão) & Representatividade dos exercícios de treino em comparação ao jogo – Validação do Sistema de Observação da eficácia no processo Ofensivo

Autores: David Pereira

O relatório de estágio enquadra-se no momento final de avaliação para a obtenção do grau de Mestre em Treino Desportivo pela Escola Superior de Desporto de Rio Maior.

O estágio realizou-se no Sporting Clube de Portugal, na época 2021/2022, integrando a equipa técnica dos Seniores de Hóquei em Patins desempenhando funções de analista de jogo e treino, e apoio às dinâmicas de todo o processo de treino e jogo da equipa Sénior A.

O relatório de estágio encontra-se dividido em cinco partes: revisão da literatura; as atividades que foram desenvolvidas no decorrer do estágio, o estudo que para além de estudar a representatividade dos exercícios de treino em comparação ao jogo, foi feita a validação do sistema de observação criado e a relação com a comunidade.

Abstract

Title: Internship Report in the Roller Hockey Team of Sporting Clube de Portugal (National Championship 1st Division) & The Representativeness of Training Exercises Compared to the Game - Validation of the Efficacy Observation System in the Offensive

Process Author: David Pereira

The internship report is part of the final evaluation process for obtaining a Master's degree in Sports Coaching from the Escola Superior de Desporto de Rio Maior.

The internship took place at Sporting Clube de Portugal during the 2021/2022 season, where I was part of the senior roller hockey technical team, serving as a game and training analyst, and providing support to the dynamics of the entire training and game process of the Senior A team.

The internship report is divided into five parts: literature review, the activities carried out during the internship, the study that not only examines the representativeness of training exercises compared to the game but also validates the created observation system, and the relationship with the community.

1. Parte I – O estágio

1.1. Introdução

O Estágio

O Estágio é uma unidade curricular anual do Mestrado em Treino Desportivo – decorre durante o 2º ano do Mestrado e corresponde a 60 ECTS. Segundo o Regulamento de Estágio do Mestrado em Treino Desportivo, da Escola Superior de Desporto de Rio Maior, devem ser realizadas 1500 horas de trabalho do estudante, sendo 150 destas horas de contacto, distribuídas pela seguinte tipologia: 50 horas de Orientação Tutorial e 100 horas de Estágio. De referir que para além destas horas do enquadramento legal, o estágio e o estudo exigiu-nos muito mais horas de dedicação sendo mesmo imprudente contabilizá-las.

Segundo o regulamento de estágio de Mestrado em Treino Desportivo, da Escola Superior de Rio Maior, o Estágio procura contribuir para os objetivos do Mestrado concorrendo para a formalização especializada e para o conhecimento científico no contexto profissional do desporto.

O processo de estágio decorreu na equipa profissional sénior masculina de Hóquei em Patins do Sporting Clube de Portugal, sob a tutoria do fisiologista da equipa e coordenador do Centro de Otimização Desportiva (COD) Professor Doutor João Valente dos Santos, ao abrigo do protocolo entre a ESDRM e o Sporting Clube de Portugal.

Este documento está estruturado de forma a apresentar, numa primeira parte, o enquadramento teórico onde definimos a modalidade em si e a história do clube onde estive inserido a fazer estágio.

Numa segunda parte, detalhar o dia-a-dia do estágio em si, o que foi feito e de que forma era feito.

Na terceira e quarta parte do documento, está inserido o estudo que foi feito no estágio que tem como objetivo de validar e utilizar o Sistema de Observação de Eficácia do Processo Ofensivo no Hóquei em Patins, que vai ser uma ferramenta útil para o planeamento e escolha de tarefas de treino.

Terminamos com uma quinta parte, onde será apresentado a relação com a comunidade, cujo objetivo é proporcionar a toda a comunidade profissional (treinadores, analistas, etc) e amante da modalidade um momento de formação com o tipo de trabalho que realizei como analista durante o estágio.

O Estagiário

David Ribeiro de Carvalho Pereira, nascido a 12 de dezembro de 1995, natural de Lisboa e licenciado pela Universidade Lusíada de Lisboa no curso Ciências do Desporto, encontra-se no processo de obtenção de grau mestre em Treino Desportivo, com especialização em Hóquei em Patins pela Escola Superior de Desporto de Rio Maior. É detentor do Título de Profissional de Treinador de Desporto, Hóquei em Patins – Grau 1.

Praticante federado da modalidade de Hóquei em Patins ao longo de 15 épocas desportivas representando cinco clubes na carreira: Associação Académica da Amadora, Sport Lisboa e Benfica, Clube Desportivo de Paço de Arcos, Associação Juventude Salesiana e Grupo Recreativo Familiar de Murches. Como treinador iniciou aos 18 anos no meu primeiro clube de formação, Associação Académica da Amadora (A.A.A), onde deu os meus primeiros passos como treinador, iniciando no primeiro ano como treinador adjunto dos Bambis, Benjamins e Escolares e depois durante dois anos foi treinador principal de Sub-13 e Sub-15.

Após esses 3 anos na A.A.A fez uma mudança para o Ginásio Clube de Odivelas tendo estado durante dois anos, no primeiro como treinador de Sub-13 e Sub-15, e no segundo ano como coordenador da formação do clube e treinador de Sub-17, Sub-19 e Sub-23.

De seguida teve uma mudança de paradigma em termos desportivos, representando um clube como treinador que já tinha representado como jogador, o Clube Desportivo de Paço de Arcos (CDPA), agora com funções de treinador Adjunto dos Séniores (1ª Divisão Nacional) no primeiro ano e no segundo ano como treinador principal dos Sub-17 e continuando como treinador adjunto dos Séniores do CDPA, dois anos de pura aprendizagem devido às exigências do clube histórico que se tratava. Na temporada 2019/2020 teve mais uma mudança de clube e de realidades, e aceitou apenas com 23 anos ser o treinador principal dos Séniores do Hóquei Clube de Patinagem de Grândola (HCPG), em que ficou durante dois anos, com os objetivos sempre alcançados, sendo que o primeiro ano o campeonato foi interrompido devido à pandemia que se opôs (Covid-19).

A análise e a estratégia do jogo sempre foi uma das suas paixões e desde cedo começou a ter curiosidade nessas duas áreas, e então por isso decidiu trazer o tema para o seu estudo para aprofundar mais detalhadamente e conseqüentemente ser a sua função principal do estágio – Analista.

1.2. Enquadramento teórico

1.2.1. Hóquei em Patins

O Hóquei em Patins, também conhecido por roller hockey ou mais recentemente rink hockey, é um desporto popular em quase 60 países do mundo sendo que está mais concentrado na Europa e o seu crescimento tem sido evidente (Coelho-E-Silva et al., 2012).

É jogado numa pista retangular de superfície plana e lisa (40m x 20m) rodeada por uma rede de 1 metro de altura, onde se defrontam duas equipas de cinco jogadores de campo e cinco jogadores suplentes cada, em cima de patins de quatro rodas e um setique, com uma bola e duas balizas.

O hóquei em patins caracteriza-se como um jogo desportivo coletivo, com uma relação de oposição/cooperação, composto por ações técnico-táticas, onde as equipas

defrontam-se planejando e coordenando essas ações técnico-táticas de maneira a cumprirem o objetivo de introduzir a bola na baliza do adversário com ajuda do setique, sendo os comportamentos influenciados pelos processos de ataque e defesa, determinantes para a obtenção da vitória (adaptado de Amorim, 2008; Brázio, 2006; Lopes, 2002)

Em relação à especificidade da modalidade, o Hóquei em Patins torna-se numa modalidade especial com características muito próprias, que têm tido adaptações ao longo dos tempos (Manaças, 1998) desde o local onde é praticado, alteração das regras até aos equipamentos da prática da modalidade. Um jogo que é praticado com velocidade e que exige aos jogadores uma rápida tomada de decisão e execução, a coragem, a capacidade de análise de concentração e inteligência (Manaças, 1998)

Devido à imprevisibilidade do jogo e as próprias regras que haja um equilíbrio que, muitas vezes arrasta o resultado final para uma incerteza que se mantém até ao apito final, obrigando também aos treinadores e jogadores a constantes alterações estratégicas. Estas variações que exige a modalidade, de interpretação momentânea só está ao alcance de atletas diferenciados, que tenham do ponto vista técnico-tático tenham uma base de soluções alargadas e que consigam tomar as melhores decisões em tempo muito reduzido. Os jogos desportivos coletivos proporcionam esta riqueza de situações imprevistas e que permitem aos atletas e treinadores terem um meio de formação de excelência, que quando bem orientados na prática, induzem um desenvolvimento de competências nos planos tático-cognitivo, técnico e sócio afetivo (Mesquita, 1992).

1.2.2. Análise de jogo no Hóquei em Patins

Um dos fatores que tem contribuído para o crescimento do desporto, a nível mundial, é a possibilidade de aplicar a ciência aos problemas do desporto (Areces,2000). O Homem desde cedo observou e analisou tudo o que o envolvia para tomar decisões, com o tempo tornou-se numa observação mais sistematizada, ou seja, dar significado ao que é observado e não apenas “olhar” o que nos rodeia.

Para se analisar é necessário conhecer a especificidade da modalidade em questão, evitando a adesão de conceitos e de estruturas de análises de outros desportos (Gayo, 1998). A análise então traduz-se na observação de jogadores e equipas, tendo como principais objetivos diagnosticar, retificar e tratar os dados obtidos com o objetivo sempre de melhorar a *performance*, disponibilizando essa informação trabalhada aos jogadores num determinado momento (Ferreira,2005).

A análise de jogo permite configurar modelos de jogadores e de equipas, identificar traços da atividade cuja presença ou ausência se correlaciona com o sucesso de processos e a obtenção de resultados positivos, promovendo assim o desenvolvimento de metodologias de treino que possam garantir uma maior especificidade e identificar tendências evolutivas das diferentes modalidades (Garganta, 2001)

A análise de jogo no Hóquei em Patins é um tema pouco estudado, mas que no entanto com o avançar do tempo tem ganho cada vez mais importância, e à assumir um papel importante entre os treinadores e os investigadores (Sousa, 2013). A inexistência de análise de jogo ao nível da competição reverte-se numa lacuna, como refere Gaspar (1999) se por um lado já surgem algumas equipas que fazem levantamento estatístico do jogo, por outro, muito há ainda por fazer, principalmente no que se refere à utilização dos dados de observação recolhidos.

Segundo Vaz (2011) a diferença do que acontece noutras modalidades consideradas de domínio energético-funcional ou de carácter técnico combinado, nos desportos de equipa a dimensão táctica parece condicional de uma forma importante a prestação dos jogadores e equipa.

Com base na análise de informações relevantes acerca do jogo, iremos procurar otimizar todas as ações e comportamentos dos jogadores e equipas na competição. Informação essa que depois de sistematizada, permite perceber ideias de jogo, comportamentos padrões de equipa e individual e que possibilitarão instituir novas metodologias de jogo e treino, bem como indicar novas tendências dentro da modalidade (Areces, 2000).

Os especialistas têm vindo a desenvolver instrumentos que permitam descrever todas as ações mais importantes de uma partida e, em simultâneo, conseguir avaliar todos os comportamentos da equipa e jogadores (Costa, Garganta, Greco & Mesquita, 2009)

Em todos os jogos desportivos devido à captação de informação e tomada de decisão que por vezes têm de tomar em milésimos de segundos é importante agirem de modo contrário à previsibilidade, adaptando-se à imprevisibilidade do jogo. É necessários que o praticante tenha o conhecimento da modalidade desportiva para conseguir solucionar, por meios cognitivos, os problemas presentes no contexto do jogo, resolução essa que será solucionada através de uma habilidade motora (Julio & Juan, 2010).

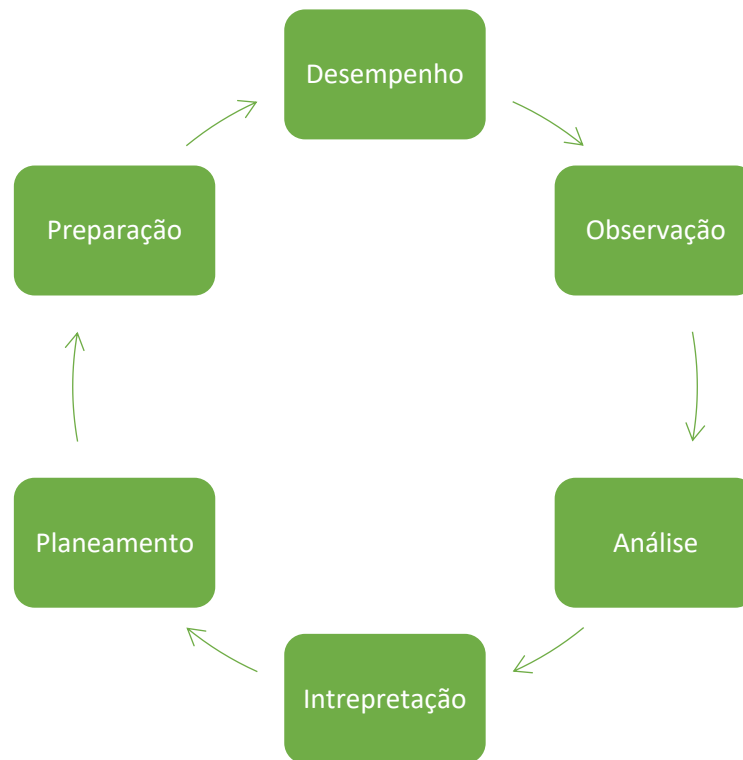
Numa perspetiva de dinâmica ecológica, a análise de jogo deve fornecer interpretação de interações contínuas entre jogadores e equipas, assim como uma descrição do desempenho do jogo usando métodos notacionais e de tempo-movimento. O analista deverá combinar a descrição das relações dos jogadores no espaço e no tempo, bem como a caracterização dos padrões de jogo (Travassos, Davids, Araújo, & Esteves, 2013).

É importante então entender que a percepção e a memória do treinador no contexto de jogo é corrompida por vários fatores tais como, o ambiente de observação, as limitações de preconceitos, visto que alguns treinadores só veem o que querem ou esperam ver estando também relacionado com a atenção numa determinada área limitada do jogo, e os efeitos das emoções como *stress* e raiva (Carling et al., 2005; Hughes, 2007). Perante essas mesmas limitações, o treinador deve evitar decidir baseadas somente na sua avaliação subjetiva, mas avaliar e fundamentar as suas decisões em dados quantitativos ou qualitativos – registo de vídeo (Carling et al., 2005). A análise de jogo já é utilizada então também para a construção do microciclo seguinte, em que o treinador poderá fornecer *feedback* do adversário ou da própria equipa (sobre a análise do jogo que já foi realizado anteriormente) baseado numa colheita de dados e análises objetivas e imparciais, procurando ajudar a equipa a comparar o que foi feito com o que foi programado, acelerando conseqüentemente o processo de aprendizagem (Hughes, 2007)

O processo de recolha, coleção, tratamento dos dados (imagens) e análise dos dados obtidos a partir da observação do jogo, assume-se como um aspeto fundamental na procura da otimização do rendimento dos jogadores e das equipas (Garganta, 2001). Conseqüentemente o processo de observação do jogo é indispensável para análise de jogo, apresentando três tipos com características diferentes – Observação direta, observação indireta e observação mista (Ventura, 2013):

- **Observação direta:** é a análise ao jogo *in loco*, onde o observador tem de se deslocar ao local da competição. A recolha de dados é feita em direto, permitindo o conhecimento do adversário e das condições externas do jogo;
- **Observação indireta:** possibilita analisar o jogo através do vídeo, sem haver a necessidade de deslocação ao local da prática, permitindo a recolha de dados sistematizados relativamente à equipa adversária e aos jogadores. Possibilita utilizar informação complementando a observação direta;
- **Observação mista:** possibilita a junção dos dois tipos de observações anteriormente descritas. Possibilita uma recolha de informação mais eficaz, fiável e rigorosa comparativamente aos dois tipos dissociados.

Figura 1 - Ciclo de preparação para a competição - Fonte: Adaptado de Carling et al. (2005).



1.2.2.1. Análise de vídeo como meio de *feedback*

Nas últimas décadas houve um crescente desenvolvimento da tecnologia de informação, de audiovisuais e de telecomunicação, que facilitam cada vez mais o registo e análise do desempenho dos jogadores por parte da equipa técnica ou treinador (Calvo, 2008; Hughes, 2007; O'Donoghue, 2006). O treinador e a equipa técnica têm a responsabilidade de garantir que é dado o melhor *feedback* possível (Carling et al., 2005), procurando propiciar informações detalhadas e descritivas de âmbito técnico, tático, biomecânico e fisiológico (Booroff, Nelson, & Potrac, 2016). Este *feedback* pode ser transmitido de duas formas: quantitativamente através de análise estatística ou qualitativa através do uso de gravações de vídeo ou reconstruções de jogos (Carling et al., 2005; Hughes, 2007). O vídeo é um ótimo meio de gravação, observação, análise, avaliação e verificação do desempenho, estando associado a aquisição e correção de habilidades motoras (Carling et al., 2005; Hughes, 2007). Segundo Carling et al. (2005), o vídeo poderá exercer os seguintes benefícios:

- O vídeo apresenta um registo permanente do desempenho que pode ser visto e revisto o número de vezes necessárias;
- O vídeo fornece informações valiosas que podem ter sido perdidas ou esquecidas pelos treinadores e jogadores, auxiliando na recordação e num melhor julgamento do desempenho;
- O vídeo poderá ser usado para se focar em qualquer aspeto do desempenho específico ou jogador particular;
- A tecnologia de vídeo permite a oportunidade de reproduzir sequências de ações coletivas ou individuais, em diferentes velocidades e ângulos, pausando para destacar um problema específico;
- A tecnologia de vídeo permite apresentar análise durante o intervalo ou pós-partida, permitindo a seleção de informações mais relevantes ou eventos críticos;
- O vídeo é um meio atraente e familiar que motiva a discussão durante as reuniões de equipa – promovendo o feedback bidirecional;
- A ferramenta de vídeo fornece enormes quantidades de informação permitindo uma personalização, mostrando ações individuais e coletivas, melhorando a compreensão e a aprendizagem;
- Para jogadores novos no plantel, o vídeo após o jogo permite corrigir possíveis erros;
- O equipamento de vídeo é portátil e adaptável a qualquer nível de usuário, contudo existe uma curva de aprendizagem para o treinador e atletas para “habituares-se” ao seu uso.

1.3. Avaliação do Contexto

1.3.1. História e contexto atual Sporting Clube de Portugal

O Sporting Clube de Portugal (SCP) apresenta uma história muito vasta com aproximadamente 115 anos de existência sendo considerado como um dos clubes mais importantes do seu país. José de Alvalade profetizou o desejo de transformar o SCP num “grande clube, tão grande como os maiores da Europa”. Nos dias de hoje, passado um século é admirável registar a confiança referida desde logo por José de Alvalade nos princípios, valores, na vocação ganhadora e no ambicioso espírito desportivo.

José de Alvalade fez história ao fundar o clube eclético num momento em que a cultura desportiva em Portugal era muito embrionária. Este jovem fundador, com apenas 21 anos, integrou numerosas direções e um extraordinário promotor de instalações desportivas, fator que ditou ser determinante para um rápido crescimento e primeiros sucessos desportivos do emblema leonino. Em sua homenagem, o principal recinto desportivo tem o seu nome – Estádio José de Alvalade.

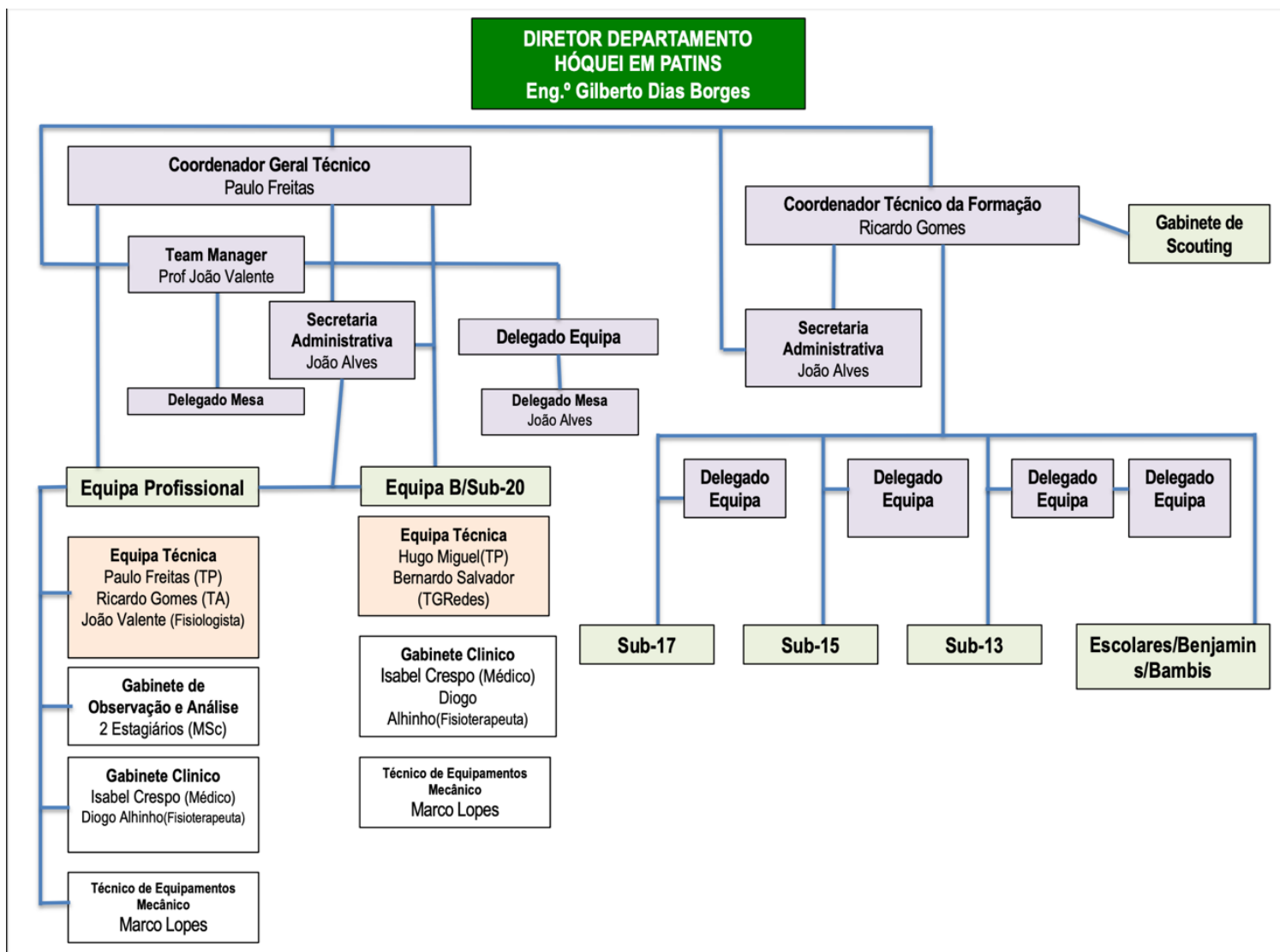
Apresenta uma história repleta de vitórias e inúmeros títulos, nas diversas modalidades – como José de Alvalade desejou - que fazem orgulhar todos os seus adeptos. Recentemente no Hóquei em Patins tem tido variadíssimas conquistas importantes a nível nacional e internacional.

1.3.2. Caracterização da secção de Hóquei em Patins do SCP

O clube começou com a modalidade em 1923 sendo constituídos por jogadores de vários clubes, passando por várias provas, mas sem ter tido resultados com relevância a secção do clube ordenou, mais tarde, a suspensão da modalidade. Mais tarde em 1936 reapareceu a modalidade no Sporting pelas mãos de Gaudêncio Costa, aproveitando mais uma vez um término de um outro clube (Recreio da Amadora), que conseguiu após alguns reforços ter alguns êxitos, a Taça de Honra e no ano a seguir o Campeonato Nacional. Apesar disso, em 1943, a modalidade sofreu outra vez um término, acabando por regressar em 1956 seguindo-se um período de quarenta anos de atividade ininterrupta. Durante esses quarenta anos destaca-se a Taça dos Campeões Europeus de 1977. Com a perda do estatuto de modalidade olímpica, o hóquei em patins perdeu alguma importância mundial e no clube, acabando a nível sénior no final da época 1994/95.

Na primeira metade da década de 2000, após um projeto liderado pelo Engenheiro Gilberto Dias Borges, que foi a pessoa que foi desenvolvendo a modalidade ao nível da formação, surge na época 2010/11 o Hóquei em Patins ao nível Sénior na 3ª Divisão Nacional com o objetivo de chegar o mais rapidamente à 1ª Divisão Nacional. Objetivo foi concluído com sucesso, chegaram à 1ª Divisão Nacional na época 2012/13. No ano 2014/15 foi o regresso aos títulos Europeus, conquistando a Taça Cers, ao vencer na final por grandes penalidades o Reus e na temporada 2015/16 com a conquista da Supertaça Nacional sobre o eterno rival, Sport Lisboa e Benfica. As conquistas mais recentes foram a conquista dois anos seguidos da Liga dos Campeões, o campeonato nacional da 1ª Divisão Nacional (na época 2017/18 e na época 2020/21, que já não conquistava desde a época 1987/88) e por fim as duas Taças Continentais.

Figura 2 - Organograma HP do SCP



1.3.2.1. Caracterização das infraestruturas

1.3.2.1.1. Pavilhão João Rocha

O Sporting Clube de Portugal possui excelentes condições, tanto a nível de recursos humanos, como de material e de instalações. A equipa sénior dispõe de todas as condições de topo para a prática da modalidade.

A equipa está fixada no Pavilhão João Rocha, que foi inaugurado no dia de 21 de junho de 2017, que apresenta uma capacidade para 3000 espetadores, tendo um sistema de tabelas automáticas para subir e descer as tabelas – para a prática do hóquei em patins. A existência desta infraestrutura enaltece ainda mais os valores ecléticos desta instituição, concentrando assim a maioria das modalidades do clube, criando uma atmosfera harmoniosa entre modalidades e adeptos. Assim sendo, o PJR é constituído por três pisos -1, o 0 e o 1. No piso -1 estão todas as áreas técnicas, sete balneários, uma sala de reuniões, uma sala técnica (de delegados), dois postos médicos, uma sala de aquecimento, uma sala de musculação (ginásio), uma sala de crioterapia (constituídas por quatro banheiras), uma sala para a Polícia de Segurança Pública e ainda diversas salas de arrumações, áreas técnicas de cada modalidade e a entrada para a pista. No piso 0 é onde se encontra as quatro bancadas – Sul, Poente, Norte e Nascente – com acesso a dois bares, sanitários e algumas áreas técnicas (que só estão disponíveis nos dias que não há jogos). No piso 1, no lado nascente, existem os gabinetes dos serviços administrativos, gabinetes da Régie Tv, uma tribuna de imprensa (com capacidades de 35 lugares) e ainda um Auditório com capacidade para 50 lugares sentados. No lado poente dispõe de uma tribuna VIP e respetiva copa VIP.

Com a criação do Centro de Otimização Desportiva (COD) estão programadas algumas alterações nos três pisos, como a constituição de alguns gabinetes, nomeadamente, de medicina, psicologia, nutrição, fisioterapia, scouting e observação e análise, a conceção de um novo espaço para o treino das qualidades físicas e reabilitação de atletas.

Imagem 1 - Pavilhão João Rocha



1.3.2.1.2. Pavilhão do Sacavenense

A pista do Pavilhão João Rocha é o local onde se realizam a maioria das sessões de treino e todos os jogos oficiais do clube, mas por vezes, devido às inúmeras modalidades e eventos que decorrem no PJR, a equipa sénior de hóquei em patins tem de recorrer ao pavilhão que a formação utiliza – Pavilhão do Sacavenense.

As equipas de formação do SCP, que abrange desde a iniciação (3 e 4 anos) até aos Séniores B (18 e 19 anos), nos últimos anos têm andado com a “casa” às costas, treinando por locais dispersos e infraestruturas na grande área metropolitana de Lisboa. A formação já passou por a Casa do Gaiato, em Loures, pelo Pavilhão Paz e Amizade, em Odivelas, pelo Pavilhão do Futebol Clube de Alverca e ultimamente tem estado mais alocada no Pavilhão do Livramento em Mafra. Com isto sempre foi um objetivo dos dirigentes da modalidade do clube, criar uma casa para a formação de hóquei em patins do SCP. Em setembro de 2021 foi inaugurada então o “desejo” que a direção do HP já tinha alguns anos, de contruir uma “casa” fixa para a formação do HP com a recuperação total do Pavilhão do Sacavenense. É composto por uma pista para prática da modalidade, com tabelas fixas, quatro balneários, uma sala de treinadores e delegados, duas arrecadações, um gabinete de fisioterapia e mais duas salas técnicas.

Imagem 2 - Pavilhão do Sacavenense: nova "casa" da formação do SCP



1.3.2.1.3. Centro de Otimização Desportiva (COD)

No ano de 2021 foi apresentado pelo Prof. Doutor João Valente o projeto do Centro de Otimização Desportiva (COD), com uma perspetiva de melhorar a performance de todas as modalidades, e como o próprio o denomina consiste numa mudança de direção do que se tem feito (“Change Of Direction”). O projeto do COD parte de uma ideia básica do que é o desporto de alto rendimento atualmente. O centro de todo o processo é o atleta e todas as áreas que estão ligadas ao desempenho/performance do mesmo.

É um projeto que não está só ligado às equipas seniores exclusivamente, sabendo que são as equipas que têm mais exposição imediata do processo, mas sim ligar a comunidade SCP e transversal a todas modalidades e na visão da formação do que o clube tem do Desenvolvimento a Longo Prazo dos Atletas.

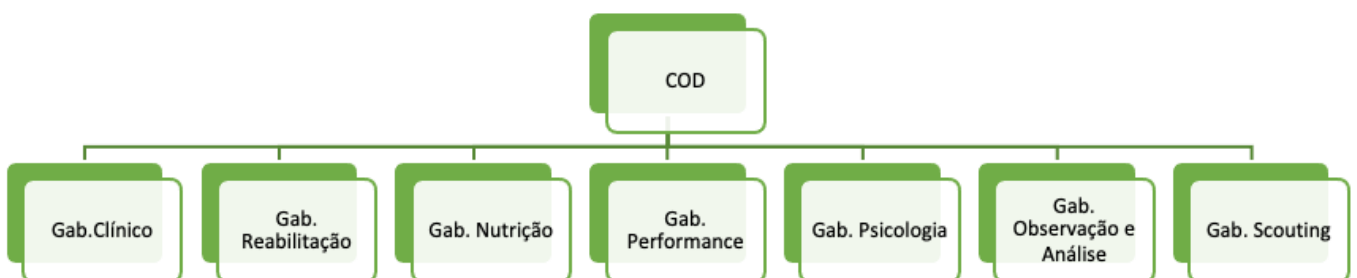
O COD tem como objetivos:

- garantir condições de trabalho de alto rendimento para as modalidades do clube;
- possibilitar a sistematização do trabalho de todas as equipas técnicas das modalidades;

- consolidar o posicionamento do SCP enquanto centro de referência de conhecimento desportivo;
- aumentar o rácio de atletas nacionais/formação das equipas Séniores do SCP.

O COD permitiu-nos perceber como é que outras modalidades fazem a análise, com o contacto que tivemos com os analistas de outras modalidades e então podermo-nos adaptar e trazer valor ao Hóquei em Patins que veio de outras modalidades. Através do COD foi-nos permitido perceber um pouco de todas as áreas envolventes ao jogador de Hóquei em Patins, prevenção de lesões, trabalho de fortalecimento no ginásio, trabalho de complementaridade com a pista, manutenção das capacidades físicas, entre outras que muitas vezes estão nos “bastidores” do desporto em geral.

Áreas/Gabinetes que fazem parte do COD:



1.3.2.2. Caracterização da Equipa técnica

Nome	Função	Idade	Grau	Formação Académica
Paulo Freitas	Treinador Principal e Coordenador Geral Técnico	53	III	-
Ricardo Gomes	Treinador Adjunto e Coordenador técnico da Formação	42	III	(L) Ciências do Desporto
João Valente	T.A, Team Manager e Fisiologista	40	III	(PD) Ciências do Desporto
João Alves	Secretário técnico modalidade e administrativa	47	-	-
Marco Lopes	Técnico de Equipamento	46	-	-
Diogo Alinho	Fisioterapeuta	34	-	(L) Fisioterapia
David Pereira	TE – Analista/Scouting	25	I	(M) Treino Desportivo*
Ana Catarina	Analista	25	I	(M) Treino Desportivo*
Gilberto Dias Borges	Diretor de Departamento	65	-	(L) Engenharia Metalúrgica
Francisco Gaspar	Assessor Operacional	26	-	(L) Gestão Desportiva & Comunicação

*Alunos a frequentarem o mestrado de Treino Desportivo.

1.3.2.3. Descritivo de funções

Com base num documento interno e na constatação diária das funções desempenhadas por elementos de uma equipa multidisciplinar, que trabalhava de forma muito articulada e empenhada na consecução dos objetivos propostos podemos enumerar algumas das principais funções dos elementos que a constituem.

1.3.2.3.1. Treinador Principal

É o líder da equipa sénior do SCP, cuja missão é:

- Assegurar que os valores e objetivos do SCP sejam cumpridos, particularmente o compromisso com a vitória.
- Liderar a equipa principal em termos desportivos, garantindo metodologia de treino adequadas e implementação de uma política vencedora;
- Transportar para as vertentes técnicas e táticas os valores do SCP, principalmente a responsabilidade de vencer;
- Assegurar todas as comunicações com os Jogadores e Staff;
- Estruturar e comunicar os planos de jogo e análise do adversário.

A relação com o treinador principal numa primeira fase permitiu-nos entender todo o modelo de jogo e treino dando-nos a capacidade de intervir sempre que necessário.

No scouting realizado as primeiras análises quer dos adversários, quer da própria equipa foram feitas em conjunto para realmente perceber se estavam em sintonia e isso foi um momento enorme de aprendizagem. Foi importante também perceber de que forma era o seu pensamento e procedimento, após o visionamento do vídeo de análise do adversário, na realização do plano de jogo.

Essa convivência com o treinador principal proporcionou-nos vários ensinamentos, quer na forma de ver o jogo, em que tínhamos de estar mais alerta para alguns detalhes, quer em algumas fases do jogo que antes não dava-mos tanta importância, quer no trato, relação e gestão dos jogadores em determinadas momentos da época e principalmente de que forma era o pensamento na construção quer das tarefas de treino, quer na construção do próprio microciclo.

1.3.2.3.2. Treinador Adjunto / Coordenador técnico da Formação

É o elemento mais próximo do treinador principal apoiando-o diretamente nas metodologias e desenrolar do processo de treino, bem como do planeamento e periodização do treino com especial enfoque na componente técnico-tática cuja suas tarefas são:

- Ser o responsável pelo departamento de análise de jogo da modalidade;
- Garantir articulação entre o trabalho produzido na formação e o objetivo final de integrar os nossos jovens com mais potencial na equipa principal, sendo uma figura de referência para todos os técnicos da formação,
- Monitorizar e organizar, todo o processo formativo, cumprindo diariamente a aposta do Clube na formação de jogadores;
- Coordenar os técnicos da Formação (Sub-17 a Escolares), nomeadamente ao nível da dinâmica organizacional dos escalões de formação, supervisão dos treinadores e dos treinos, definição das etapas de preparação desportiva da formação e definição do modelo de jogo em articulação com o Coordenador Geral - Técnico;

A relação com o treinador adjunto primeiramente sempre foi com o intuito de coordenar todas as informações de análise de jogo e fazer uma última supervisão antes de ser transmitida ao plantel. A relação com o coordenador técnico da formação tinha como objetivo retirar exemplos quer de exercícios, quer de momentos de jogo do plantel Sénior A para demonstrar aos treinadores da formação (com intuito de ser um momento mais de aprendizagem).

Esta relação permitiu-nos melhorar todos os aspetos que são relacionados com o scouting e com a análise de jogo.

1.3.2.3.3. Coordenador Geral-Técnico

O Coordenador Geral-Técnico é o profissional que trabalha em dependência do Diretor do Departamento e em articulação direta com o Team Manager da Equipa Profissional e Coordenador Técnico da Formação para assegurar o bom funcionamento de todas as equipas do departamento, tendo também como funções:

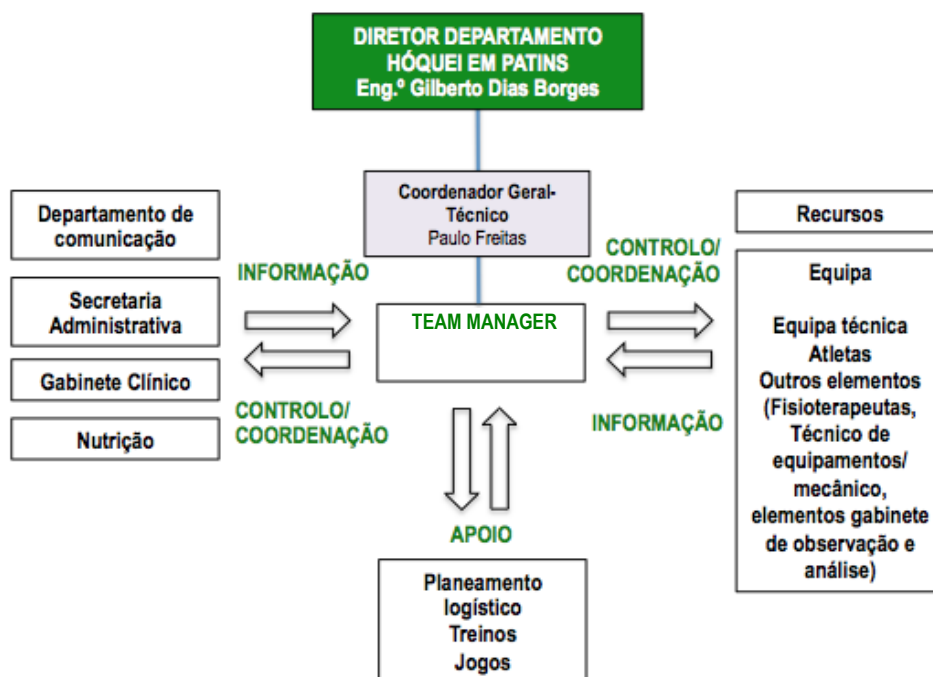
- Operacionalizar a função de direção e política desportiva;
- Coordenar todo o processo formativo, garantindo a coerência com as normas e princípios do Clube;
- Contribuir para a articulação do processo formativo com a equipa principal, permitindo o maior aproveitamento possível ao nível da equipa sénior da aposta do SCP na equipa B e sub-20;
- Ser o responsável pelo Scouting na equipa profissional em articulação com o Team Manager;
- Cooperar com coordenador técnico da formação e em articulação com os restantes técnicos para o Scouting dos restantes escalões de formação.

A relação com o Coordenador Geral-Técnico era com o objetivo de encontrar possíveis reforços para os escalões de formação, onde encontrássemos um possível talento ou com boas previsões para o futuro.

Um dos melhores benefícios da convivência com o Coordenador Geral-Técnico foi perceber qual era o tipo de jogador que procurávamos para a nossa formação e tentar prever o futuro próximo desse mesmo atleta. O perfil que tinha que apresentar em determinada idade, os valores que já tinha de ter e os que não tinha se era possível moldá-lo à nossa “imagem”.

1.3.2.3.4. Team Manager

Figura 3 - Sistematização das funções-chave



A evolução do desporto veio reforçar a necessidade de maior especialização do staff, nomeadamente a figura do Team Manager que tem como funções:

- Gerir recursos logísticos;
- Acompanhar jogadores e equipa técnica;

- Ser o responsável pelo levantamento de todas as necessidades da equipa e articular com secretaria administrativa;
- Solicitar, junto da secretaria administrativa, equipamento desportivo, transporte, alojamento e alimentação;
- Articular trabalho com a secretaria administrativa:
- Articular e interligar com a secretaria administrativa a operacionalização das atividades precedentes e subsequentes.
- Articular relação com a equipa B/sub-20, nomeadamente ao nível da necessidade de recursos humanos para equipa principal.
- Estabelecer ponte entre equipa técnica, jogadores e restante staff;

A relação entre analista e team manager da equipa baseava-se principalmente com a organização do microciclo, onde poderiam ser inseridas as sessões de vídeo e em termos de logística nos jogos fora (estádio) garantir que no hotel teríamos um espaço onde se poderia mostrar tudo o que fosse necessário para o jogo – vídeos de análise do adversário, planos de jogo ou outro tipo de documentos que quiséssemos que a equipa tivesse acesso.

1.3.2.3.5. Diretor Departamento

O Diretor de Departamento sendo a figura de referência do clube, garantindo a sua representatividade em todas as atividades e instituições onde seja necessário tendo também como funções:

- Representar o departamento junto das Federações e Associações garantindo a defesa dos interesses do SCP;
- Implementar as diretrizes políticas, económicas e sociais emanadas pela direção do SCP;

1.3.2.3.6. Preparador Físico

O Preparador Físico é um elemento da equipa técnica responsável pela otimização do rendimento desportivo dos jogadores, nomeadamente:

- Prescrever a “OffSeason”;
- Avaliar a capacidade física e composição corporal dos jogadores;
- Integrar a elaboração da periodização e planeamento geral;
- Prescrever exercício físico;
- Orientar trabalho individualizado e grupal;
- Planear trabalho físico integrado no modelo de jogo e princípios técnico-táticos, na pista;
- Orientar tarefas de treino na pista;
- Integrar orientações do treinador, médico, fisioterapeuta, nutricionista;
- Levar a cabo todas as ações de recuperação física e treinos regenerativos;
- Monitorizar o treino;
- Monitorizar da competição.

A relação com o Preparador Físico fundamentalmente tinha como objetivo gravar todas as sessões de treinos de ginásio ou outro tipo de treino fora da pista, e construir em conjunto uma base de dados com vídeos de curta duração e uma breve explicação do exercício em si – com todas as componentes críticas e possíveis erros.

1.3.2.3.7. Fisioterapeuta

Elemento essencial em qualquer staff de uma equipa desportiva cuja suas funções são:

- Desempenhar as funções de Fisioterapeuta Coordenador do Hóquei em Patins do SCP;
- Formador Interno do Hóquei em Patins do SCP para a área da Fisioterapia;
- Articular diretamente com a equipa médica do Gabinete Olímpico do SCP;
- Avaliar, prevenir, promover a saúde e reabilitação dos Jogadores de todos os escalões do SCP;
- Cooperar na avaliação, reavaliação e definição de programas de prevenção/promoção de saúde dos jogadores seniores com os demais elementos da equipa técnica;
- Orientador do trabalho semanal do Fisioterapeuta Tiago Churrito (que ficará afeto às equipas B/sub-20), bem como da distribuição dos estagiários de Fisioterapia pelos treinos e jogos da formação.

A relação com o Fisioterapeuta baseava-se principalmente quando houvesse uma lesão ou algum momento que comprometesse a integridade física de um atleta, no jogo ou treino, o analista teria de ceder as imagens para análise do departamento médico e acelerar o processo de recuperação.

1.3.2.3.8. Técnico de Equipamentos / Mecânico

Um dos elementos imprescindíveis em qualquer equipa profissional desportiva, ainda mais acumular a função como mecânico especializado em Hóquei em Patins, tendo como funções:

- Controlar e registar todos os recursos materiais afetos ao departamento;
- Requisitar todos os recursos materiais necessários para os jogadores;
- Entregar todos os equipamentos têxtil, de todos os escalões do departamento;

- Preparar e entregar o material de hóquei em patins a todos os escalões do departamento;
- Preparar todo o material necessário para todas as unidades de treino e jogos (equipa Sénior);
- Auxiliar os restantes escalões da modalidade, sempre que solicitado;

1.3.2.3.9. Analistas / Scouting

Com a evolução dos tempos, os analistas de jogo são uma peça fundamental para treinadores e jogadores que têm como função:

- Analisar qualitativamente o adversário com respetiva edição de vídeo (de modo a apresentar aos atletas na antevisão ao jogo) com a observação de 3 a 6 jogos por adversário;
- Informatizar documentos sobre os adversários, onde tinham um “resumo” do vídeo – fichas de scouting;
- Analisar o jogo realizado anteriormente e a criação de um vídeo “pós-jogo” com aspetos positivos e aspetos a melhorar
- Analisar parâmetros de eficácia em contexto de treino;
- Analisar o treino in loco ou posteriormente;
- Gravar todas unidades de treino de ginásio (para construção de base de dados);
- Gravar todas unidades de treino de hóquei em patins para posterior análise;
- Criar uma biblioteca de exercícios com a utilização das unidades de treino gravadas;

- Analisar Qualitativamente *in loco* durante os jogos - com aspetos a melhorar e aspetos para explorar sobre o adversário;
- Identificar e avaliar jogadores com capacidade e ou potencial para integrar o plantel da equipa principal e formação no momento ou futuramente;
- Enviar toda a documentação, vídeo e todo o tipo de informação pedida pela equipa técnica aos jogadores.

1.3.2.4. Caracterização do Plantel SCP

A equipa principal de Hóquei em Patins do Sporting Clube de Portugal, na época desportiva 2021/2022 foi constituída por um total de doze jogadores. Sabendo que teve sempre o recurso dos Séniores B, que eram constituídos apenas por atletas dos Sub-19 (jogavam nos dois escalões) e podiam colmatar possíveis ausências (por lesão, saúde, gestão, etc) na equipa A.

Tabela 1 – Dados estatísticos totais dos Séniores da equipa de Hóquei em Patins do SCP

Nome	Posição	Lateralidade	Idade	Épocas no clube	País	Minutos	Golos (Marcados/Sofridos)
61	G.Redes	Destro	31	7	POR	1969	122
91	G.Redes	Destro	27	16	POR	602	31
6	Avançado	Destro	24	0	POR	486	5
7	Avançado	Destro	16	1	POR	9	0
9	Avançado	Destro	24	5	ESP	1237	53
14	Avançado	Destro	25	2	ITA	1406	28
17	Defesa	Destro	32	3	ARG	1598	15
33	Defesa	Canhoto	22	1	POR	353	5
44	Avançado	Canhoto	28	2	POR	1180	30
57	Avançado	Destro	30	4	ESP	1288	40
88	Defesa	Canhoto	29	1	ESP	1027	6
99	Defesa	Canhoto	28	3	ARG	1591	50

1.3.3. Caracterização dos Quadros Competitivos

A equipa sénior A de Hóquei em Patins do Sporting Clube de Portugal disputou três competições nacionais: a 1ª Divisão Nacional de Hóquei em Patins, a Taça de Portugal e Elite Cup e ainda duas competições internacionais: a Golden Cup e a Taça-intercontinental.

A 1ª Divisão do Campeonato Nacional de Hóquei em Patins é a principal competição interna, sendo organizada pela Federação de Patinagem de Portugal (FPP). Na época 2020/2021 o campeonato foi disputado por 14 clubes que totalizam um total de 26 jornadas no campeonato regular, onde as equipas se defrontam duas vezes – na condição de visitado e outra na condição de visitante. Após essas 26 jornadas termina o denominado campeonato regular, onde as últimas 3 equipas são despromovidas à 2ª Divisão Nacional e as primeiras 8 equipas disputam os Play-offs para discutir o Campeão Nacional (Regulamento Geral do Hóquei em Patins, artigo 93 alínea 5.2).

Os quartos-de-final são disputados à melhor de três jogos, sendo que o primeiro jogo, caso necessário, e o terceiro jogo são disputados em casa da equipa melhor classificada. Os jogos são disputados entre as seguintes: o 1º classificado da Fase Regular (FR) com o 8º classificado da FR; o 2º classificado da FR contra o 7º classificado da FR; o 3º classificado da FR contra o 6º classificado da FR e por fim o 4º classificado da FR contra o 5º classificado da FR (Regulamento Geral do Hóquei em Patins, artigo 93 alínea 5.2.2.3).

As meias-finais e a final do Playoff são disputadas à melhor de cinco jogos, sendo mais uma vez o primeiro jogo é realizado com a equipa mais bem classificada na FR, na qualidade de visitado. O segundo jogo é realizado na casa da equipa pior classificada (entre as duas equipas); o terceiro jogo é novamente realizado com a equipa melhor classificada na FR na qualidade de visitado; verificando a necessidade de se realizar o quarto jogo, este será realizado com a equipa pior classificada na FR na qualidade de

visitado; ainda assim havendo a necessidade de se realizar o 5º jogo (a “negra”), este será disputado com a equipa melhor classificada na FR como visitado.

Nenhum dos jogos dos Play-off (sendo eles quartos-finais ou final) não poderão acabar empatados no final do tempo regulamentar – em caso de isso acontecer tem de ser aplicado o Artigo 3º das Regras do jogo, com a necessidade de realização de um prolongamento, seguido, se necessário, da marcação de grandes penalidades.

Quem vencer a final dos Play-off torna-se então Campeão Nacional da Primeira Divisão de Séniores Masculinos.

Campeonato Nacional 1ª Divisão		
1	SPORTING CLUBE DE PORTUGAL	
2	Futebol Clube do Porto	
3	Sport Lisboa e Benfica	
4	Óquei Clube de Barcelos	
5	União Desportiva de Oliveirense	
6	Associação Desportiva de Valongo	
7	Hóquei Clube de Braga	
8	Sporting Clube de Tomar	
9	Associação Juventude de Viana	
10	Clube Desportiva de Paço de Arcos	
11	Parede Football Clube	
12	Associação Desportiva de Sanjoanense	
13	Sporting Clube de Marinhense	
14	Hóquei Clube de Turquel	

A Golden Cup é uma competição organizada pela Associação Europeia de Clubes (EHCA) que contou com os clubes que são associados, que abdicaram a sua participação na oficial Liga Europeia. A prova foi adjudicada ao Liceu da Corunha, que celebrou o seu 50º aniversário, e conta com o reconhecimento da World Skate Europe (WSE) – que não é o

mesmo que ser uma prova oficial. Os clubes que participaram nesta competição foram: Sporting Clube de Portugal, Futebol Clube do Porto, Sport Lisboa e Benfica, Hóquei Clube de Braga, União Desportiva de Oliveirense, Óquei Clube de Barcelos, Hockey Clube Liceu, Futbol Club Barcelona, Reus Deportiu, Noia Freixenet, Club Hoquei Caldes, SCRA Saint Omer. Foram feitos quatro Grupos (A, B, C e D), onde os dois primeiros de cada grupo encontravam-se nos quartos-finais da prova (cruzando o grupo A com o grupo B e o grupo C com o grupo D) e daí em diante (desde os quartos-final) a prova seria a eliminar.

Tabela 2 - Grupos da Golden Cup 2022

Grupo A	Grupo B	Grupo C	Grupo D
F.C.Porto 	F.C.Barcelona 	H.C.Liceu 	U.D.Oliveirense 
S.L.Benfica 	Sporting C. P 	O.C.Barcelos 	Reus Deportiu 
C.H.Caldes 	Saint Omer 	H.C.Braga 	Noia F. 

A Taça Continental é disputada num só jogo entre o vencedor da Liga Europeia e o vencedor da Taça WS Europe. A Taça Continental foi entre o Sporting Clube de Portugal (vencedores da Liga Europeia da época anterior) e o CE Lleida (vencedores da Taça WS Europe).

1.3.4. Objetivos da época desportiva 2021/2022

Os objetivos para um clube como o Sporting Clube de Portugal, em qualquer modalidade são claros, ganhar o máximo de competições em que estão inseridas. Nesse sentido o clube deveria estar nos máximos momentos de decisão nas competições que estava envolvido, ou seja, apresentar-se nos momentos de decisão do Campeonato Nacional, Taça de Portugal, Elite Cup, Golden Cup. Sendo que o clube devido à época anterior e à natureza das competições já se aprontava nos momentos de decisão na Taça Continental (vencedor) da Liga Europeia e vencedor da Taça WSE da época passada) e na Taça Intercontinental (finalistas da Liga Europeia e finalistas do Sul-Americano).

A pressão pela vitória no trabalho pode ser uma força poderosa, moldando-nos de maneiras profundas e impactantes. Na maioria das vezes os valores que emergem dessa pressão são os pilares que sustentam o nosso crescimento e sucesso.

No mundo profissional, principalmente no mundo desportivo, a pressão pela vitória é uma constante, uma força impulsionadora que nos desafia a alcançar o melhor de nós mesmos. À medida que essa pressão se intensifica, somos confrontados com escolhas e decisões que revelam os nossos verdadeiros valores e princípios.

Esta busca pela vitória no trabalho diário ensina a importância da resiliência. Na presença de todos os desafios e obstáculos, aprende-se realmente a perseverar, a encontrar soluções criativas num curto espaço tempo e manter-se firme das suas decisões.

Além disso essa pressão pela vitória ensina a valorizar a colaboração e o trabalho em equipa. As conquistas serão mais significativas são alcançadas não pelo esforço

individual, mas sim pela sinergia e cooperação de uma equipa unida. Aprende-se a confiar nos outros, compartilhar ideias e a celebrar o sucesso coletivo.

Tabela 3 - Provas oficiais de 2021/2022 (Tipologia; nº de jogos; Objetivo proposto e o lugar alcançado)

	Campeonato Nacional	Taça de Portugal	Elite Cup	GoldenCup	Intercontinental	Continental	Supertaça
Tipologia	Regular + Playoffs	Eliminatórias	Eliminatórias	Fase de grupo + Eliminatórias	Final	Final	Não Disputado
Nº de jogos	26 + 13 possíveis	4	3	5	1	1	
Objetivo	Campeão Nacional	Final	Final	Final	Vencer	Vencer	
Alcançado	Meias-finais	Quartos-final	5	Meias-finais	2º lugar	Vencedor	

1.4. Análise da Atividade

O presente relatório visa a obtenção do grau de Mestre em Treino Desportivo, pela ESDRM (Escola Superior de Desporto de Rio Maior) do Politécnico de Santarém, através da via profissionalizante. Posto isto, com a redação deste relatório pretendo evoluir e adquirir um conjunto de experiências proporcionadas por este estágio, sempre associado ao conhecimento académico e científico.

À partida o autor foi estabelecendo um conjunto de objetivos pessoais a desenvolver durante o estágio:

1. Experienciar de perto uma realidade particular e única, de uma equipa profissional da 1ª Divisão Nacional e com presença na Liga Europeia. Acompanhar ao máximo todo o processo, quer de organização, planeamento de treino e jogo, mas também a gestão de grupo, liderança e relações interpessoais.
2. Melhorar as minhas capacidades relativas ao treino, ao seu processo e organização, como de orientação da competição num contexto de alto rendimento.
3. Procurar criar, desenvolver e complementar ideias e projetos que sejam úteis para o Sporting Clube de Portugal, nomeadamente a análise da performance desportiva seja em treino ou em jogo.
4. Obter o nível III de treinador de Hóquei em Patins.
5. Vivenciar novas formas de observar, pensar e analisar o jogo, como todo o processo que envolve o treino, planeamento, organização e princípios de treino e de jogo.
6. Desenvolver conhecimentos e competências profissionais relacionadas com o treino desportivo.
7. Melhorar a capacidade de comunicar, de estabelecer relações interpessoais e liderar numa perspetiva de alto rendimento.

As funções como treinador/analista estagiário foram:

1. Gravação audiovisual de todas as unidades de treino;
2. Analisar aquando necessário as unidades de treino (UT) – ou algum momento específico da UT;
3. Apoio logístico à equipa e técnicos;
4. Analisar qualitativamente os adversários e própria equipa com respetiva edição de vídeo – a apresentar na antevisão ao jogo com a utilização do programa XPS Network;
5. Analisar qualitativamente os adversários in loco – medida que propus com o objetivo de melhorar a performance, corrigir erros e explorar debilidades dos adversários;
6. Coorientar e auxiliar a implementação ao treino de guarda-redes;
7. Coorientar e controlar a aplicação dos testes de avaliação física;
8. Controlar e registar o consumo hídrico durante a unidade de treino;
9. Coorientar e auxiliar o treino complementar (ginásio);
10. Recolher gravações audiovisuais para a criação de base dados (seja de exercícios, seja ações individuais, coletivas ou situações especiais do adversário);

1.4.1. Objetivos da intervenção profissional

Enquanto treinador estagiário/analista o autor pretende desenvolver as suas capacidades em diferentes níveis:

1. **Formativos:** implementar e desenvolver: ideias e projetos através dos conhecimentos adquiridos na minha formação académico (licenciatura em ciências do desporto na Universidade Lusíada de Lisboa e mestrado em treino desportivo na ESDRM); uma análise crítica de forma a contribuir para uma melhor performance; a minha experiência em análise de jogo para que seja uma ferramenta útil para o clube; a minha capacidade de planeamento (exercício, unidade de treino, micro e macrociclos), toda documentação necessário –

relatório de análise da equipa adversária, criar uma plataforma de acesso a toda a análise (individual e coletiva). E por fim dar todo o apoio que seja necessário quer em treino, competição, organização e logística.

2. **Pedagógicos:** garantir todo o meu profissionalismo em todas as ocasiões, ser assíduo e pontual em todas as atividades realizadas; aplicar o meu conhecimento académico e poder ser mais um ajudar em qualquer situação de debate, planeamento e organização, intervindo sempre com linguagem adequada (científica e técnica), dar a entender aos jogadores que posso ser uma pessoa que estará sempre disponível para ajudar e auxiliar em qualquer situação e a qualquer hora, demonstrar serviço de qualidade sempre que me for pedido.

3. **Sociais:** promover um bom espírito de grupo, de amizade e de responsabilidade como todos os agentes envolvidos, estabelecer relação de amizade, mas acima de profissional com toda a equipa técnica, que percebam que posso ser mais uma ajuda nos períodos de reflexão e partilha; alargar a minha network; honrar todos os valores e princípios do clube.

4. **Competitivos:** sendo um clube que quer ganhar em todas as competições que entra, o desejo era de vencer as cinco competições que entraremos no ano 2021/2022, com objetivos de melhorar a média de golos sofridos e marcados da época transata.

1.4.2. Objetivos a atingir com a população alvo

O autor tendo à sua disposição uma equipa histórica que tem vindo a ganhar todas as competições e com diferentes gerações de atletas, o autor elegeu quatro atletas de diferentes momentos de carreira com objetivos a atingir cada um e conseguir potencializar todas as suas qualidades e poder ao mesmo tempo acompanhar todo esse processo.

Entre os escolhidos encontramos um guarda-redes e um avançado de nível mundial com um percurso desportivo de inegável valor. Os outros dois atletas representam a transição do desporto formação para o alto rendimento sendo que em diferentes momentos, uma vez que um deles está a viver pela primeira vez esta experiência e o outro já trabalha arduamente para o alcançar.

Nunca pretendemos a aplicação de ferramentas científicas de acompanhamento psicológico destes atletas uma vez que essas poderiam interferir com as pessoas responsáveis para esse efeito, mas mesmo assim procuramos sempre de forma informal acompanhar e refletir, de forma crítica, com as suas opiniões e interpretações do processo de treino e competição.

- Atleta 61 – Pela sua qualidade, experiência e neste momento ser um dos melhores do mundo na sua posição, pretende retirar o máximo da sua pessoa enquanto atleta com momentos de partilhas dos seus conhecimentos e experiências. Por outro lado, pretendo também dar ferramentas úteis a este atleta para que possa potencializar ao máximo o seu rendimento.
- Atleta 9 – Sendo um dos jogadores que mais anos se manteve na elite e que tem todo o tipo de cuidados com o seu corpo e mente, pretendo acompanhar ao máximo esse processo e no que puder ajudar e auxiliar para uma melhora da performance.
- Atleta 33 – Jogador bastante jovem com grande potencial, mas ainda com grande margem de progressão. Necessita melhorar em alguns momentos do jogo e alguns aspetos técnicos que se forem melhorados poderemos ter um futuro jogador de elite e ser utilizado com mais frequência na equipa.

- Atleta 7 – O mais jovem e recente no clube, necessita de desenvolver a sua capacidade física e que pretendo acompanhar e auxiliar todo esse processo de um jogador novo no clube, com a integração com o trabalho complementar (ginásio).

1.5. Modelo de jogo

O treinador principal tem de optar por uma maneira de jogar, sempre atendendo ao contexto e às circunstâncias em que se encontra envolvido. O treinador tem ideias próprias sobre a forma de jogar que pretende, em termos coletivos e individuais da equipa – como a equipa vai defender, como vai atacar, etc.

Vilar (2008) entende que o modelo de jogo deve ser como um documento orientador do processo de treino e jogo. Assim o modelo de jogo vai ajudar na tomada de decisão do treinador em escolher a tarefa de treino como traçar o perfil de jogador que se quer na equipa. O modelo de jogo não é fixo e deve ser progressivamente construído, instruído e reconstruído, durante a época, uma vez que está em permanente remodelação e sempre com possíveis acrescentos individuais e coletivos (Castelo, 1996).

O modelo de jogo representa a forma como os jogadores estabelecem as relações entre si e expressam a sua identidade, i.e., representa uma organização, manifestada regularmente, para cada momento (Azevedo, 2011). O modelo de jogo consiste numa conceção de jogo idealizada pelo treinador que engloba uma série de fatores considerados necessários para a organização dos processos ofensivos e defensivos da equipa. Dentro desses fatores existem os princípios, métodos e os sistemas de jogo, bem como todo um conjunto de atitudes, comportamentos e valores que permitem caracterizar a organização dos processos individuais e, fundamentalmente, dos processos coletivos da equipa (Leal & Quinta, 2001)

O modelo de jogo da equipa de Hóquei em Patins do SCP foi construído na ideologia de jogo definida pelo treinador principal Paulo Freitas e a sua equipa técnica. Este modelo de jogo é conduzido por um conjunto de princípios e subprincípios fundamentais orientando a equipa para todos os momentos de jogo. Sendo que este modelo de jogo, que caracteriza a forma de jogar, é “versátil” conforme as adversidades que a equipa

adversária impõe no jogo, e a própria estratégia imposta pelo treinador – nunca fugindo muito aos princípios estabelecidos no modelo.

De seguida os conceitos que estiveram na base do Modelo de Jogo – Sistema de jogo, princípios defensivos, princípios ofensivos – mas por motivos óbvios de sigilo e ética profissional o autor não poderá especificar e detalhar todas as dinâmicas de jogo diretamente com a equipa, situações especiais que são preparadas ao detalhe pela equipa técnica e em função do adversário.

1.5.1. Sistema de jogo utilizados

Os sistemas propostos pelo modelo de jogo são sempre utilizados em função do adversário, momento de época e o próprio momento de jogo que as equipas se deparam. São sistemas de jogo fluídos e que podem ser mudados durante o jogo, constantemente, com objetivo de causar dificuldades na equipa adversária. Na figura 2 representa os cinco tipos de sistemas de jogo mais utilizados pela equipa sénior do SCP.

Figura 4 - Sistemas de jogo pré-estabelecidos: 2:2; 3:1; 1:2:1; 2:1:1; 1:3.



1.5.2. Princípios fundamentais do jogo

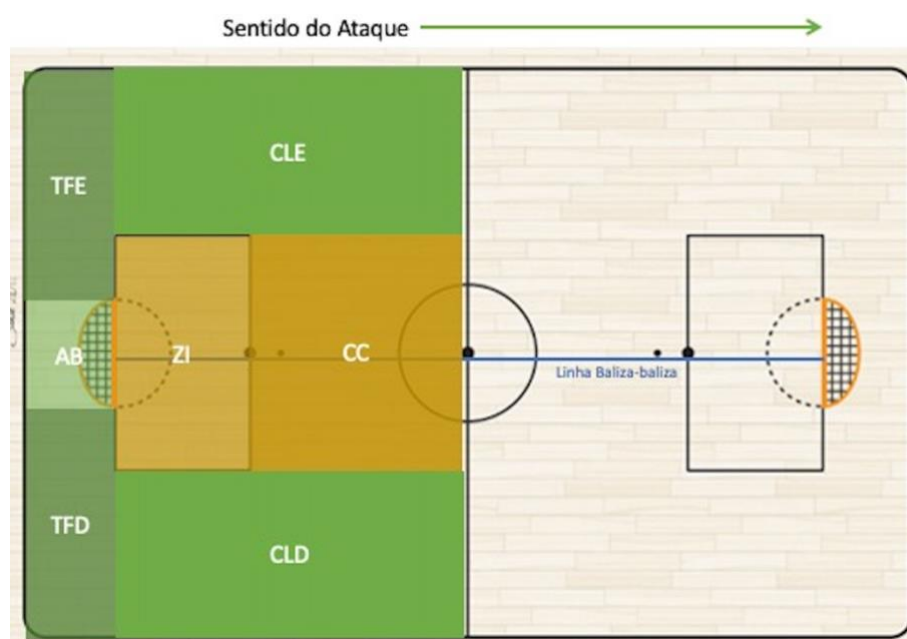
Princípios Defensivos

O objetivo principal era promover uma defesa individual, homem a homem, com ajudas e trocas de marcação quando necessário e previamente alertadas. Tinham que incentivar os deslocamentos em bloco quer em largura, quer em profundidade para limitar e dificultar o ataque ao adversário. Teria de haver sempre uma aproximação e pressão ao portador da bola e uma pressão mais agressiva nas zonas mais profundas do campo.

A orientação dos defesas ao portador da bola teria sempre de forma a evitar o corredor central e fazer com que fossem para os corredores laterais, havendo sempre um compromisso entre o jogador com bola, os colegas e uma linha imaginária da nossa baliza com a baliza dos adversários (linha esse que serviria de limite para uma ajuda do lado onde não estava a bola). Após perder a bola a defesa teria como função causar “stress” ao adversário, quer ao jogador com bola, quer aos outros jogadores sem bola, para evitar transições e contra-ataques rápidos.

Foram criadas sete zonas no campo pré-definidas pelo treinador, para simplificar a comunicação e que todos os intervenientes em jogo percebessem a zona que fosse implicada.

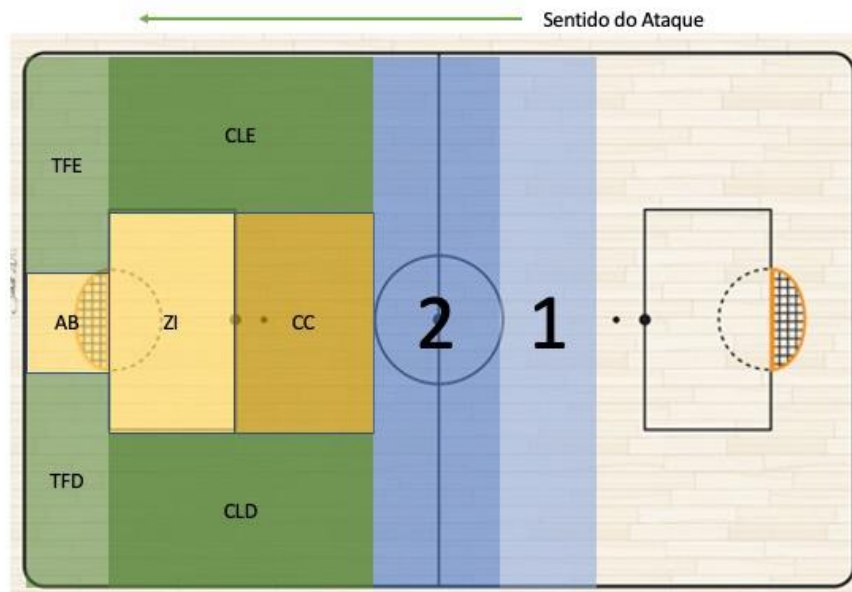
Figura 5 - Divisão do campo em sete zonas Defensivas (AB - Atrás da baliza; TFE - Tabela de Fundo Esquerda; TFD - Tabela de Fundo Direita; ZI - Zona Interior; CC - Corredor Central; CLE - Corredor Lateral Esquerdo; CLD - Corredor Lateral Direito).



Princípios Ofensivo

O objetivo principal no processo ofensivo era privilegiar o desenvolvimento das ações em coletivo e a posição dos jogadores em certas zonas pré-estabelecidas. Era promovida a liberdade em explorar ações individuais em certas zonas do campo e com uma certa ocupação de espaço dos restantes jogadores. Também era pedido para que fosse gerido o ritmo do jogo, com a gestão de posse de bola e dinâmicas da equipa e que houvesse sempre uma cobertura ofensivas nas ações, preparando a equipa para o momento a seguir (perda da bola), evitando descompensações e contra-ataques da equipa adversária. Tal como no modelo defensivo, o modelo ofensivo também tinha zonas do campo pré-definidas pelo treinador para facilitar a comunicação.

Figura 6 - Divisão do campo em sete zonas ofensivas (AB - Atrás da Baliza; TFE - Tabela de Fundo Esquerda; TFD - Tabela de Fundo Direita; ZI - Zona Interior; CC - Corredor Central; CLE - Corredor Lateral Esquerdo; CLD - Corredor Lateral Direito).



1.6. Planeamento e operacionalização do treino e competição

O planeamento anual de treino é um processo que deve ser metódico e com bases científicas para permitir ao atleta e à própria equipa um melhor rendimento desportivo, através da sequenciação e organização das qualidades psicofisiológicas com uma periodização adequada ao contexto inserido. Como refere Bomba & Haff (2009) a periodização assume dois aspetos do treino:

- A periodização divide o plano de treino anual em fases de treino menores, facilitando o planeamento e a gestão do programa de treino, priorizando o rendimento máximo na principal competição;
- E que essa periodização organiza as fases de treino para direcionar as habilidades motoras permitindo ao atleta desenvolver em todos os níveis das qualidades físicas (velocidade, força, potência, agilidade e resistência).

O SCP continha uma periodização anual diferente do habitual – sendo esta uma época nova, em termos de organização, havendo uma fase regular e depois os playoffs (já explicado anteriormente) – dividida em quatro períodos principais, em vez, dos normais três períodos. Assim sendo, na equipa de HP do SCP apresentava uma periodização baseada no prolongamento da forma desportiva, dividida em quatro períodos principais: Transitório; Preparatório; Competitivo I (fase regular) e Competitivo II (Playoffs). O período transitório teve aproximadamente 8 semanas de duração, existiu um plano de férias que procurava manter ou reduzir a perda da forma física desportiva desenvolvida na época transata. O período preparatório teve duração cerca de 6 semanas, mais curta do que esperado devido à realização da Taça Continental, representando 30 unidades de treino (UT). O período de competição I teve uma representação de 38 microciclos, com duração aproximada de sete meses, totalizando 162 UT. Para finalizar o período de competição II teve uma duração apenas de 4 microciclos totalizando 32 UT.

O volume de treinos e as devidas cargas eram ajustadas ao número de jogos, a dificuldade do adversário, aos objetivos de cada competição e ao local do jogo (casa, fora ou neutro) que poderia incluir estágio ou viagem dois dias antes do jogo, tornando

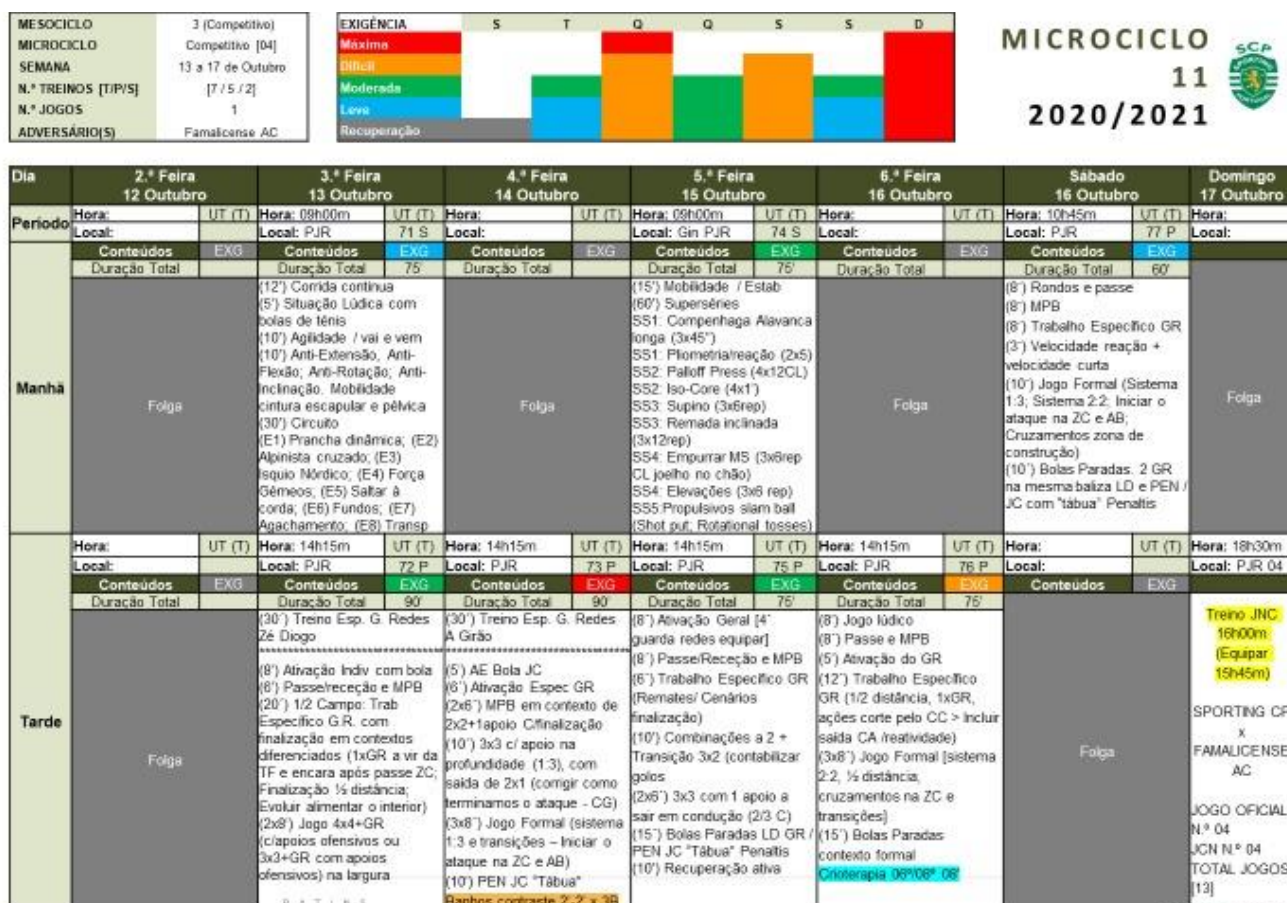
assim cada microciclo “único”. E por isso foi criado vários microciclos padrões com todas essas nuances que poderiam existir – se haveria só um jogo ou não, se existiria um jogo fora com estágio ou não e sempre com vista a dificuldade do adversário.

1.6.1. Microciclo Padrão

Cada microciclo teve características diferentes a nível estrutural, a nível técnico-tático existe um microciclo frequentemente, chamado microciclo padrão, que apresenta igualdade relativamente aos parâmetros estruturantes da carga - volume, frequência, duração, intensidade e complexidade. Ao longo da época desportiva, existiam dois tipos diferentes de microciclos padrão, variando consoante o período em que estão inseridos (Preparatório/competitivo) e o número de jogos (um/dois).

O microciclo competitivo da figura 7 apresenta um total de sete unidades de treino (UT) para quem foi convocado para o jogo de domingo, sendo dois treinos de ginásio e cinco treinos de patins, totalizando 540 minutos de treino, quem não foi convocado tem mais um treino de ginásio no dia do jogo.

Figura 7 – Microciclo competitivo com um jogo.

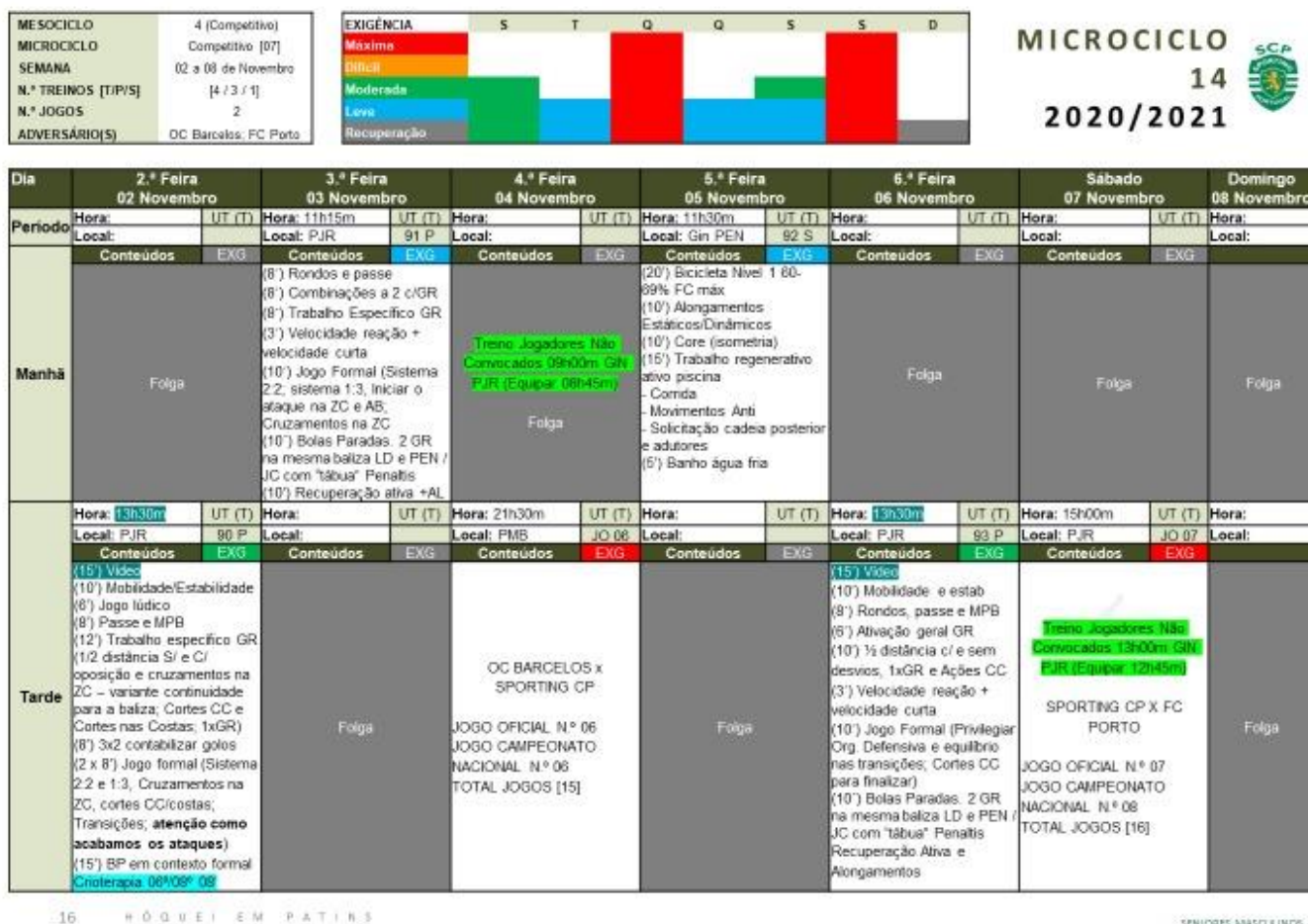


(descritos no primeiro quadrado à esquerda – que continha mais informações gerais tais como o mesociclo, o microciclo, a data de quando começava e quando acabava, o número de treinos totais (T) o número de treinos de patins (P) e o número de treino de ginásio (S) e o adversário dessa semana). O quadro da exigência como o próprio nome sugere é um quadro onde se poderia ver que intensidade, que carga é que haveria em cada dia da semana, onde a cor vermelha era exigência máxima e a cinzenta era recuperação (folga). Nos dias da semana era apenas descrito os conteúdos gerais a trabalhar e o tempo que era preciso trabalhar em cada tarefa, quer nos treinos de ginásio (S), quer nos treinos de patins (P).

O microciclo competitivo da figura 8 apresenta no seu total quatro UT para quem foi convocado para os dois jogos da semana, sendo um treino de ginásio e três de patins, totalizando 290 minutos de treino, para quem não foi convocado tem treino de ginásio sempre no dia do jogo (s).

Os microciclos apresentam estruturas semelhantes em termos de conteúdos técnico-táticos, sendo sempre com uma ideia de progressão do nível de complexidade partindo de conteúdos sectoriais para o jogo formal, concluindo com situações especiais (bolas paradas, ações individuais, entre outras).

Figura 8 - Microciclo competitivo com dois jogos.



Como analista foi criado pela equipa técnica, em conjunto com os analistas, um “microciclo padrão” para a organização da informação que ia ser passada durante a semana. No primeiro dia da semana ia ser feito uma análise sempre sobre o último jogo que foi feito pela equipa. Havendo dois jogos por semana a estrutura da semana ia ser muito semelhante, mas que no primeiro dia da semana o vídeo do último jogo teria de ser mais reduzido do que o normal, porque teríamos de conciliar com o vídeo do sobre o adversário (quando o vídeo do adversário teria de ser dividido por dois). Consoante o adversário e a dificuldade o vídeo poderia/tinha de ser mais alargado e então era dividido em duas sessões (normalmente o primeiro vídeo relacionado com tudo o que estava relacionado com o setor defensivo e o segundo relacionado com o setor ofensivo – desde a organização às transições). Em ambas a situação no 2º dia era colocado na televisão do balneário as bolas paradas do adversário (BP) (guarda-redes e jogadores de campo) e um vídeo das ações individuais (AI) onde estavam ações padrão de alguns

jogadores identificados. Todos os vídeos que os atletas visualizavam eram enviados à *posteriori* pelo programa XPS Network.

Tabela 4 - Microciclo do analista com um jogo por semana.

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Manhã	VUJ	BP	BP	VAdv	VAdv	Jogo	Folga
Tarde		AI	AI	BP/AI	BP/AI		

- VUJ – Vídeo do último jogo; BP – Bolas Paradas; AI – Ações individuais; VAdv – Vídeo de análise ao adversário.

Tabela 5 - Microciclo do analista com dois jogos por semana

	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Manhã	VUJ	VAdv	Jogo	VAdv	VAdv	Jogo	Folga
Tarde	VAdv	BP/AI		BP/AI	BP/AI		

- VUJ – Vídeo do último jogo; BP – Bolas Paradas; AI – Ações individuais; VAdv – Vídeo de análise ao adversário.

2. Parte II: Elaboração e validação do Sistema de Observação

A parte II do Projeto, tem por objetivo centrar-se na elaboração e validação do Sistema de Observação da eficácia do processo ofensivo no Hóquei em Patins.

Acreditamos que este sistema vai ser uma ferramenta útil para o planeamento e escolha de tarefas de treino, uma vez que categoriza as diferentes fases do processo ofensivo permitindo enquadrar os golos marcados interpretando os fatores de promoção do erro adversário nos mesmos.

O sistema de observação tem como objetivo permitir uma análise criteriosa da construção do desequilíbrio que antecede a situação de finalização que culmina na

obtenção do golo, aborda desde início o local do jogo (se é em casa, fora ou campo neutro) e desagregando todos os momentos de jogo ofensivos.

A construção da grelha de observação teve o seu início na recolha das principais componentes críticas (bibliografia de referência da modalidade) inerentes às fases do jogo de hóquei em patins, especificamente às do processo ofensivo. As componentes críticas encontradas foram colocadas pelo investigador numa grelha em escala dicotómica e enviada para um conjunto de especialistas para que estes a analisassem e comentassem, com base nos seus comentários a grelha foi reformulada e dividida em componentes e focados no principal desequilíbrio antes do golo.

Tabela 6 - Exemplo de grelha de observação.

Momentos do jogo	
Categoria	Divisão de componentes
Ataque Organizado	Bloqueio direto, indireto; aclaramento; Drible ou 1 contra 1.
Ataque Rápido	1x1; 2x2; 3x3 ou 4x4.
Contra-ataque	1xGR; 2x1; 3x2; 4x3; 5x4
Bolas Paradas	Penalti ou Livre direto
Esquemas táticos	Bola de saída; Livre indireto (central canto inferior ou superior)
Power-Play	Remate; Assistência ou recarga
Outros	Situações de golo não especificadas anteriormente

Para validar o sistema de observação contámos com a colaboração de três treinadores possuidores do nível III de Hóquei em Patins, com experiência do nível competitivo selecionado. Para estes foram enviados todos os vídeos e solicitado que realizem a observação (dentro dos momentos pré-definidos) e que façam a sua categorização na tabela de registo elaborada para o efeito das ações observadas.

A amostra foi composta por vinte e três golos (n=23). Estes foram o resultado do número total de golos marcados em 25% dos jogos do campeonato, sorteados aleatoriamente.

Utilizámos a aplicação App Sorteios para encontrar a jornada e os golos marcados, garantindo que teríamos como mínimo dois golos em cada categoria utilizada pelo estudo.

Com o objetivo de validar a grelha de registo de observação e com a intenção de testar a fiabilidade das observações, realizámos a análise intra-observador e inter-observador para os elementos e componentes observadas, com base no cálculo de percentagens de acordos e desacordos registados, tal como indicado na fórmula de Bellack (Van Der Mars, 1989).

Segundo o mesmo autor, o acordo inter-observador ocorre quando são comparados os resultados da observação do investigador com um segundo observador treinado e competente no uso do instrumento. Para além de um observador que fez parte do painel de especialistas para a construção da grelha de observação, resolvemos incluir dois outros treinadores da especialidade, licenciados, com o III nível de formação e mais do que 5 anos de experiência como forma de aferirmos se existiriam diferenças entre ambos na interpretação de algumas componentes. Cada observador registou 23 golos.

O investigador que fez a avaliação de todos os participantes fez também a mesma observação que os observadores convidados, mas em dois momentos separados por 15 dias, de forma a garantir a fidelidade intra-observador segundo também a fórmula de Bellack.

Tabela 7 - Tabela de Fidelidade

	Acordos	Desacordos	Bellack %
Investigador & Observador Especialista	21	2	91
Investigador & Observador 1	22	1	96
Investigador & Observador 2	18	5	78
Investigador & Observador Especialista & Observadores	16	7	70

O princípio da fidelidade está relacionado com a aplicação do instrumento por diferentes observadores. Numa aplicação intraobservadores, verifica-se o grau de aceitação e categorização das ações observadas. Um comportamento deverá ser enquadrado num determinado domínio taxonómico e, mediante a sua categorização, não deverá divergir caso outra situação similar se observe.

Na literatura o Índice de Bellack frequentemente utilizado para calcular a fidelidade, cuja fórmula consiste no “(total de acordos/total de acordos + desacordos) x 100.” (Aranha, 2007). Numa amostra pequena (i.e., n = 30) aceita-se um resultado igual ou superior a 80% como garante da fidelidade; numa amostra substancialmente mais alargada aceita-se o valor de 85% como resultado.

Os resultados da Tabela de Fidelidade (Tabela 6) apresentam, entre o Investigador e Observador Especialista e um dos Observadores, uma percentagem superior à de 80% que significa que houve concordância na quase totalidade da qualificação dos golos apresentados (n=23).

3. O Estudo

3.1.1. Introdução

O termo treino é utilizado em muitas situações da nossa vida. Por um lado, inerente a um significado lógico do qual resultam sinónimos tais como: “...adaptar e exercitar, e por outro lado, a aplicação coerente e sistemática de meios ou formas que estabeleçam as condições fundamentais para atingir o sucesso.” (Castelo, 2002).

O processo treino deve responder às mais variadas necessidades da competição, visando o desenvolvimento integrado de todos os fatores de rendimento (Reilly & Gilbourne, 2003). E é aqui que reside o problema, ou seja, como preparar atletas para que o seu rendimento ótimo seja constante e de longa duração, para que nas extensas competições onde participam, a resposta aos mais variados estímulos seja geradora de sucesso.

3.2. Enquadramento Teórico

Em desportos coletivos, o planeamento, periodização do treino e a própria escolha das tarefas do treino (exercícios) tem como objetivo desenvolver novas metodologias que permitam que a performance mantenha sempre elevados níveis. Para nós treinadores é muito importante perceber e analisar os dois domínios, a teoria e a prática, para aplicação dos processos de organização e planeamento do treino e jogo. A intervenção do treinador, seja qual for o nível dos atletas, possui uma forte ligação aos exercícios de treino por si escolhidos e pela orientação técnica, tática e estratégica durante a competição. Para uma intervenção eficaz do treinador, permitindo a transmissão de estratégias ajustadas e consequentes, é necessário o domínio total técnico e tático, um conhecimento profundo e detalhado das características da situação da competição, tendo sempre em conta as necessidades próprias do atleta e o caminho que terá de percorrer até poder chegar a um nível de elite. Bastantes são as questões que se colocam na procura do melhor processo de treino a adotar nos tempos atuais, sendo os treinadores os responsáveis por trabalhar uma lista inacabável de comportamento e princípios pertencentes ao jogo, procurando o rendimento elevado da sua equipa (Cushion, Ford & Williams, 2012; Passos, Araújo & Davids, 2013).

Com isto nasce a qualidade de conceção da aplicação e de inovação dos meios de ensino e do treino do jogo (Castelo, 2009). O Hóquei em Patins como todos os jogos desportivos coletivos (JDC) contêm em si uma panóplia de particularidades e características muito próprias, que necessitam de ser planeadas para uma melhor performance dos jogadores e da equipa como um todo (Gréhaigne, Godbout, & Zerai, 2011). A oposição e a cooperação são das características mais comuns nos JDC, o duelo entre atletas/jogadores é que vai permitir que haja desequilíbrios que nos permitem, ou não, alcançar o sucesso. Com estes fatores, o treinador deve definir prioridades no planeamento e processo de treino da sua equipa para que então se consiga alcançar o sucesso – com isto conseguimos chegar à conclusão de que a competição dentro da própria equipa deverá estar presente na seleção das tarefas de treino.

O hóquei em patins é um desporto cuja estrutura interna implica um tipo de actividade na qual existem diferentes classes de relações e onde todas as ações de jogo estão determinadas desde o ponto de vista táctico e regulamentar pelos elementos estruturais de informação ao jogador (Bola, Colegas, Espaço e Adversários); (Gayo, 1998).

Tradicionalmente, os planos de treino têm sido estruturados à volta da aprendizagem de destrezas específicas e do desenvolvimento de técnicas associadas com estas destrezas. Bailey & Almond (1983) indicam que tal aproximação assume a necessidade de permitir o desenvolvimento de destrezas antes do jogo, resultando numa enfâse das atividades físicas em vez da compreensão do jogo.

As construções dos exercícios de treino vão ao encontro das exigências da modalidade, mas também da ideia de jogo do treinador, estes devem ter em consideração o modelo de jogo adotado pela equipa. A definição e construção do modelo de jogo de uma equipa contém um conjunto de comportamentos que o treinador pretende que a sua equipa apresente de forma regular nos momentos de jogo: Organização ofensiva, organização defensiva, transição defesa/ataque e transição ataque/defesa. A maioria dos treinadores ainda acrescentam um 5º e 6º momento de jogo face à sua importância no desenrolar do jogo: as “bolas paradas” e os “esquemas tácticos-faltas indiretas”.

Silva (2008) defende que o processo de treino das crianças e jovens deve pautar-se por princípios que modelem o jogo no sentido que seja equilibrada entre o ser que joga e o jogo que é jogado.

3.2.1. Momentos do jogo no Hóquei em Patins – Processo ofensivo

A obtenção de um golo antecede sempre uma tomada decisão acompanhada de uma ação individual ou coletiva que tem por objetivo a promoção ou aproveitamento do erro adversário, desta forma tentamos olhar para os golos obtidos e categorizar a fase e o fator do desequilíbrio que foi preponderante na marcação desse golo.

Subdividimos e caracterizámos o nosso sistema de observação em sete fases basilares:

- **Ataque Organizado:** Construção da situação de finalização envolvendo os quatro jogadores de campo e permitindo a organização e o posicionamento da equipa adversária;
- **Ataque Rápido:** Construção de uma situação de finalização em igualdade numérica, envolvendo ou não os quatros jogadores aproveitando a desorganização momentânea e o posicionamento da equipa adversária;
- **Contra-ataque:** Construção de uma situação de finalização em superioridade numérica, envolvendo ou não os quatros jogadores aproveitando a desorganização momentânea e o posicionamento da equipa adversária;
- **Bolas Paradas:** Situações especiais e específicas do Hóquei em Patins, em que consiste nos Penáltis e Livres diretos;
- **Esquemas Táticos:** A construção de uma situação de finalização após o reatar do jogo pelo árbitro;
- **Power-play:** Situações ofensivas em que a equipa atacante encontra-se em superioridade numérica devido à exclusão temporária de um jogador adversário;
- **Outros:** Situações de golo não especificadas anteriormente.

3.3. Metodologia

3.3.1. Caracterização da Amostra

A amostra é composta por todos os golos marcados pelo Sporting Clube de Portugal no campeonato nacional (n=152).

3.4. Apresentação do problema / Objetivos

Como referimos um aspeto decisivo da vida do treinador passa pela tomada decisão a escolha e seleção das tarefas de treino a utilizar em cada treino e na compreensão do efeito que cada uma delas tem para o sucesso da equipa.

O problema que surge é: O tempo atribuído com os diferentes conteúdos de treino tem influência direta no modo como se obtêm os golos?

No fundo o objetivo deste estudo visa essencialmente de forma clara, entender e responder às questões que acima foram colocadas, com o objetivo de ajudar os treinadores a melhora a sua planificação no que diz respeito à escolha das tarefas de treino. Numa primeira fase, até a fase regular terminar da época de Hóquei em Patins da 1ª Divisão, contabilizar os golos quer marcado quer sofridos e saber a sua origem, ou seja, a tipologia do golo.

Dentro dos momentos acima referidos – Ataque organizado, ataque rápido, contra-ataques, bolas paradas, esquemas táticos e power-play – pretendemos quantificar os golos e de que forma foram trabalhados em treino. Para a contabilização dos golos marcados e sofridos construí um sistema de observação sobre a Eficácia do Processo Ofensivo, que tem como objetivo “decompor” o golo (marcado ou sofrido).

Em relação às unidades de treino o nosso objetivo foi dividir e catalogar os conteúdos de treino e respetivas tarefas de acordo com os conteúdos abordados. Divisão esta que seria: jogo de treino, ginásio, circuitos, situações jogadas de confronto com o guarda-redes (1xGR, 2xGR,) 1x1, 2x1, 2x2, 3x2, 3x3, 4x3, 4x4; Jogo 5x5 (jogo formal), jogos

condicionados, jogos reduzidos, circulações ofensivas, manutenção de posse de bola, esquemas táticos ofensivos, bolas paradas e bolas de saída.

Posteriormente a esta divisão agregámos as tarefas/conteúdos de treino de acordo com os momentos de jogo já considerados anteriormente: Organização ofensiva, Transições ofensivas, Power-Play, Situações Específicas (5x4), Esquemas Táticos e Bolas paradas.

3.4.1. Tarefas, procedimentos e protocolos

Recolhemos a amostra através das gravações vídeo armazenadas na plataforma da Federação Portuguesa de Patinagem. Utilizámos apenas os jogos da Fase Regular e fizémos o tratamento e edição de vídeo, dos golos seleccionados, através do XPS network.

O vídeo dos golos seleccionados foi enviado para o painel dos especialistas que categorizou cada um dos mesmos na tabela de registo elaborada para o efeito das ações observadas (Tabela 6).



Figura 9 - Sistema de observação

3.4.2. Momentos do jogo – caracterização

Numa fase inicial para além da divisão das categorias pelas fases do jogo, tentamos fazer sub-categorias. Este grau de complexidade será possível de utilizar numa perspetiva de equipa técnica em que a linguagem e comunicação estão em total sintonia, mas que poderá trazer algumas dificuldades na perspetiva inter-observador, uma vez que o grau de especificidade é enorme. Mesmo assim acreditamos no futuro que esta creditação no futuro poderá ser muito útil para melhor compreensão de todos.

Com o intuito de tornar mais preciso a momento chave na obtenção do golo subdividimos as sete fases em sessenta e uma (n=61) categorias clarificando, por exemplo, situações de assistência, remate e penetração, bloqueios diretos e indiretos, aclaramentos e zonas do campo (Anexo 1).

3.5. Resultados do estudo: Representatividade dos exercícios de treino em comparação ao jogo

3.5.1. Análise de dados

O tratamento de dados foi inicialmente realizado no Microsoft Office Excell 2008, com o objetivo de organizar as respostas em tabelas, considerando as pontuações de forma individual e somadas dentro dos grupos de pertencimento, e em seguida no software Statistical Program for Social Sciences – SPSS, versão 19.0 para Windows.

Para as diferentes variáveis em estudo procedeu-se a uma análise inicial de natureza descritiva, tendo sido calculadas frequências, percentagens, médias e desvios padrão.

Para determinar o grau de associação entre variáveis contínuas recorreu-se ao coeficiente de correlação de *Pearson*.

Na Figura 9 é realizada a caracterização da amostra, sendo possível verificar os momentos do jogo presentes neste estudo.

Tabela 8 - Estatística descritiva para as variáveis caracterizadoras da amostra.

Variáveis	% do tempo de treino		Golos marcados em jogo	
	Média	DP	<i>f</i>	%
Ataque Organizado				
Total	17,3	6,8	58	38,2
Fase Regular	17,6	7,4	48	31,6
Play-Off	16,4	4,6	10	6,6
Ataque Rápido				
Total	6,0	4,5	26	17,1
Fase Regular	5,4	4,1	18	11,8
Play-Off	7,7	5,6	8	5,3
Contra-ataque				
Total	9,2	4,4	25	16,4
Fase Regular	9,1	4,3	20	13,2
Play-Off	9,2	5,0	5	3,3
Bolas Paradas				
Total	8,8	3,2	19	12,5
Fase Regular	9,6	3,1	12	7,9
Play-Off	6,8	2,4	7	4,6
Esquemas táticos				
Total	0,8	2,1	3	2,0
Fase Regular	0,9	2,1	2	1,3
Play-Off	0,8	2,3	1	0,7
Power-Play				
Total	2,6	3,4	5	3,3
Fase Regular	2,2	2,9	3	2,0
Play-Off	3,8	4,6	2	1,3
Outros [Exercícios/golos]				
Total	37,7	8,2	16	10,5
Fase Regular	38,4	9,3	11	7,2
Play-Off	35,6	3,3	5	3,3
Jogo Formal				
Total	17,6	5,5		
Fase Regular	16,9	4,3		
Play-Off	19,8	7,9		

Apresentação de Resultados

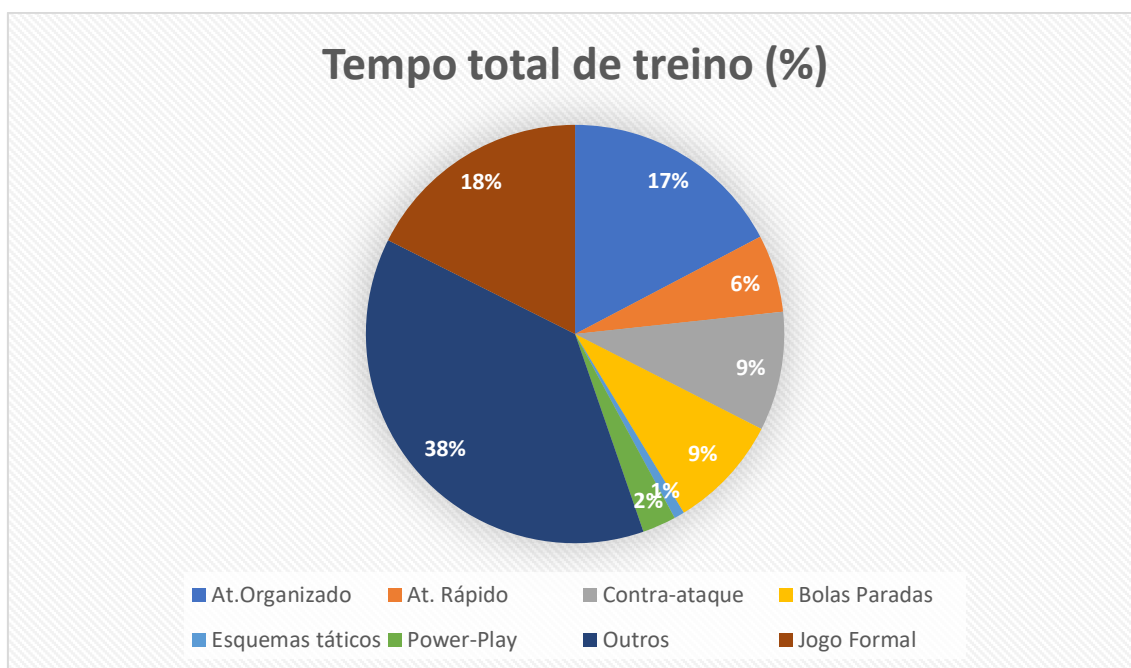


Figura 10 - Percentagem de tempo total de treino

A Figura 10 demonstra que a amostra resulta de 34 jogos, sendo 25 jogos da Fase Regular complementados com 9 jogos em Playoffs e de 34 microciclos analisados. A figura 10 demonstra então que uma grande maioria do tempo de treino é gasto na parte complementar (variável “Outros”) - parte introdutória (aquecimento, exercícios de ativação, exercícios de técnica individual, entre outros de componente mais analítica). De seguida encontra-se o Jogo Formal e o Ataque Organizado com percentagens muito semelhantes ($17,6\% \pm 5,5$ e $17,3\% \pm 6,8$ respetivamente).

A tabela 8 considera a tipologia dos golos marcados e demonstra com uma diferença bastante significativa com 38,2%, o Ataque Organizado a sobrepor-se aos outros momentos de jogo, seguindo-se o Ataque Rápido e o Contra-ataque com 17,1% e 16,4% respetivamente.

Estes resultados (figura 10) confirmam a distribuição dos conteúdos de treino pelo microciclo padrão e pela unidade de treino tipo.

TEMPO DE TREINO

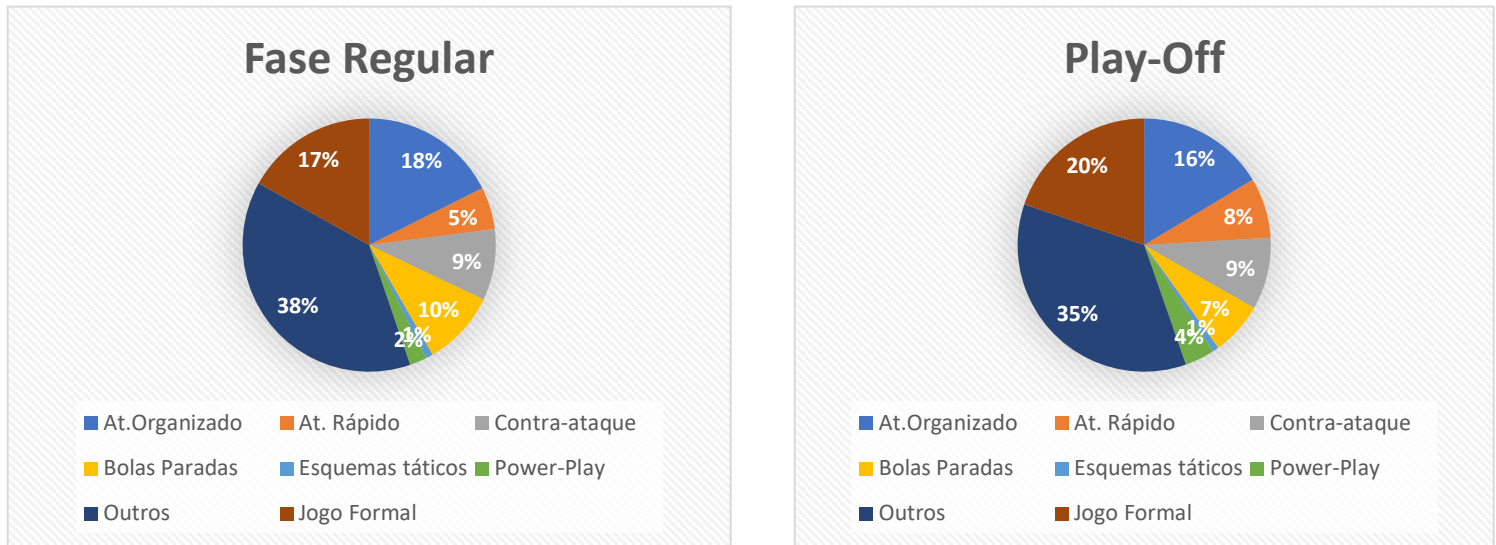


Figura 11 - Percentagem de tempo total de treino na fase regular e nos Play-Off

Discussão de Resultados

Destacamos o aumento do tempo de treino do ataque rápido na fase do play-off. Acreditamos que as exigências competitivas e o equilíbrio entre as equipas promovem uma maior utilização desta fase do jogo uma vez que as situações de contra-ataque surgem em menor percentagem e os erros defensivos no ataque organizado são muitas vezes inexistentes.

Existiu uma diminuição de tempo de treino das bolas paradas no Play-Off relativamente à Fase Regular. Na nossa opinião, devido ao facto, de nesta altura da época o número de jogadores selecionados para esses momentos de jogo é mais reduzido e as características dos guarda-redes adversários mantidas semelhantes por um maior número de jogos. Também acreditamos que o facto que muito deste treino individual ser feito pelos atletas em causa fora da unidade de treino justifica esta diminuição do tempo de treino.

Outro resultado significativo está relacionado com o aumento de treino do Power-play durante o play-off. nos jogos a eliminar esta fase do jogo torna-se decisiva quer no processo ofensivo e defensivo. Devido ao acumular de jogos com os mesmos adversários

a preparação torna-se mais exaustiva no pormenor de diferenciação no sentido de conseguir surpreender o adversário.

Em relação à diminuição do tempo de treino na categoria "Outros" estamos certos que se relaciona com a natural e gradual diminuição do tempo total de treino na parte final da época e, por se tratarem, de exercícios mais analíticos terem sido substituídos por outros de carácter mais competitivo e de consolidação do modelo de jogo em contexto formal.

GOLOS MARCADOS

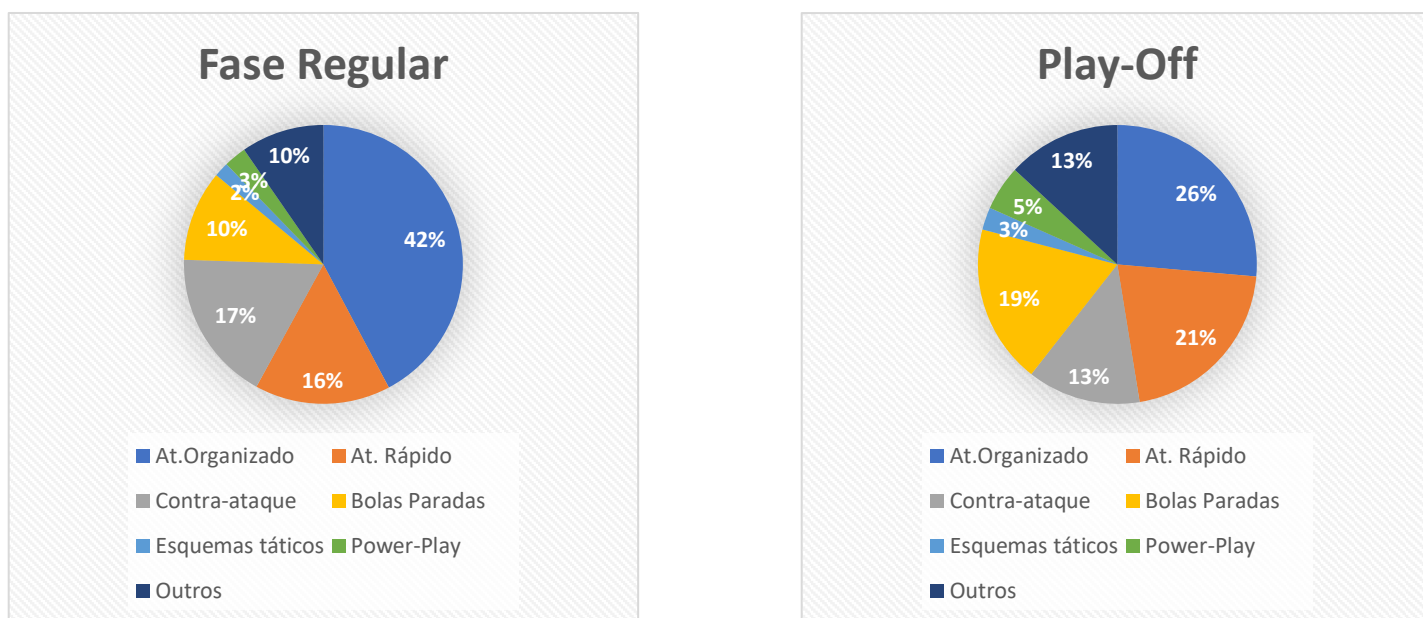


Figura 12 - Percentagem da tipologia dos golos marcados na Fase Regular e nos Play-Offs

Ao compararmos os golos obtidos nos diferentes momentos de época verificamos claramente que, o Ataque Organizado se manteve como a fase do jogo que mais sucesso tivemos, mas depois percebemos que o Contra-Ataque teve uma queda muito grande ao nível da Fase Regular para o Play-Off. Verificamos também que as Bolas Paradas e o Ataque Rápido ganharam mais preponderância e o Contra-Ataque diminuiu bastante na medida que, tal como perspetivamos o equilíbrio das equipas diminuiu o número de

situações de Contra-Ataque e isso faz que seja cada vez mais difícil obter golos dessa fase em específico.

Salientamos o aumento percentual dos golos obtidos através das situações de Ataque Rápido entre a Fase Regular e Play-Off. Com os resultados conseguimos verificar correspondente ao aumento de tempo de treino do Ataque Rápido no Play-Off esse aumento foi correspondido com uma maior preponderância dos golos nesta fase do jogo.

Na análise dos jogos efetuados encontramos dados estatísticos que demonstram a diminuição gradual do número de situações de Contra-ataque e o aumento do número de situações de Ataque Organizado em que não conseguimos construir situações de finalização que terminem com remate à baliza, o que na nossa opinião se deve ao aumento de concentração e à qualidade individual que tornam residuais os erros defensivos. Estamos certos também que o maior conhecimento e a preparação exaustiva do plano estratégico do jogo também muito contribuem para que nas situações de tática coletiva seja mais difícil a concretização.

Em relação ao aumento da eficácia das Bolas Paradas no Play-Off em relação à Fase Regular, talvez esteja relacionada com o aumento de confiança dos jogadores neste momento do jogo. Os jogadores reconhecem que estes momentos de jogo nesta fase (Play-Off) podem decidir uma passagem à fase seguinte e o facto de terem muita experiência acumulada e de estarmos a falar dos melhores jogadores do mundo muitas vezes “catapultam” estes momentos de jogo para execuções de grande nível, tendo por trás um grande controlo emocional. Talvez também o facto de termos mantido sempre os mesmos jogadores para estas ocasiões e essa repetição sistemática do gesto, tenha contribuído para o aumento da eficácia.

Sentimos necessidade de transformar em percentagem o número de golos obtidos para que possamos ter uma interpretação mais exata. Se repararmos dos 152 de golos no total, 114 foram na Fase Regular onde tivemos 25 jogos, e apenas 38 foram no Play-Off, mas tendo atenção que no Play-Off apenas realizamos 9 jogos. Se transformarmos todos estes resultados em percentagens, para que possamos mais fielmente comparar os dados, conseguimos verificar todas estas situações anteriormente descritas.

Desta forma as situações de Ataque Rápido e marcação de Bolas Paradas assumem um papel decisivo na forma de obtenção do golo e como tal merecer um maior tempo de intervenção em treino nessa fase da época tal como aconteceu neste estudo.

Tabela 9 – Correlação entre diferentes variáveis em estudo.

Tempo de treino	%																										
	Ataque Organizado									Ataque Rápido			Contra-ataque			Bolas Paradas			Esquemas Táticos			Power-Play			Outros Golos		
	T	FR	PO	T	FR	PO	T	FR	PO	T	FR	PO	T	FR	PO	T	FR	PO	T	FR	PO						
AO																											
T	0,29			0,30			0,30			0,002			0,32			0,03			0,03								
FR		0,36			0,39			0,37			0,09			0,26			0,07			0,008							
PO			0,31			0,11			0,04			0,50			0,60			0,14			0,23						
AR																											
T	0,05			0,01			0,23			0,004			0,38*			0,12			0,003								
FR		0,31			0,25			0,33			0,01			0,14			0,10			0,15							
PO			0,52			0,53			0,05			0,18			0,84**			0,10			0,36						
CA																											
T	0,05			0,27			0,47**			0,04			0,21			0,09			0,03								
FR		0,16			0,41*			0,40*			0,19			0,06			0,27			0,12							
PO			0,33			0,12			0,68*			0,58			0,81**			0,39			0,31						
BP																											
T	0,02			0,24			0,10			0,29			0,09			0,12			0,15								
FR		0,14			0,20			0,09			0,30			0,04			0,20			0,16							
PO			0,18			0,32			0,65			0,002			0,49			0,36			0,05						
ET																											
T	0,11			0,03			0,04			0,07			0,12			0,13			0,13								
FR		0,23			0,03			0,14			0,14			0,12			0,11			0,25							
PO			0,32			0,05			0,23			0,13			0,13			0,19			0,31						
PWP																											
T	0,18			0,10			0,29			0,26			0,01			0,18			0,23								
FR		0,13			0,16			0,25			0,35			0,18			0,08			0,34							

Apresentação de Resultados

Os resultados da Tabela 9 indicam que existe correlação positiva e estatisticamente significativa entre o tempo de treino do Contra-ataque e os golos marcados em Contra-ataque quer no Play-Off, quer na Fase Regular. Encontramos também esta correlação positiva nos esquemas táticos muito embora, como estamos a falar de apenas de três golos marcados no decorrer de toda a época, parece-nos apenas uma situação de coincidência estatística que torna irrelevante a discussão desse resultado.

Discussão de Resultados

TABELA DE CORRELAÇÃO DE CONTRA-ATAQUE E ESQUEMAS TÁTICOS

Na nossa opinião esta correlação existente na fase do jogo do Contra-Ataque assenta na otimização das características individuais e no emparelhamento grupal entre dois ou mais jogadores. Para esta melhoria de competências o tempo de treino em situações mais próximas possíveis da competição assumem um papel decisivo e diferenciador. Como demonstram os resultados vale a pena os treinadores, deste contexto competitivo, priorizarem a fase de jogo do contra-ataque no modelo de jogo e no tempo de treino.

A complexidade do gesto técnico, aliada à intensidade física e à variabilidade da tomada de decisão atribuem a esta fase do jogo uma predominância em relação a todas as restantes na diferenciação dos resultados em jogos ao mais alto nível.

Estamos certos da evolução constante do jogo, mais notória nos últimos anos devido ao aumento do profissionalismo de todos os envolvidos, mas acreditamos que desde sempre o contra-ataque assumiu este destaque na nossa modalidade.

3.6. Conclusão

Com base na nossa análise, acreditamos que com a correlação observada na fase do jogo Contra-Ataque é fundamentada na otimização das características individuais e no emparelhamento grupal entre dois ou mais jogadores.

A melhoria dessas características requer um tempo de treino significativo em situações que mimetizem as condições competitivas reais, desempenhando um papel crucial e distintivo. Os resultados obtidos demonstram claramente que os treinadores neste contexto competitivo, na nossa opinião, devem priorizar a fase do contra-ataque tanto no modelo de jogo quanto no tempo dedicado no treino.

A complexidade técnica, combinada com a intensidade física e a necessidade de tomar decisões rápidas e variadas, atribui a esta fase do jogo uma importância predominante em relação a todas as outras, influenciando diretamente os resultados nos jogos de alto nível.

Reconhecemos a evolução constante do jogo, especialmente notável nos últimos anos devido ao aumento do profissionalismo em todas as áreas envolvidas. No entanto, acreditamos firmemente que o contra-ataque sempre ocupou um lugar de destaque em nossa modalidade, sendo essencial para o sucesso em níveis competitivos elevados.

Além disso, é importante destacar que o treino focado no contra-ataque não apenas aprimora as habilidades técnico-táticas dos jogadores, como permite uma valorização do treino de força e velocidade (potência), cada vez mais diferenciadora nos jogos de alto nível, mas também fortalece a coesão e a comunicação dentro da equipa. A rápida transição do jogo defensivo para o ofensivo requer um alto nível de sincronia entre os jogadores, aumentando assim a importância do trabalho em equipa e da compreensão da ocupação dos espaços.

Portanto, ao reconhecermos a centralidade e a eficácia do contra-ataque no contexto do hóquei em patins moderno, recomendamos enfaticamente que os treinadores dediquem atenção especial a essa fase do jogo nos seus planeamentos de treino e

estratégias de jogo, visando maximizar o desempenho e os resultados positivos da equipa.

4. Relação com a comunidade

Uma das competências relativas a esta área passa por partilhar e criticar o que foi feito e poderá ser feito para melhorar a performance, a força de uma modalidade estará sempre alicerçada na quantidade e qualidade da sua formação (Simões, 2020).

Assim o estagiário, desde logo, foi convidado para ser treinador de um escalão de formação do clube (Sub-13) e mais tarde para incorporar como convidado numa formação de treinadores sobre a “Análise de Jogo no Hóquei em Patins”.

4.1. Treinador de formação do Sporting Clube de Portugal (Sub-13)

Segundo Sarmiento (2017, p.7) “(...) a incumbência pedagógica do professor de educação física ou do treinador desportivo está, também, na ajuda aos praticantes na valorização das suas potencialidades e na procura de níveis de sucesso, para que o indivíduo ganhe mais motivação pelo próprio desempenho (prestação, performance) e sinta prazer na sua participação”.

Resende (2015, p.192) afirma que “o treinador emerge como determinante a fim de assegurar um desenvolvimento positivo e sustentado do jovem atleta. O treinador deve assumir as suas responsabilidades no processo consciencializando-se da responsabilidade que é trabalhar com jovens e preparando-se adequadamente no que concerne aos aspetos científicos e tecnológicos necessários para desempenhar a sua função”.

Preparar um atleta para participar num quadro competitivo e para obter boas prestações, é um processo que deverá ser considerado numa perspectiva de longo prazo. “Queimar” os passos que devem ser dados ao longo dos anos, antecipando no tempo alguns dos conteúdos, é condenar a evolução do atleta, impedindo-o de manter as reservas de progressão que é necessário preservar (Adelino, J; Vieira, J; Coelho, O.,2000).

O processo de desenvolvimento desportivo e os pressupostos metodológicos que o sustentam assumem ainda mais importância face às evidências de que são necessários 10 anos de prática deliberada intensiva para que o potencial de um indivíduo se concretize na prática de uma dada modalidade ou tarefa (Ericsson, 2006).

Quando falamos das etapas iniciais de formação é determinante que as crianças sejam envolvidas na definição do modelo a construir orientando os seus pontos de vista, motivando-os para compreender o jogo, levando-os a descobrir as vantagens e desvantagens dos diferentes gestos e ações realizadas. É fundamental possuir uma boa base pedagógica para formar jovens, conhecendo as suas etapas de preparação desportista. A melhor etapa em termos de aprendizagem está compreendida entre os 6 e 12 anos, sendo considerada “A Idade de Ouro da Aprendizagem” (Marques, 1992).

Como dito anteriormente foi desde logo aceite o convite para treinar um escalão de formação do clube, os Sub-13, com idades compreendidas entre 11 e 12. Um ano enriquecedor em todos os aspetos. Tendo a equipa jogadores em diferentes níveis de aprendizagem e a necessidade de introduzir jogadores do escalão inferiores (escolares – 9 e 10 anos), foi decidido formar duas equipas. A equipa A onde estavam todos os 11 atletas que tinham entre 11 e 12 anos e competiam no campeonato regional e posteriormente no campeonato nacional. A equipa B era constituída sempre com cinco atletas da equipa A (jogavam nas duas equipas) que tinham menos minutos ou o jogador que ficava fora da convocatória, mais cinco atletas do escalão inferior (escolares) sendo sempre uma escolha rotativa, tentando dar a oportunidade a todos.

4.2. Formação ao Público “Análise de jogo no Hóquei em Patins”

Desde cedo, nos primeiros tempos como treinador, o autor tem participado e valorizado em várias formações especificamente as de hóquei em patins quer as de contexto geral, organizadas pela Federação Portuguesa Patinagem (FPP), clubes e outras entidades.

Tendo sido este ano aproveitado o trabalho realizado no estágio foi convidado a “deixar a pele de participante” e participar como formador numa formação realizado por uma empresa que se dedica à organização de eventos desportivos, com especial foque na formação, chamada “Análise de jogo no Hóquei em Patins” que o obrigou a preparar e esquematizar muito bem o trabalho que era realizado e a dominar muito bem a mensagem que queria deixar.

The poster features a dark blue background with two images of David Pereira. On the left, he is shown from the chest up, wearing a white sports jersey with 'SCP PORTING PORTUGA' and 'DP' logos. On the right, he is shown from the waist up, holding a large silver trophy with a blue and green top that says 'RINK-HOCKEY' and 'CONTINENTAL CUP'. The trophy also has 'SCP PORTING PORTUGA' and 'DP' logos. The text 'MICROPAC PACKING & IMAG' is visible on his jersey.

TEAM PERFORMANCE
FORMAÇÃO DESPORTIVA

FORMAÇÃO ONLINE

DAVID PEREIRA
DAVID PEREIRA

09.30H - 13.30H **30 JANEIRO** **0,8 U.CRÉDITO**

Logos at the bottom include: ipdj, ONCE, TRUE.COACH, TLR, and a stylized 'SC' logo.

5. Bibliografia

1. Adelino, J; Vieira, J; Coelho, O.(2000), “Quais as responsabilidades do treinador de jovens “ in “Treino de Jovens – O que todos precisam de saber”, Centro de Estudos e Formação Desportiva, Ministério da Juventude e do Desporto, Lisboa.
2. Amorim, R. 2008. “Perfil do guarda-redes de hóquei em patins - Estudo da Aptidão física em hoquistas com idades compreendidas entre os 14 e 16 anos, na posição de guarda-redes”, PhD. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física - Universidade de Coimbra.
3. Aranha, A. (2007). Observação de aulas de Educação Física. Vila Real: Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.
4. Areces, A. (2000). El hockey sobre patines como deporte de equipo. Análisis y optimización de los sistemas de juego a través de indicadores tácticos.
5. Azevedo, J. (2011). Por Dentro da Tática. Prime Books, Estoril.
6. Bailey, L.; Almond, L. “Creating change: by creating games?”, in: Spackman, L. (Ed.). Teaching games for understanding. (pp.5659), Cheltenham, England. The College of St. Paul and St. Mary, (1983).
7. Bompa, T., & Haff, G. G. (2009). Annual Training Plan. In Periodization Theory and Methodology of Training (5th ed, pp. 125–185).
8. Booroff, M., Nelson, L., & Potrac, P. (2016). A coach’s political use of video-based feedback: a case study in elite-level academy soccer. *Journal of Sports Sciences*, 34(2), 116–124. <https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1039464>
9. Calvo, A. (2008). Las Tecnologías de la Información en los deportes colectivos: valoración del rendimiento deportivo. In F. Tavares, A. Graça, J. Garganta, & I. Mesquita (Eds.), *Olhares e Contextos da Performance nos Jogos Desportivos (FDEUP)*.
10. Carling, C., Reilly, T., & Willias, A. M. (2009). Match Analysis. In *Performance Assessment For Field Sports* (pp. 70–102). <https://doi.org/10.1002/ep.10045>
11. Carling, C., Willias, A. M., & Reilly, T. (2005). *Handbook of Soccer Match Analysis*. <https://doi.org/10.4324/9780203448625>
12. Castelo, J. (1996), “Futebol - A organização do jogo”, Edição do autor. Lisboa.
13. Castelo, J. (2002). O exercício de treino desportivo – A unidade lógica de programação e estruturação do treino desportivo. Edições FMH.

14. Castelo, J. (2009), "Futebol. Organização dinâmica do jogo" Lisboa: Centro de Estudos de Futebol da Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias.
15. Coelho-E-Silva, M. J., Vaz, V., Simões, F., Carvalho, H. M., Valente-Dos-Santos, J., Figueiredo, A. J., ... Malina, R. M. (2012). Sport selection in under-17 male roller hockey. *Journal of Sports Sciences*, 30(16), 1793–1802. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.709262>
16. Costa, I. T., Garganta, J., Greco, P. J., & Mesquita, I. (2009). Avaliação do desempenho tático no futebol: concepção e desenvolvimento da grelha de observação do teste "GR3-3GR"*.
17. Cushion, C., Ford, P., & Williams, M. (2012). Coach behaviours and practice structures in youth soccer: Implications for talent development. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1631-1641. doi: 10.1080/02640414.2012.721930.
18. Ericsson, K. A. (2006) "The influence of experience and deliberate practice on the development of superior expert performance", K. Ericsson, N. Charness, P. Feltovitvh & R. Hoffman (Eds), in *The Cambridge handbook of expertise and expert performance*, (pp 683-703), Cambridge University Press.
19. Federação de Patinagem de Portugal (2021). Regulamento Geral do Hóquei em Patins
20. Ferreira, J. B. A. (2005). Análise do jogo e do rendimento desportivo no hóquei em patins: Conceito, métodos e aplicações nos escalões de Juvenis e Juniores. Dissertação de Licenciatura, Universidade de Coimbra.
21. Garganta, J. (2001). A análise da performance nos jogos desportivos. Revisão acerca da análise do jogo. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 1(1), 57–64. <https://doi.org/10.1080/02640414.2012.709262>
22. Gaspar, A. (1999). Observação - Porquê e Como.
23. Gayo, A. A. (1998). El Componente táctico-estrategico en hockey sobre patines: aproximación conceptual. *Cadernos Técnico-Pedagógicos Do INEF*.
24. Gréhaigne, J.F., Godbout, P., & Zerai, Z. (2011). How the "rapport de forces" evolves in a soccer match: the dynamics of collective decisions in a complex system. *Revista De Psicologia Del Deporte*, 20(2), 747-764.
25. Hughes, M. (2007). *The Essentials of Performance Analysis*. (Routledge, Ed.). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780203938065>
26. Julio, C., & Juan, P. (2010). Revisão Cognição & ação nos jogos esportivos coletivos *Cognition and Action in team ball sports*, 15(1), 252–271.
27. Leal, M., & Quinta, R. (2001). *O Treino no futebol. Uma Concepção para a formação*. APPACDM, Braga

28. Manaças, J. (1998). Caracterização dos esforços no Hóquei em Patins. *Treino Desportivo*, (9), 43–49.
29. Mesquita, I. (1992), “Estudo descritivo e comparativo das respostas motoras de jovens voleibolistas de diferentes níveis de desempenho nas situações de treino e competição”, in *Revista de Ciência Do Desporto Dos Países de Língua Portuguesa*, 1(2), 59–75.
30. O’Donoghue, P. (2006). The use of feedback videos in sport. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 6(2), 1–14. <https://doi.org/10.1080/24748668.2006.11868368>
31. Reilly, T., & Gilbourne, D. (2003). Science and football: a review of applied research in the football codes. *Journal of Sports Sciences*, 21(9), 693-705.
32. Resende, R. & Gomes, A.R. (2015). Treino de jovens desportistas para uma evolução positiva através do desporto. Em S. F. Molina & M. C. Alonso (Eds.), *Innovaciones y aportaciones a la formación de entrenadores para el deporte en la idade escolar* (pp. 175-194). Universidade de Extremadura & Editora da Unicamp.
33. Sarmiento, P. (2017). A investigação pedagógica em ciências do desporto. Em J. Rodrigues & P. Sequeira (Eds.), *Contributos para a formação de treinadores de sucesso* (pp. 5-8), *Visão e Contextos*.
34. Simões, J (2020). Título de especialista “Proposta de um Modelo de Formação e de Jogo por Etapas de desenvolvimento do Jogador de Hóquei em Patins”.
35. Sousa, T. (2013). Estudo exploratório e consistência interna de um sistema de observação e análise de equipas e atletas de hóquei em patins, 79–80.
36. Travassos, B., Davids, K., Araújo, D., & Esteves, P. T. (2013). Performance analysis in team sports: Advances from an ecological dynamics approach. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 13(1), 83–95. <https://doi.org/10.1080/24748668.2013.11868633>
37. Van Der Mars, H. (1989). Observer Reliability: Issues and Procedures. In Darst, P., Mancini, V. (Eds.), *Analysing Physical Education and Sport Instruction* (pp. 53-79). *Human Kinetics*.
38. Vasquez, J. H. (1991). Evolución, valoración y diferenciación de la condición física en jugadores de hockey sobre patines. *Apunts: Educació Física i Esports*(23), 15- 28.
39. Vaz, V. (2011). Especialização desportiva em jovens hoquistas masculinos. estudo do jovem atleta, do processo de selecção e da estrutura do rendimento.
40. Vilar, L. (2008), “Futebol, pressupostos para a conceptualização de um modelo específico de treino”, in *Dissertação de Mestrado*, Universidade Técnica de Lisboa, Faculdade Motricidade Humana.

6. Anexos

Anexo 1. Sub-categorias dos principais momentos de jogo

Ataque Organizado (sub-categorias):

- Bloqueio Direto Lateral - Assistência: Ação que começa por um bloqueio direto no corredor lateral e Finaliza de 1ª;
- Bloqueio Direto Lateral - Remate: Ação que começa por um bloqueio direto no corredor lateral mas não existe o passe mas sim remate direto;
- Bloqueio Direto Lateral - Penetração: Ação que começa por um bloqueio direto no corredor lateral mas o jogador progride para a baliza (1xGR);
- Bloqueio Indireto Lateral - Assistência: Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor lateral e Finaliza de 1ª;
- Bloqueio Indireto Lateral - Remate: Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor lateral mas não remata de 1ª (não existe passe, jogador com bola remata);
- Bloqueio Indireto Lateral – Penetração: Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor lateral mas o jogador progride para a baliza (1xGR);
- Bloqueio Indireto Central – Assistência: Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor central e Finaliza de 1ª;
- Bloqueio Indireto Central - Remate: Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor central mas não remata de 1ª;
- Bloqueio indireto central – Penetração: Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor central mas o jogador progride para a baliza (1xGR)
- Bloqueio Central – Assistência: Ação que começa por um bloqueio direto no corredor central e Finaliza de 1ª;
- Bloqueio Central – Remate: Ação que começa por um bloqueio direto no corredor lateral mas não remate de 1ª;
- Bloqueio Central – Penetração: Ação que começa por um bloqueio direto no corredor central mas o jogador progride para a baliza (1xGR);
- Aclaramento Lateral – assistência: Ação que começa por um aclaramento no corredor lateral e Finaliza de 1ª;

- Aclaramento Lateral – Remate: Ação que começa por um aclaramento no corredor lateral mas não existe o passe mas sim remate direto;
- Aclaramento Lateral – Penetração: Ação que começa por um aclaramento no corredor lateral mas o jogador progride para a baliza (1xGR);
- Aclaramento Central - Assistência: Ação que começa por um aclaramento no corredor central e Finaliza de 1ª;
- Aclaramento Central - Remate: Ação que começa por um aclaramento no corredor central mas não existe o passe mas sim remate direto;
- Aclaramento Central – Penetração: Ação que começa por um aclaramento no corredor central mas o jogador progride para a baliza (1xGR);
- Finta sem bola: Ação que é finalizada por um jogador que fintou o seu adversário direto sem bola;
- Drible: Ação que é finalizada por um jogador que driblou o máximo de jogadores antes de chegarem a baliza;
- Recarga: Ação que é finalizada através de uma recarga.

Ataque Rápido (sub-categorias):

- 1x1 – Remate: Ação de um avançado contra um defesa que é finalizada com remate (sem finta);
- 1x1 – Penetração: Ação de um avançado contra um defesa que é finalizada depois de ter ultrapassado o seu oponente;
- 2x2 – Remate: Ação de dois avançados contra dois defesas que é finalizada com remate batido, sem ter ultrapassado os defesas;
- 2x2 – Assistência: Ação de dois avançados contra dois defesas que é finalizada com o portador da bola a assistir o seu colega;
- 2x2 – Penetração: Ação de dois avançados contra dois defesas que é finalizada depois de ter ultrapassado os seus oponentes - sem existir passe;

- 3x3 – Remate: Ação de três avançados contra três defesas que é finalizada com remate batido, sem ter ultrapassado os defesas;
- 3x3 – Assistência: Ação de três avançados contra três defesas que é finalizada com o portador da bola a assistir o seu colega;
- 3x3 – Penetração: Ação de três avançados contra três defesas que é finalizada depois de ter ultrapassado os seus oponentes - sem existir passe;
- 4x4 – Remate: Ação de quatro avançados contra quatro defesas que é finalizada com remate batido, sem ter ultrapassado os defesas;
- 4x4 – Assistência: Ação de quatro avançados contra quatro defesas que é finalizada com o portador da bola a assistir o seu colega;
- 4x4 – Penetração: Ação de quatro avançados contra quatro defesas que é finalizada depois de ter ultrapassado os seus oponentes - sem existir passe.

Contra-ataque (sub-categorias):

- 1xGR: Ação de um avançado contra o Guarda-redes;
- 2x1 – Remate: Ação de dois avançados contra um defesa onde o golo surge de um remate direto (sem passe);
- 2x1 – Assistência: Ação de dois avançados contra um defesa onde o golo surge de um remate procedido de um passe com finalização de 1ª;
- 2x1 – Penetração: Ação de dois avançados contra um defesa onde o golo surge com o jogador da bola a progredir para o GR (sem passe);
- 3x2 – remate: Ação de três avançados contra dois defesas onde o golo surge de um remate direto (sem passe);
- 3x2 – Assistência: Ação de três avançados contra dois defesas onde o golo surge de um remate procedido de um passe com finalização de 1ª;
- 3x2 – Penetração: Ação de três avançados contra dois defesas onde o golo surge com o jogador da bola a progredir para o GR (sem passe);
- 4x3 – Remate: Ação de quatro avançados contra três defesas onde o golo surge de um remate direto (sem passe);

- 4x3 – Assistência: Ação de quatro avançados contra três defesas onde o golo surge de um remate procedido de um passe com finalização de 1ª;
- 4x3 – Penetração: Ação de quatro avançados contra três defesas onde o golo surge com o jogador da bola a progredir para o GR (sem passe);
- 5x4 – Remate: Ação de cinco avançados contra quatro defesas onde o golo surge de um remate direto (sem passe);
- 5x4 – Assistência: Ação de cinco avançados contra quatro defesas onde o golo surge de um remate procedido de um passe com finalização de 1ª;
- 5x4 – Progressão: Ação de cinco avançados contra quatro defesas onde o golo surge com o jogador da bola a progredir para o GR (sem passe).

Esquemas táticos (sub-categorias):

- Bola de Saída: Golo surge após uma jogada de bola de saída (reinício do jogo);
- Faltas de canto inferior: Golo surge após uma jogada de falta de canto inferior (livre indireto);
- Faltas de canto superior: Golo surge após uma jogada de falta de canto superior (livre indireto);
- Faltas corredor central: Golo surge após uma jogada de falta no corredor central (livre indireto).

Bolas Paradas (sub-categorias):

- Penáلتi: Golo surge através de uma grande penalidade;
- Penáلتi – Recarga: Golo surge através de uma recarga de uma grande penalidade;
- Livre-Direto (finta): Golo surge através de um livre direto proveniente de mais do que um toque na bola;
- Livre-Direto (remate): Golo surge através de uma recarga de uma grande penalidade;
- Livre-Direto – Recarga: Golo surge através de uma recarga de um livre direto.

Power-Play (sub-categorias):

- Remate: Golo surge após um remate direto sem desvios;
- Assistência: Golo surge após um passe e finalização de 1ª;
- Recarga: Golo surge após uma recarga;
- 5x4 estático: Golo surge após um 5x4 estático.

Anexo 2. Exemplar de pedido de colaboração aos especialistas



Escola Superior de Desporto de Rio Maior
Politécnico de Santarém

Exmo Sr. (Nome do Especialista)

Caro(a) [Nome do Convidado],

Espero que esta carta o(a) encontre bem. É com grande prazer que escrevo para convidá-lo(a) a participar da conclusão do meu estudo de mestrado em Treino Desportivo na Escola Superior de Desporto de Rio Maior sendo orientado pelo Prof. João Simões.

O foco deste convite foi validar um sistema de observação e sua participação é fundamental para garantir a validade e a precisão dos resultados obtidos. A sua experiência e conhecimento desempenharão um papel crucial no processo, e estou ansioso para compartilhar os resultados finais.

Como em qualquer investigação, o tratamento dos dados é confidencial e anónimo.

Deste modo, vimos solicitar a V. Ex.a que se digne autorizar o Mestrando David Pereira a proceder às recolhas dos vossos resultados.



Estamos inteiramente à disposição de V. Ex.a para quaisquer esclarecimentos adicionais.

Antecipadamente gratos pela atenção dispensada,

Rio Maior, (DATA)

(David Pereira)

Anexo 3. Grelhas de observação (versão provisória) enviadas aos especialistas –
 Descrição dos momentos de jogo.

	Escola Superior de Desporto de Rio Maior Politécnico de Santarém	 POLITÉCNICO DE SANTARÉM ESCOLA SUPERIOR DE DESPORTO DE RIO MAIOR
Grelhas de Observação (VERSÃO PROVISÓRIA)		
Momentos do Jogo		
Categoria	Código	Descrição
Ataque Organizado	AO1	Construção da situação de finalização envolvendo os quatro jogadores de campo e permitindo a organização e o posicionamento da equipa adversária.
Ataque Rápido	AR1	Construção de uma situação de finalização em igualdade numérica, envolvendo ou não os quatro jogadores aproveitando a desorganização momentânea e o posicionamento da equipa adversária.
Contra-ataque	CA1	Construção de uma situação de finalização em superioridade numérica, envolvendo ou não os quatro jogadores aproveitando a desorganização momentânea e o posicionamento da equipa adversária
Bolas Paradas	BP1	Situações especiais e específicas do Hóquei em Patins, em que consiste nos Penáltis e Livres diretos.
Esquemas Táticos	ET1	A construção de uma situação de finalização após o reatar do jogo pelo árbitro.
Power-Play	PP1	Situações ofensivas em que a equipa atacante encontra-se em superioridade numérica devido à exclusão temporária de um jogador adversário.
Outros	OO1	Situações de golo não especificadas anteriormente

Anexo 4. Grelha de observação e descrição das sub-categorias do Ataque Organizado.

Desenvolvimento do Ataque Organizado		
Categoria 1 - Ataque Organizado		
Ataque Organizado: Construção da situação de finalização envolvendo os quatro jogadores de campo e permitindo a organização e o posicionamento da equipa adversária.		
Categoria	Código	Descrição
Bloqueio direto Lateral - assistência	BDLA	Ação que começa por um bloqueio direto no corredor lateral e depois existe uma Finalização após passe
Bloqueio direto Lateral - remate	BDLR	Ação que começa por um bloqueio direto no corredor lateral mas não existe o passe mas sim remate direto
Bloqueio direto Lateral - Penetração	BDLP	Ação que começa por um bloqueio direto no corredor lateral mas o jogador progride para a baliza (1xGR)
Bloqueio indireto lateral - assistência	BILA	Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor lateral e depois existe uma Finalização após passe
Bloqueio indireto Lateral - remate	BILR	Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor lateral mas não remate de 1ª
Bloqueio indireto Lateral - Penetração	BILP	Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor lateral mas o jogador progride para a baliza (1xGR)
Bloqueio indireto central - assistência	BICA	Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor central e depois existe uma Finalização após passe
Bloqueio indireto central - remate	BICR	Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor central mas não remata de 1ª
Bloqueio indireto central - Penetração	BICP	Ação que começa por um bloqueio indireto no corredor central mas o jogador progride para a baliza (1xGR)
Bloqueio Central - assistência	BCA	Ação que começa por um bloqueio direto no corredor central e depois existe uma Finalização após passe
Bloqueio Central - Remate	BCR	Ação que começa por um bloqueio direto no corredor central mas exige um remate
Bloqueio Central - Penetração	BCP	Ação que começa por um bloqueio direto no corredor central mas o jogador progride para a baliza (1xGR)
Aclaramento Lateral - assistência	ALA	Ação que começa por um aclaramento no corredor lateral e depois existe uma Finalização após passe
Aclaramento Lateral - Remate	ALR	Ação que começa por um aclaramento no corredor lateral mas não existe o passe mas sim remate direto
Aclaramento Lateral - Penetração	ALP	Ação que começa por um aclaramento no corredor lateral mas o jogador progride para a baliza (1xGR)
Aclaramento Central - assistência	ACA	Ação que começa por um aclaramento no corredor central e depois existe uma Finalização após passe
Aclaramento Central - Remate	ACR	Ação que começa por um aclaramento no corredor central mas não existe o passe mas sim remate direto
Aclaramento Central - Penetração	ACP2	Ação que começa por um aclaramento no corredor central mas o jogador progride para a baliza (1xGR)
Finta sem bola	FSB	Ação que é finalizada por um jogador que fintou o seu adversário direto sem bola

Anexo 5. Grelha de observação e descrição das sub-categorias do Ataque Organizado (continuação) e Ataque Rápido.

Drible	DB	Ação que é finalizada por um jogador que driblou o máximo de jogadores antes de chegarem a baliza
Remate + Desvio	RD	Ação que é finalizada por um jogador que desvia a bola após haver um remate
1x1 - Remate	AIR	Ação que começa com 1x1 e que depois termina com remate
1x1 - Assistência	AIA	Ação que começa com 1x1 e que depois termina com uma assistência e depois existe uma Finalização após passe
1x1 - penetração	AIP	Ação que começa com 1x1 e que depois termina driblando o guarda-redes
Recarga	RC	Ação que é finalizada através de uma recarga

Categoria 2 - Ataque Rápido		
Ataque Rápido: Construção de uma situação de finalização em igualdade numérica, envolvendo ou não os quatro jogadores aproveitando a desorganização momentânea e o posicionamento da equipa adversária.		
Categoria	Código	Descrição
1x1 - Remate	AR1X1R	Ação de um avançado contra um defesa que é finalizada com remate (sem finta)
1x1 - Penetração	AR1X1P	Ação de um avançado contra um defesa que é finalizada depois de ter ultrapassado o seu oponente
2x2 - Remate	AR2X2R	Ação de dois avançados contra dois defesas que é finalizada com remate batido, sem ter ultrapassado os defesas
2x2 - Assistência	AR2X2A	Ação de dois avançados contra dois defesas que é finalizada com o portador da bola a assistir o seu colega
2x2 - Penetração	AR2X2P	Ação de dois avançados contra dois defesas que é finalizada depois de ter ultrapassado os seus oponentes - sem existir passe
3x3 - Remate	AR3X3R	Ação de três avançados contra três defesas que é finalizada com remate batido, sem ter ultrapassado os defesas
3x3 - Assistência	AR3X3A	Ação de três avançados contra três defesas que é finalizada com o portador da bola a assistir o seu colega
3x3 - Penetração	AR3X3P	Ação de três avançados contra três defesas que é finalizada depois de ter ultrapassado os seus oponentes - sem existir passe
4x4 - Remate	AR4X4R	Ação de quatro avançados contra quatro defesas que é finalizada com remate batido, sem ter ultrapassado os defesas
4x4 - Assistência	AR4X4A	Ação de quatro avançados contra quatro defesas que é finalizada com o portador da bola a assistir o seu colega
4x4 - Penetração	AR4X4P	Ação de quatro avançados contra quatro defesas que é finalizada depois de ter ultrapassado os seus oponentes - sem existir passe

Anexo 6. Grelha de observação e descrição das sub-categorias do Contra-Ataque.



Categoria 3 - Contra-Ataque		
Contra-ataque: Construção de uma situação de finalização em superioridade numérica, envolvendo ou não os quatro jogadores aproveitando a desorganização momentânea e o posicionamento da equipa adversária		
Categoria	Código	Descrição
1xGR	CA1XGR	Ação de um avançado contra o Guarda-redes
2x1 - Remate	CA2X1R	Ação de dois avançados contra um defesa onde o golo surge de um remate direto (sem passe)
2x1 - Assistência	CA2X1A	Ação de dois avançados contra um defesa onde o golo surge de um remate procedido de um passe com finalização de 1ª
2x1 - Penetração	CA2X1P	Ação de dois avançados contra um defesa onde o golo surge com o jogador da bola a progredir para o GR (sem passe)
3x2 - remate	CA3X2R	Ação de três avançados contra dois defesas onde o golo surge de um remate direto (sem passe)
3x2 - Assistência	CA3X2A	Ação de três avançados contra dois defesas onde o golo surge de um remate procedido de um passe com finalização de 1ª
3x2 - Penetração	CA3X2P	Ação de três avançados contra dois defesas onde o golo surge com o jogador da bola a progredir para o GR (sem passe)
4x3 - Remate	CA4X3R	Ação de quatro avançados contra três defesas onde o golo surge de um remate direto (sem passe)
4x3 - Assistência	CA4X3A	Ação de quatro avançados contra três defesas onde o golo surge de um remate procedido de um passe com finalização de 1ª
4x3 - Penetração	CA4X3P	Ação de quatro avançados contra três defesas onde o golo surge com o jogador da bola a progredir para o GR (sem passe)
5x4 - Remate	CA5X4R	Ação de cinco avançados contra quatro defesas onde o golo surge de um remate direto (sem passe)
5x4 - Assistência	CA5X4A	Ação de cinco avançados contra quatro defesas onde o golo surge de um remate procedido de um passe com finalização de 1ª
5x4 - Progressão	CA5X4P	Ação de cinco avançados contra quatro defesas onde o golo surge com o jogador da bola a progredir para o GR (sem passe)

Anexo 7. Grelha de observação e descrição das sub-categorias das Bolas Paradas, Esquemas Táticos e Power-Play.

Categoria 4 - Bolas Paradas		
Bolas Paradas: Situações especiais e específicas do Hóquei em Patins, em que consiste nos Penáltis e Livres diretos.		
Categoria	Código	Descrição
Penálti	PEN	Golo surge através de uma grande penalidade
Livre-Direto (finta)	LDFI	Golo surge através de um livre direto proveniente de mais do que um toque na bola
Livre-Direto (remate)	LDR	Golo surge através de um livre direto proveniente de remate direto (só um toque na bola)
Penálti - Recarga	PENRE	Golo surge através de uma recarga de uma grande penalidade
Livre-Direto - Recarga	LDRE	Golo surge através de uma recarga de um livre direto

Categoria 5 - Esquemas Táticos		
Esquemas Táticos: a construção de uma situação de finalização após o reatar do jogo pelo árbitro.		
Categoria	Código	Descrição
Bola de Saída	ETBS	Golo surge após uma jogada de bola de saída (reinício do jogo)
Faltas de canto inferior	ETFCI	Golo surge após uma jogada de falta de canto inferior (livre indireto)
Faltas de canto superior	ETFCS	Golo surge após uma jogada de falta de canto superior (livre indireto)
Faltas corredor central	ETFCC	Golo surge após uma jogada de falta no corredor central (livre indireto)

Categoria 6 - Power-Play		
Power-Play: Situações ofensivas em que a equipa atacante encontra-se em superioridade numérica devido à exclusão temporária de um jogador adversário.		
Categoria	Código	Descrição
Remate	PWPR	Golo surge após um remate direto sem desvios
Assistência	PWPB2P	Golo surge após um passe e finalização de 1ª
Recarga	PWPRC	Golo surge após uma recarga

Anexo 8. Grelha de observação e descrição das sub-categorias do Outros golos.



Categoria 7 - Outros		
Outros: Situações de golo não especificadas anteriormente		
Categoria	Código	Descrição
Outros	OUT	Situações de golo não especificadas anteriormente

Anexo 9. Grelhas enviadas aos especialistas para preencher com os códigos descritos anteriormente.

SISTEMA DE OBSERVAÇÃO																								
Assinale com um "X" à descrição de cada golo marcado (n=23)																								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23
ATAQUE ORGANIZADO	BDL A																							
	BDL R																							
	BDL P																							
	BILA																							
	BILR																							
	BILP																							
	BICA																							
	BICR																							
	BICP																							
	BCA																							
	1 BCR																							
	BCP																							
	ALA																							
	ALR																							
	ALP																							
	ACA																							
	ACR																							
	ACP 2																							
	FSB																							
	DB																							
	RD																							
	AIR																							
	AIA																							
AIP																								
RC																								
ATAQUE RÁPIDO	AR1																							
	X1P																							
	AR2																							
	X2R																							
	AR2 X2A								X															
	AR2 X2P																							

