

Agradecimentos

A concretização do presente relatório pretende descrever mais uma etapa da formação enquanto treinador. Trata-se do relato de uma experiência gratificante ao longo da época 2014-2015. Foi uma época que foi marcante tanto do ponto de vista profissional, mas essencialmente pessoal. Teve altos e baixos, exigiu capacidade de adaptação, onde os desafios colocados foram sempre superados com uma enorme vontade de aprender.

Primeiramente, porque sem eles os treinadores não existiriam, o agradecimento a todos os jogadores da equipa de sub-18 masculinos do Rio Maior Basket, assim como aos jogadores que compuseram a equipa de sub-15 masculinos do Club Estudiantes de Madrid e ainda às pequenas grandes jogadoras da equipa sub-10 femininos do mesmo clube.

De seguida, a todos os treinadores com quem tive a possibilidade de aprender e que de forma decisiva contribuíram para a levar o barco a bom porto, quer no Rio Maior Basket, quer no Club Estudiantes. Os agradecimentos estendem-se também à direção do Rio Maior Basket, na pessoa do sr. Paulo Frazão e aos coordenadores técnicos professor Helder Silva e professora Teresa Barata pela aposta feita, por terem confiado nas capacidades enquanto treinador e especialmente pelos conselhos e saberes transmitidos. Mais ainda, agradecer ao coordenador técnico do Club Estudiantes de Madrid o treinador Pablo Borrás, bem como ao professor Alberto Lorenzo pela forma como viabilizaram a concretização de um sonho ao abrirem as portas de um clube de referência da modalidade e possibilitarem a intervenção no contexto riquíssimo.

Além dos referidos, para que esta etapa fosse bem-sucedida, um especial agradecimento ao professor Félix Romero, à professora Marta Martins e ainda ao professor José Curado, pela compreensão, pela disponibilidade e empenho em todos os momentos. Ao professor José Curado, pela partilha de experiências e conhecimentos, que levaram que estivesse sempre presente nas aulas de Basquetebol com o maior dos interesses.

Agradecer a todos os que de forma direta ou indireta contribuíram para a concretização deste trabalho, especialmente aos que me abriram as portas e que dessa forma em muito contribuíram para o alcançar deste objetivo.

Muitas foram as experiências, as dificuldades os desafios que tiveram que ser ultrapassados, sempre com ajuda e compreensão de amigos e especialmente da família. Em especial à minha Mãe e ao meu Pai por me orientarem, ajudarem em todo este processo, vivendo as minhas/nossas alegrias e infortúnios, por me fazerem acreditar que é sempre possível alcançar os nossos Sonhos!!!

A todos eles, o meu MUITO OBRIGADO!!!

Índice

I. Índice de Figuras	3
II. Índice de Gráficos	4
III. Índice de Ilustrações.....	5
IV. Índice de Tabelas.....	5
1 - Resumo.....	7
2 - <i>Abstract</i>	8
3 - Introdução	9
4 - Avaliação do contexto	10
4.1 – Intervenção profissional na entidade Rio Maior Basket	10
4.1.1 - Análise da atividade	10
4.1.1.1 – Análise do envolvimento	10
4.1.1.2 – Região e envolvimento	11
4.1.1.2 – Local ou locais	12
4.1.1.3 – Outras organizações envolvidas.....	18
4.1.1.4 – Recursos disponibilizados e adquiridos	20
4.1.2 – Análise dos praticantes	23
4.1.2.1 - Caracterização geral dos praticantes	23
4.1.2.2 - Cuidados e necessidades específicas da população-alvo	24
4.1.2.3 – Recrutamento da população-alvo	25
4.1.2.4 – Formas de avaliação da população-alvo	26
4.1.3 – Definição de objetivos	26
4.1.3.1 – Objetivos da intervenção profissional	28
4.1.4 – Conteúdos, metodologias e estratégias	34
4.1.4.1 – Formação realizada pelo estagiário.....	37
4.2 – Intervenção profissional na entidade <i>Club Baloncesto Estudiantes</i> de Madrid.....	40
4.2.1 - Análise da atividade	40
4.2.1.1 – Análise do envolvimento	40
4.2.1.2 – Região e envolvimento	42
4.2.1.3 – Local ou locais.....	43
4.2.1.4 – Outras organizações envolvidas.....	49
4.2.1.5 – Recursos disponibilizados e adquiridos	51
4.2.2 – Análise dos praticantes	53
4.2.2.1 - Caracterização geral dos praticantes	54
4.2.2.2 - Cuidados e necessidades específicas da população-alvo	54
4.2.2.3 – Recrutamento da população-alvo	56

4.2.2.4 – Formas de avaliação da população-alvo	57
4.2.3 – Definição de objetivos	58
5.2.3.1 – Objetivos da intervenção profissional	59
5.2.3.2 – Objetivos a atingir com a população-alvo	61
4.2.4 – Conteúdos, metodologias e estratégias	63
4.2.4.1 – Formação realizada pelo estagiário	65
5 – Estudo realizado envolvendo a população alvo	67
5.1. – Introdução	67
5.1.1 – Conceitos relevantes para a elaboração do estudo	68
5.1.2 – Outros estudos realizados.....	74
5.1.3 – Fundamentação científica	77
5.2 – Metodologia e Procedimentos	77
5.2.1 – Problema	77
5.2.2 – Design	78
5.2.3 – Variáveis estudadas e formas de avaliação das variáveis	78
5.2.4 – Participantes.....	79
5.2.5 – Instrumento	80
5.2.6 – Procedimentos	86
5.3 – Resultados	88
5.3.1 – Análise descritiva	89
5.3.2 – Análise sequencial	107
5.4 – Discussão dos resultados	109
5.5 – Conclusões e recomendações.....	111
5.5.1 – Conclusões.....	111
5.5.2 – Recomendações	112
6. Referências bibliográficas	114

I. Índice de Figuras

Figura 1: Vista geral da localização dos equipamentos desportivos ao acesso da equipa sub-18 do Rio Maior Basket.	13
Figura 2: Vista Interior do Pavilhão Polidesportivo de Rio Maior	14
Figura 3: Pavilhão Multiusos	15
Figura 4: Vista Parque Desportivo.....	15
Figura 5: Sala de Musculação do Estádio Municipal de Rio Maior.....	16
Figura 6: Campo de Futebol Praia	16
Figura 7: Arrecadação no Pavilhão Polidesportivo de Rio Maior.....	17
Figura 8: Sala de Reuniões no Pavilhão Polidesportivo de Rio Maior.....	17
Figura 9: Vista geral da localização dos equipamentos desportivos utilizados pela equipa Cadete "b" do Club Estudiantes de Madrid durante a época 2014-15.....	44
Figura 10: Pavilhão Polideportivo Antonio Magariños, durante a sessão fotográfica de todos os jogadores de formação.....	45
Figura 11: Minicampo de apoio ao Polideportivo António Magariños.....	46
Figura 12: Centro Médico Magariños nas instalações do Polideportivo António Magariños.	46
Figura 13: Ginásio <i>Altafit</i> cujas instalações estão anexas ao Polideportivo António Magariños.	47
Figura 14: Pavilhão Polidesportivo "La Nevera".	47
Figura 15: Campos exteriores ao Pavilhão "La Nevera" no Colégio Ramiro Maetzu.	48
Figura 16: Campos exteriores ao Pavilhão "La Nevera", o "El Internado".....	48
Figura 17: Escola Estudiantes de Las Tablas.	49
Figura 18: Pavilhão da escola Estudiantes de Las Tablas.	49
Figura 19: Organização tática base adotada na época 2014-2015.....	113
Figura 20: Organização tática em ataque tendo em conta as recomendações.....	113

II. Índice de Gráficos

Gráfico 1: Tipologia de exercícios usados nos treinos da equipa Sub-18 Masculinos do Rio Maior Basket, segundo o S.O.M.U.T.....	37
Gráfico 2: Tipologia de exercícios usados nos treinos da equipa Sub-15 Masculinos do Club Estudiantes de Madrid, segundo o S.O.M.U.T.....	65
Gráfico 3: Registo de condutas por "Zona".....	89
Gráfico 4: Registo de condutas por "Lateralidade".....	89
Gráfico 5: Registo de condutas "Ação".....	90
Gráfico 6: Registo de condutas por "Local do campo".....	90
Gráfico 7: Registo de condutas "Finalização".....	91
Gráfico 8: Registo de condutas por "Método de Jogo Ofensivo".....	91
Gráfico 9: Registo de ações de Finalização em função da "Lateralidade".....	92
Gráfico 10: Registo de ações de Finalização em função da "Zona".....	92
Gráfico 11: Registo da conduta da categoria "Início da jogada".....	92
Gráfico 12: Penúltimo passe em função da lateralidade.....	94
Gráfico 13: Penúltima receção em função da lateralidade.....	94
Gráfico 14: Última receção em função da lateralidade.....	94
Gráfico 15: Última receção em função da lateralidade.....	95
Gráfico 16: Finalização em função da lateralidade.....	96
Gráfico 17: Perdas de bola em função da lateralidade.....	96
Gráfico 18: Penúltimo passe por zona do campo.....	97
Gráfico 19: Última receção por zona do campo.....	98
Gráfico 20: Penúltimo passe por zona do campo.....	98
Gráfico 21: Última receção por zona do campo.....	98
Gráfico 22: Ações de finalização em função da zona do campo.....	99
Gráfico 23: Perdas de bolas registadas em função da zona do campo.....	99
Gráfico 24: Ressaltos Ofensivos em função da zona do campo.....	100
Gráfico 25: Seleção de lançamento.....	100

III. Índice de Ilustrações

Ilustração 1: Organograma da estrutura do Rio Maior Basket.....	12
Ilustração 2: Organograma da estrutura do <i>Club Baloncesto Estudiantes</i>	42

IV. Índice de Tabelas

Tabela 1: Horário dos treinos e do jogo em casa da equipa Sub-18 do Rio Maior Basket.....	14
Tabela 2: Horário dos treinos e jogo em casa da equipa sub-15 do <i>Club Baloncesto Estudiantes</i> de Madrid.	43
Tabela 3: Desenho Observacional do Estudo	78
Tabela 4: Valores do Índice de Kappa.	79
Tabela 5: Critério Fixo Local.....	80
Tabela 6: Critério Fixo Sistema de Competição.	80
Tabela 7: Critério Fixo Fase de Competição.	80
Tabela 8: Critério Variável Período de Jogo.....	81
Tabela 9: Critério Variável Lateralidade.	81
Tabela 10: Critério Variável Zona.....	81
Tabela 11: Critério Variável Ação.....	82
Tabela 12: Critério Variável Finalização.	82
Tabela 13: Critério Variável Seleção de Lançamento.	83
Tabela 14: Critério Variável Local no Campo.	83
Tabela 15: Critério Variável Início da Jogada.....	84
Tabela 16: Critério Variável Método de Jogo Ofensivo.	84
Tabela 17: Critério Variável Resultado.....	85
Tabela 18: Critério Variável Número de jogador.	85
Tabela 19: Critério Variável Pontos da Equipa Observada.	86
Tabela 20: Critério Variável Pontos da Equipa Adversária.....	86
Tabela 21: Calendário Fase Regular.....	88
Tabela 22: Classificação Fase Regular	88
Tabela 23: Penúltimo e último passe, penúltima e última receção em função da lateralidade.	93
Tabela 24: Recuperações de bola, ressaltos ofensivos, finalizações e perdas de bola em função da lateralidade.....	95
Tabela 25: Critérios "P1 - Penúltimo Passe", "R1 - Penúltima Receção", "P2 - Último Passe", "R2 - Última Receção" em função da zona do campo.....	97
Tabela 26: Critérios "P1-Penúltimo Passe", "R1 - Penúltima Receção", "P2 - Último Passe", "R2 - Última Receção", "Fn - Finalização", "To - Turn Over" em função do local do campo.	100
Tabela 27: Seleção de lançamento em função da lateralidade.	101
Tabela 28: Seleção de lançamento em função da zona do campo.	101
Tabela 29: Seleção de lançamento em função do método de jogo ofensivo.....	102

Tabela 30: jogadores com mais condutas registadas.	103
Tabela 31: Participação dos jogadores em função da categoria "Lateralidade".....	103
Tabela 32: Participação dos jogadores em função da zona do campo.	104
Tabela 33: Participação dos jogadores em função do local do campo.....	105
Tabela 34: Valores registados nas condutas "Ro - Ressalto Ofensivo", "P1 - Penúltimo Passe", "R1 - Penúltima Recepção", "P2 - Último Passe", "R2 - Última Recepção" e ainda "To - Turn-Over" por jogador.	105
Tabela 35: Valores recolhidos relativos à seleção de lançamento tendo em conta os jogadores.	106
Tabela 36: Análise sequencial e retardos relativos aos dados recolhidos.....	107

1 - Resumo

O presente relatório de estágio (Rodrigues, 2009), elaborado no âmbito do Mestrado em Desporto da Escola Superior de Desporto de Rio Maior pretende descrever a intervenção do treinador estagiário ao longo da temporada 2014/2015, nas entidades acolhedoras Rio Maior Basket e Club Estudiantes de Madrid. Este expõe as decisões de planeamento, operacionalização e condução, quer do processo de treino, quer de competição enquanto treinador principal da equipa de júniores masculinos (sub-18) no Rio Maior Basket e treinador adjunto na equipa de cadetes masculinos no Club Estudiantes de Madrid (sub-15).

Decorrente da intervenção na entidade acolhedora Rio Maior Basket foi realizada a análise sequencial de comportamentos técnico-táticos em jogo, mediante a aplicação de um instrumento de observação *ad-hoc*. Este seguiu os conceitos básicos da metodologia observacional (Anguera, Villaseñor, López, & Mendo, 2000) e teve em consideração os 8 jogos disputados, referentes à fase regular do campeonato distrital de sub-18 masculinos da Associação de Basquetebol de Santarém, na época 2014/2015.

Os resultados evidenciaram a tendência para que as situações de finalização resultem de situações em cinco contra cinco em meio campo ofensivo, tal como sugerido pela revisão de literatura. Adicionalmente, o contra-ataque não surge de forma consistente como método de jogo ofensivo preferencial. Os dados recolhidos evidenciaram também um desequilíbrio no local de lançamento entre zonas próximas (dentro da área restritiva) e afastadas do cesto (além da linha de 3 pontos). Por fim, verificou-se a tendência para a utilização da zona central do campo e lateral direita do meio campo ofensivo tanto para ações de início, mas também bem como no final de situações de finalização.

Palavras-Chave: Metodologia Observacional, Análise Sequencial, Basquetebol, Ataque.

2 - Abstract

This internship report (Rodrigues, 2009), under the Master of Sports of Rio Maior Sports School aims to describe the intervention as trainee coach throughout the season 2014/2015 at the welcome entities of Rio Maior Basket and Club Estudiantes de Madrid. This document sets out planning decisions, implementation program and its leading, whether the training process, whether competition as head coach of the men juniors team (sub-18) in Rio Maior Basket and assistant coach in cadet men's team in the Club Estudiantes de Madrid (U15).

Resulting from the participation in Rio Maior Basket was performed a study of sequential analysis of technical and tactical behaviors at game, by applying an ad-hoc observation instrument. This study followed the basics of observational methodology (Anguera, Villaseñor, Lopez, & Mendo, 2000) and took account of the 8 games played and included at regular phase of the u-18 men's championship of Santarém's Basketball Association at the 2014/2015 season.

The results showed the tendency for the ending situations as a result from situations in five against five in offensive midfield, as suggested by other studies. Additionally the fastbreak wasn't a consistent offensive method used by the team. The collected data also showed an imbalance between the zones where shots are taken, nearby areas (paint area) and away from the basket (beyond the 3-point line). Finally there is a tendency to use the central zone of the field and right side of the offensive midfield both early actions as well as finish situations.

Keywords: *Observational Methodology, Sequential Analysis, Basketball, Offense*

3 - Introdução

No decorrer do presente estágio, num dos momentos de formação presenciados surgiu a interrogação sobre a necessidade de existirem treinadores e da sua importância no processo de treino. A resposta óbvia surgiu de pronto, os treinadores existem para ajudar os jogadores a alcançar os seus objetivos, na modalidade por eles eleita.

Nos últimos anos tem sido visível o esforço significativo de diversas entidades (Instituto Português do Desporto e Juventude, diversas Federações e Associações desportivas, Associações e Escolas de treinadores, mas também por parte do Ensino Superior e ainda outras entidades particulares) para a melhoria tanto quantitativa como qualitativa da formação dos treinadores. Os treinadores beneficiarão e irão continuar a beneficiar, na medida em que terão cada vez mais oportunidades de aprender, consolidar e aperfeiçoar as suas competências. A possibilidade de concretizarem estágios em contextos diferenciados são uma mais-valia em todo este processo, possibilitando além da aprendizagem na entidade de acolhimento, a participação de forma ativa no seu desenvolvimento, através das iniciativas que toma e dos conhecimentos que ao serem colocados em prática se transformam em competências.

Com a formação de treinadores, espera-se que o nível de desenvolvimento desportivo progrida de forma sustentada e sistemática, beneficiando de forma inequívoca os jogadores. No entanto o porquê de formar treinadores? A sua pertinência está no fato de contribuir para que estes saibam e sejam capazes de forma mais eficaz ajudar os seus jogadores. Na formação de treinadores, deverão ser os jogadores o elemento central da questão. A formação de treinadores deverá contribuir para que estes sejam capazes de estimular e motivar os jogadores a alcançarem as suas metas e ambições, devidamente enquadrados no contexto de prática. O reconhecimento dado aos treinadores chegará através dos praticantes à sua responsabilidade, como alguém que os ajudou a alcançar o que almejavam.

No presente relatório incluem-se dois os contextos de intervenção em estágio. A equipa de sub-18 masculinos do Rio Maior Basket, na qualidade de treinador principal. A equipa de sub-15 masculinos do Club Estudantes de Madrid, na qualidade de treinador adjunto e preparador físico. Em ambos os contextos houve elaboração e participação nos processos de planeamento, condução e controlo do treino (quer de preparação física, técnica e tática) e de competição.

Enquanto treinador principal na equipa de sub-18 masculinos do Rio Maior Basket, integrado nas tarefas supracitadas foi concretizado um estudo, com o objetivo a melhoria da compreensão da forma como a equipa jogou ao longo da competição distrital durante a época 2014-2015. Para tal foi efetuada a análise sequencial do comportamento técnico-tático relativamente à construção de situações de finalização.

4 - Avaliação do contexto

No sentido de melhor compreender a atividade realizada ao longo do estágio, a avaliação do contexto será dividida, reportando-se primeiramente ao estágio realizado na entidade Rio Maior Basket e posteriormente na entidade Club Estudantes de Madrid.

4.1 – Intervenção profissional na entidade Rio Maior Basket

4.1.1 - Análise da atividade

Enquanto estagiário na entidade Rio Maior Basket, as atividades realizadas enquadraram-se na função de treinador principal da equipa de sub-18 masculinos.

4.1.1.1 – Análise do envolvimento

O Rio Maior Basket encontra-se sediado em Rio Maior e filiado na Associação de Basquetebol de Santarém, sendo um dos clubes mais representativos da modalidade na referida Associação, conseguindo nos últimos anos rivalizar com os clubes mais prestigiados a nível distrital. Trata-se de um clube de formação, que tem logrado de participações meritórias nos campeonatos distritais e nacionais.

Em 2014-2015, o clube sagrou-se campeão distrital nos escalões sub-14 e sub-16 femininos e vice-campeão no escalão de sub-19 femininos e sub-14 masculinos. Nos campeonatos nacionais, as equipas de sub-14 femininas e sub-19 femininas atingiram a segunda fase do Campeonato Nacional de sub-14 femininos e da Taça Nacional de sub-19 femininos respetivamente. As equipas de sub-14 masculinos e sub-16 femininas disputaram a primeira fase dos respetivos campeonatos nacionais. Adicionalmente viu dez jogadores e jogadoras serem convocados para o torneio interseleções e ainda uma jogadora do escalão de sub-16 femininos integrou o Centro de Alto Rendimento no Jamor.

Ao nível dos treinadores, várias foram as intervenções realizadas pela treinadora Teresa Barata em diversos clinics de formação de treinadores, tendo ainda assumido as funções de treinar a seleção distrital de Santarém de sub-16 femininas e de auxiliar o Seleccionador Nacional de sub-16 femininos, na condição de treinador Adjunto. O treinador da equipa de sub-14 masculinos, o treinador Helder Silva, assumiu as funções de treinador adjunto da seleção distrital de sub-16 femininas no torneio interseleções.

Atualmente, a entidade acolhedora conta com equipas de formação em todos os escalões femininos (junior sub-19, cadete sub-16, iniciadas sub-14). Nos masculinos, o clube conta com equipas no escalão júnior sub-18 e iniciados sub-14. Além dos escalões referidos, o clube tem ainda equipas de minibasquetebol (sub-12, sub-10 e sub-8), através dos quais procura fazer a captação de jogadores.

Além da formação de jogadores, o clube apresenta preocupações com a formação de outros agentes desportivos, nomeadamente treinadores e árbitros. Ano após ano, tem em conjunto com a Escola Superior de Desporto de Rio Maior contribuído para que os alunos estagiários possam contactar com a modalidade, quer em funções de treinadores principais ou adjuntos. Relativamente à formação de árbitros, o clube todos os anos vê os seus jogadores frequentarem os cursos de formação promovidos pelo CAD da Associação de Basquetebol de Santarém. Muitos outros jogadores enveredam, aquando do ingresso no ensino superior, por áreas profissionais relacionadas com o desporto.

4.1.1.2 – Região e envolvimento

Segundo os dados de janeiro de 2015, relativos ao número de praticantes inscritos em federações desportivas por sexo e modalidades, em Portugal existiam 525 072 praticantes, sendo 391 601 do género masculino e 133 471 do género feminino. Relativamente ao Basquetebol, os últimos dados oficiais (de 2013) apontam para um total de 38.347 praticantes, sendo a quarta modalidade coletiva mais praticada em Portugal, atrás do Futebol, Andebol e Voleibol. Na Associação de Basquetebol de Santarém em 2014-2015 estavam registados cerca de 850 praticantes, distribuídos por 13 clubes, 60 equipas, das quais 18 pertencentes ao escalão de sub-12, 17 equipas pertencentes ao escalão sub-14, 16 equipas ao escalão sub-16. Relativamente ao escalão sub-18 masculino, participaram 5 equipas, enquanto no escalão sub-19 feminino participaram 6 equipas. Finalmente no escalão sénior, 2 equipas participaram em provas federadas.

No Rio Maior Basket ao longo da época 2014-2015, 73 praticantes aprenderam, exercitaram e treinaram as suas competências para o basquetebol, dos quais 55 participaram ainda em provas federadas. Este número constituiu um forte decréscimo face a anos anteriores, em grande parte devido a uma redução de praticantes nos escalões de sub-8, sub-10 e sub-12.

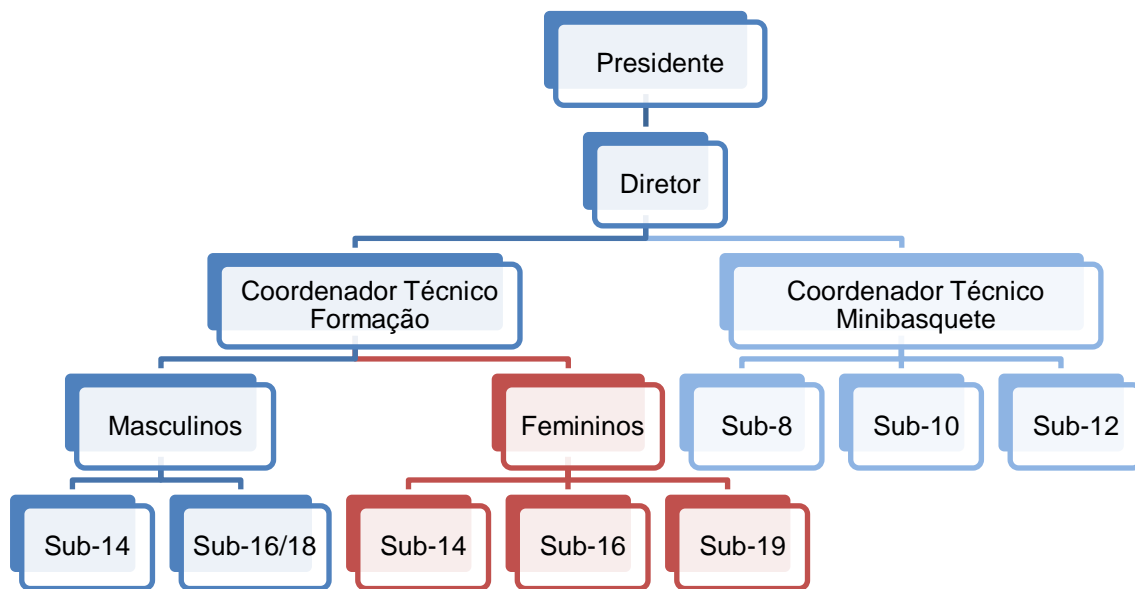


Ilustração 1: Organograma da estrutura do Rio Maior Basket.

4.1.1.2 – Local ou locais

As instalações e equipamentos à disposição do Rio Maior Basket são geridos pela entidade DESMOR de Rio Maior, sendo que todas elas estão inseridas nas instalações do centro de estágios e formação desportiva. Na figura abaixo, é possível ver a distribuição geográfica dos equipamentos desportivos assim como a localização das instalações da escola Secundária Dr. Augusto César da Silva, da Escola Profissional de Rio Maior e da Escola Superior de Rio Maior.



Figura 1: Vista geral da localização dos equipamentos desportivos ao acesso da equipa sub-18 do Rio Maior Basket.

Legenda:

- 1 – Instalações da Escola Superior de Desporto de Rio Maior;
- 2 – Instalações da Escola Secundária Dr. Augusto César da Silva Ferreira e Escola Profissional de Rio Maior;
- 3 – Pavilhão Polidesportivo de Rio Maior;
- 4 – Pista de atletismo e campos exteriores ao Pavilhão Polidesportivo de Rio Maior;
- 5 – Pavilhão Multiusos de Rio Maior;
- 6 – Campo de Futebol Praia do Complexo Desportivo de Rio Maior (DESMOR);
- 7 – Sala de Musculação do Estádio Municipal de Rio Maior;

A proximidade entre as instalações e as sinergias criadas entre o Rio Maior Basket as entidades de ensino secundário, ensino superior e a DESMOR muito contribuíram para o trabalho realizado. Grande parte do trabalho desenvolvido ao longo de quatro treinos semanais só foi possível pela proximidade das referidas instalações, assim como uma gestão e coordenação de horários escolares, tanto de jogadores como treinadores, permitindo treinar muito tempo, não apenas basquetebol e não só dentro de um pavilhão.

O Rio Maior Basket joga no pavilhão polidesportivo de Rio Maior, no complexo desportivo da Desmor, que conta com a capacidade para 2000 lugares sentados.

Pavilhão Polidesportivo



Figura 2: Vista Interior do Pavilhão Polidesportivo de Rio Maior

Relativamente à equipa sub-18, além de treinar no pavilhão polidesportivo (campo oficial com duas tabelas e marcador), fê-lo também no pavilhão multiusos (dois campos transversais com 4 tabelas e sem marcador), nos campos ao ar livre e pista de atletismo do parque desportivo adjacente. A equipa também teve acesso, por via do protocolo com a DESMOR, à sala de musculação e ao campo de futebol de praia. O primeiro espaço teve especial relevância para a aprendizagem e desenvolvimento das capacidades condicionais. O campo de futebol praia teve mais utilização no início da pré-temporada, como forma de potenciar o trabalho de recuperação física e treino proprioceptivo.

Tabela 1: Horário dos treinos e do jogo em casa da equipa Sub-18 do Rio Maior Basket

Horário dos treinos e do jogo em casa da equipa Sub-18 do Rio Maior Basket							
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Hora		18:30-20:00	18:30-20:00	18:30-20:00	18:30-20:00	17:00	
Local		Multiusos	Polidesportivo	Polidesportivo	Multiusos	Jogo	

Além dos treinos técnicos e táticos, também foram realizados treinos físicos, nomeadamente no parque desportivo e na sala de musculação do Estádio Municipal de Rio Maior.

Pavilhão multiusos



Figura 3: Pavilhão multiusos

Este equipamento desportivo foi importante, já que ao possuir 4 tabelas permitiu dividir o grupo de trabalho em subgrupos, por temas, entre os quais o treino do lançamento. Estas sessões de lançamento destinaram-se primeiramente à mecanização da técnica e posteriormente à realização de exercícios de volume de lançamento. Contudo nos primeiros meses da temporada, este espaço necessitou de melhoramentos devido à inexistência de marcações oficiais, algo que foi resolvido em dezembro. Neste espaço, foram também concretizadas as sessões de treino aberto a todos os escalões do clube e aconteceram às segundas-feiras das 17:00 até às 18:30.

Parque desportivo



Figura 4: Vista Parque desportivo

O parque desportivo do centro de estágios é composto por uma pista de atletismo, um campo de futebol sintético e ainda dois campos de basquetebol exterior. Este equipamento desportivo

permitiu diversificar o treino e ainda ser utilizado para treinos físicos. Além disso, foi bastante útil em situações em que o pavilhão polidesportivo e o pavilhão multiusos estavam ocupados por treinos de outras equipas do clube ou outras entidades desportivas.

Sala de musculação do estádio municipal de Rio Maior



Figura 5: Sala de musculação do estádio municipal de Rio Maior.

Este espaço foi monitorizado pelo preparador físico. O fato de estar situado no Estádio Municipal de Rio Maior e junto a uma pista de atletismo, permitiu desenvolver programas específicos de força, velocidade e resistência.

Campo de futebol praia



Figura 6: Campo de futebol praia

A polivalência do centro de estágios em Rio Maior foi melhorada com a instalação de um campo de futebol praia, mesmo antes do início da temporada. Foi uma novidade muito bem recebida pelos jogadores e que permitiu potenciar e enriquecer o trabalho físico.

Arrecadação



Figura 7: Arrecadação no Pavilhão Polidesportivo de Rio Maior

Ao longo dos anos o Rio Maior Basket tem investido na melhoria dos recursos ao dispor dos treinadores em benefício dos jogadores. Atualmente o espaço começa a ser reduzido para tanto material desportivo. A presença de todas estas condições aumentou as possibilidades de treino e responsabilizou ainda mais o trabalho dos treinadores.

Sala de reuniões



Figura 8: Sala de Reuniões no Pavilhão Polidesportivo de Rio Maior

No pavilhão polidesportivo encontra-se ainda a sala de reuniões, na qual foi possível realizar diversas reuniões, com encarregados de educação em momentos chave da época, seccionistas de

periodicidade mensal, de coordenação técnica semanalmente e de equipa técnica de forma praticamente diária.

No início de temporada foram realizadas reuniões individuais com todos os jogadores, na qual se abordaram objetivos individuais e coletivos, tantos de formação académica e desportivo. Após ouvidos todos os jogadores individualmente, foi realizada uma reunião de equipa na qual foi criado um ponto de partida para a temporada. De referir que, todas as reuniões individuais aconteceram neste espaço na presença de um ou dois treinadores, nas quais os jogadores foram ouvidos e incentivados a intervir sobre assuntos relativos da equipa e também do clube.

No entanto, este espaço não foi só destinado a reuniões de equipa ou de clube, sendo também disponibilizado para atividades de estudo e ocupação de tempos livres, também relacionados com o basquetebol.

4.1.1.3 – Outras organizações envolvidas

Decorrente da intervenção realizada no Rio Maior Basket durante a época 2014-2015 e mediante as necessidades de preparação e competição da equipa sub-18 masculinos foram envolvidas diversas outras entidades. As seguintes entidades estiveram envolvidas em atividades relacionadas com o processo de preparação da equipa, a destacar:

Instalações desportivas:

- Desmor, Centro de Estágios e Formação de Rio Maior: Pelos motivos referidos anteriormente em relação à disponibilidade de equipamentos desportivos e sua manutenção adequada ao longo da temporada;

Avaliação médica:

- Modos & Jeitos Cabeleireiros Unipessoal, Lda: A referida entidade disponibilizou um serviço de osteopatia nas suas instalações. Esta colaboração beneficiou os jogadores da equipa e equipa técnica com avaliações físicas e aconselhamento sobre prevenção e diagnóstico de lesões ósseas, articulares e musculares. Foram presenciadas e registadas sessões de avaliação de jogadores, tendo sido seguidas as recomendações sobre procedimentos a ter tendo vista a melhoria da preparação dos jogadores;

Clubes e outras entidades envolvidas em atividades de preparação:

- Grupo Desportivo Escolar Maria Alberta Menéres: Decorrente de atividades realizadas durante a época 2013/2014 e das boas relações entre enquadramento técnico a equipa esteve presente nas jornadas de apresentação do Grupo Desportivo Escolar Maria Alberta Menéres, no período preparatório da temporada, tendo realizado um jogo;

- Sociedade Instrução Recreio Os Pimpões: Por dois momentos da época esta entidade desportiva pertencente à Associação de Basquetebol de Leiria se deslocou a Rio Maior. Primeiramente para disputar um jogo de preparação, durante o período preparatório e posteriormente para participar no torneio 1º Triangular da Escola Superior de Desporto de Rio Maior;
- União Desportiva Vilafranquense: No seguimento da estratégia adotada para suprir a falta de jogos competitivos (16 ao longo da época), foi realizado um jogo de preparação em Vila Franca de Xira. De fato ao longo da intervenção em Rio Maior houve esta iniciativa, que no entanto se encontrou algo dificultada pelo fato de equipas de outras associações terem o calendário competitivo preenchido. A realidade vivida durante a época 2014-2015 na Associação de Basquetebol de Santarém é um indicador de que devem ser procuradas soluções que permitam a todas as equipas do país disputarem mais jogos. O calendário competitivo deverá ser devidamente ajustado e coordenado em datas por todas as associações, permitindo que os clubes se organizem em outros tipos de competições e eventos, em concordância com os interesses desportivos de cada equipa;
- Escola Superior de Desporto de Rio Maior: A aposta da Escola Superior de Desporto de Rio Maior em formar uma equipa de Basquetebol, tendo em vista a promoção da prática desportiva universitária e a participação nos campeonatos da FADU, beneficiou a preparação desportiva da equipa. Ao longo da época foi possível realizar jogos de preparação sem perturbar o horário semanal dos jogadores. Além disso, possibilitou aproximar entidades que em conjunto podem trazer contributos significativos para a modalidade, não só para os jogadores, mas também para os treinadores e formação de dirigentes.

Além disso, primeiro passo foi importante para a promoção do desporto e em específico da modalidade em Rio Maior. Decorrente da previsível reestruturação da modalidade, promovida pela Federação Portuguesa de Basquetebol, esta deverá tomar iniciativas junto de todas as entidades interessadas no desenvolvimento desportivo, nomeadamente as do ensino superior e não só relacionadas com o Desporto.

Clubes e entidades envolvidas em atividades de competição:

- Federação Portuguesa de Basquetebol: entidade reguladora da modalidade em Portugal, que delega nas Associações Distritais a função de promover e organizar os modelos competitivos e diversas atividades dos seus associados;
- Associação de Basquetebol de Santarém: entidade distrital que promove e organiza os modelos competitivos, entre os quais o campeonato distrital de basquetebol em sub-18 masculinos;
- CAD de arbitragem da Associação de Basquetebol de Santarém: entidade distrital que promove e organiza a atividade dos árbitros. Com esta entidade, tentou-se estabelecer um

diálogo tendo em vista a criação sinergias para a melhoria do jogo, quer dos árbitros, quer dos treinadores e fundamentalmente em benefício dos jogadores. Deverá haver só um Basquetebol, eliminando discrepâncias entre o basquetebol que os treinadores sabem, daquele que os jogadores jogam e aquele que os árbitros apitam. Infelizmente esse diálogo nunca se verificou possível fora das quatro linhas, não por falta de iniciativa do Rio Maior Basket;

- Chamusca Basket Clube, Clube Desportivo Torres Novas, Santarém Basket e Núcleo Sportinguista de Tomar: clubes que compuseram o campeonato distrital, competindo ao longo de 8 jornadas. Dos clubes referidos, apenas quatro se classificaram para a Fase Final, realizada na vila da Chamusca a 9, 10 e 11 de janeiro de 2015. O vencedor da Final Four foi o Clube Desportivo de Torres Novas, apurando-se para o Campeonato Nacional. A equipa segunda classificada foi a Chamusca Basket Clube, apurando-se para a Taça Nacional de sub-18 masculinos. Em terceiro e quarto lugar ficaram o Núcleo Sportinguista de Tomar e o Santarém Basket.

4.1.1.4 – Recursos disponibilizados e adquiridos

Enquanto treinador principal da equipa de sub-18 masculinos do Rio Maior Basket, houve a possibilidade de colocar à disposição dos jogadores todos os materiais previstos usar no início de época, a destacar:

- 33 Bolas “Tamanho 7”;
- 21 Bolas de “Tamanho 6”;
- 28 Bolas de “Tamanho 5”;
- 3 Bolas “Wizzy Reflex”;
- 4 Carros para bolas;
- 6 Sacos para bolas;
- 34 Cones;
- 25 Cones sinalizadores;
- 4 Escadas de coordenação
- 144 Coletes (29 vermelhos, 21 amarelos, 27 verdes, 50 azuis, 12 laranjas, 2 Brancos e 4 Pretos);
- 47 Bases (35 redondas e 16 quadradas);
- 28 Cordas;
- 48 Bolas de ténis;
- 2 Bolas medicinais (1 bola de 2kg e 1 bola de 3kg);
- 2 Kettlebell (1 “Kettlebell” de 4kg, 1 “Kettebell” de 8kg);
- 18 Discos de peso (9 discos de 1kg, 8 discos de 2kg, 1 disco de 3kg, 2 discos de 4kg, 4 discos de 5kg e 2 discos de 10kg)

- 4 Barras de ferro (2 Barras de 7 kg e 2 Barras de 15 kg);
- 4 Steps e 2 bancos suecos;
- 1 Disco de equilíbrio e 1 plataforma de proprioção;
- 1 Roda para abdominais;
- 1 Mini-cama elástica;
- 3 “Fit Ball”;
- 4 Colchões;
- 3 Sacos de primeiros socorros;
- 1 Armário de material médico;
- 1 Quadro técnico;

Estes recursos materiais potenciaram o treino técnico e tático, mas também o treino físico. A facilidade de transporte dos materiais acima referidos e a sua versatilidade possibilitou a integração do treino físico no treino técnico-tático, conferindo mais qualidade às sessões.

Ao longo das sessões, devido à inexperiência de alguns jogadores nomeadamente na utilização de pesos livres e barras, houve a necessidade de levar a cabo a aprendizagem de movimentos olímpicos, com preocupações sobre as posturas corretas de realização dos mesmos.

No que diz respeito aos recursos multimédia e audiovisuais, foi fundamental a utilização da câmara de vídeo, tripé, extensões e fichas triplas tanto em sessões de treino, como de competição e ainda na realização dos testes físicos. A filmagem dos jogos permitiu concretizar o estudo relativo à criação de situações de finalização, mas também contribuiu para o “*feedback*” dado aos jogadores, após as prestações em competição. Mais ainda, foi relevante para a intervenção enquanto treinador nos treinos coletivos, permitindo analisar e corrigir não só dinâmicas de exercícios e do treino, mas também a minha intervenção pedagógica.

O *Ipad* teve uma utilização menor do que inicialmente pensada. Este foi relevante no controlo do tempo do treino, permitindo uma melhor perceção do tempo e assim dar especificidade à situação de jogo em treino. Além disso, este equipamento foi útil no controlo do tempo antes dos jogos, permitindo uma melhor gestão da intervenção e da preparação dos jogadores nos momentos pré-competitivos.

Foram também utilizados alguns “*softwares*”, entre os quais o Lince versão 1.2.1, o SDIS-GSEQ, o MSOffice Excel 2010 e o Basketball Playbook. Os dois primeiros foram fundamentais para a concretização do estudo previsto, sendo o Lince versão 1.2.1 essencial durante as sessões de análise do jogo junto dos jogadores.

O MSOffice Excel 2010 possibilitou realizar a gestão da informação, tendo sido usado para efetivar fichas tipo de planeamento plurianual, de unidade de treino, de preparação dos jogos, de registo de presenças e ainda os seus respetivos relatórios.

Os referidos documentos tipo contemplaram espaço para a reflexão conjunta do treinador principal e adjunto. Aquando da intervenção no Club Estudiantes de Madrid alguma da documentação foi alvo de adaptação em virtude do novo contexto.

Relativamente às unidades de treino, importa referir que foi dada preferência ao “*software*” *Basketball Playbook v.11* pela melhor acessibilidade e por garantir as mesmas valências que o “*software*” disponibilizado pela *Fiba Europe*, o *Fiba Coach Software*.

Para a análise estatística dos jogos e como ferramenta de suporte ao vídeo de análise dos jogos foi utilizado o “*software*” *Fiba Statistics*, tendo esta tarefa sido realizada pelo treinador adjunto. O referido “*software*” possibilitou reunir informações essenciais sobre os desempenhos da equipa, mas também informações complementares ao estudo elaborado suportando resultados e conclusões obtidas. A utilização deste “*software*” possibilitou a recolha de dados quantitativos, complementando a informação qualitativa fornecida pelo “*software*” *Lince 1.2.1* e *SDIS-GSEQ*.

De lamentar somente o elevado consumo de tempo que demorou a recolha dos dados, em média 3 a 4 horas por jogo, quer para se obterem dados quantitativos, quer para se obter dados qualitativos. No entanto, decorrente da adequada organização e gestão do tempo foi sempre possível disponibilizar toda a informação necessária em tempo útil (após o jogo e antes do primeiro treino do microciclo).

Como alternativa à situação acima referida, a aplicação para “*GameChanger*” poderia ser uma boa alternativa já que permite a recolha em direto dos dados e ainda a partilha dos mesmos pelos jogadores. Mais, permite controlar os conteúdos partilhados e ainda fazer a acumulação de registos ao longo da época. A sua utilização teria permitido libertar tempo ao treinador adjunto para outras necessidades da equipa.

Por fim, foi grande a importância da utilização dos “*softwares*” *Facebook* e *Dropbox*. No *Facebook* foi criado um grupo sobre a equipa e nele abordados conteúdos relacionados com o treino, com a vida da equipa ao longo da época, no qual treinadores e jogadores tiveram a oportunidade de partilhar outros conteúdos de interesse comum. Esta plataforma permitiu ligar os jogadores, embora considere que poderiam ter sido alcançados níveis de participação mais elevados. Apesar de tudo, foi um bom meio de transmissão de conhecimento sobre a modalidade, de promoção da participação e consciencialização para a participação na mesma.

A ferramenta “*Dropbox*” foi também ela indispensável, pela possibilidade de partilha de documentação de forma instantânea entre os três elementos da equipa técnica. Foi criada uma pasta que posteriormente se converteu no “*Dossier de treinador*” relativo à intervenção no Rio Maior Basket. Também no período de transição entre entidades de acolhimento, a “*Dropbox*” permitiu partilhar a reflexão feita por treinador principal e adjunto, ao longo das unidades de treino, microciclos e mesociclos na medida em que cada um julgou pertinente fazê-lo.

4.1.2 – Análise dos praticantes

No contexto de intervenção do Rio Maior Basket, grupo foi composto por 13 elementos. Um dos jogadores, devido a uma lesão no ligamento cruzado anterior contraída na época 2013-2014 foi alvo de um treino específico de recuperação física, com intervenção direta do preparador físico.

4.1.2.1 - Caracterização geral dos praticantes

A equipa de sub-18 masculinos do Rio Maior Basket foi composta por treze jogadores (idade: $15,57 \pm 0,85$ anos; altura: $1,77 \pm 0,053$ metros; anos de prática: $4,928 \pm 1,64$ anos), que foram inscritos na Associação de Basquetebol de Santarém durante a época 2014-2015, com a exceção do referido jogador em recuperação da lesão.

A equipa foi composta por dois jogadores de segundo ano de escalão competitivo de Sub-18 masculinos, cinco jogadores de primeiro ano e seis jogadores de segundo ano do escalão de Sub-16 masculinos. O jogador em recuperação de lesão cumpriu o seu primeiro ano no escalão competitivo de sub-16 masculinos.

Todos os elementos do grupo estudavam em Rio Maior nas escolas em redor das instalações da Desmor. Tal fato, juntamente com a proximidade do local de residência dos jogadores, aumentou as possibilidades de treino em horas, locais e recursos a usar beneficiando também dos equipamentos desportivos distribuídos pela cidade.

Ao nível da formação académica, o grupo foi composto por jogadores que frequentaram o 12º ano de escolaridade, outros o 11º e 10º ano de escolaridade, compondo a grande maioria e ainda jogadores que frequentaram o ensino básico (9º ano). No entanto este fator, não constituiu obstáculo ao tempo de treino, quer coletivo, quer físico ou de treino específico ou individualizado. A disponibilidade dos três treinadores, mediante o possível interesse do jogador constituiu em si um elemento facilitador das possibilidades de treino.

Relativamente à organização da equipa, as posições, funções e missões em campo, estas foram assumidas pelos jogadores tendo em conta as suas competências e sua evolução ao longo da época. As opções tomadas tiveram em consideração, a melhoria das possibilidades de progressão do jogador em jogo e treino.

Ao longo da temporada 2014-2015 foram ainda chamados três jogadores aos treinos de preparação da Seleção de Basquetebol de Santarém, tendo em vista a participação nas Festas do Basquetebol Albufeira 2015.

4.1.2.2 - Cuidados e necessidades específicas da população-alvo

Perante a caracterização feita do contexto de intervenção na equipa de sub-18 masculinos em Rio Maior houve a necessidade de tomar um conjunto de iniciativas, quer dentro quer fora do campo.

As medidas tomadas fora do campo, tiveram como objetivo acompanhar em todo o momento os jogadores, fazendo-os sentir o apoio total da equipa técnica, ao longo de uma temporada que se antevia difícil pela inexperiência e diferenças de competências para a demais competição.

Desde o primeiro momento os jogadores foram ouvidos sobre o processo e chamados a dar sugestões sobre medidas que melhorassem a qualidade do processo. Foram incentivados a preencher documentação tendo em vista a definição objetivos individuais, a alcançar durante a época desportiva e escolar. Adicionalmente, no mesmo documento referenciaram pontos fortes, fracos e expectativas de evolução. Decorrente da ação anterior e depois da análise das fichas individuais, procedeu-se à realização de reuniões individuais e finalmente à reunião de equipa. Ao longo da temporada os jogadores foram incentivados a participar ativamente na vida da equipa. Como referido, as redes sociais foram um veículo de comunicação entre todos os elementos do grupo de trabalho, principalmente em casos de especial importância para a vida da equipa. Em momentos altos da época desportiva do clube, como fases finais dos campeonatos distritais de sub-16 femininos, os jogadores da equipa de sub-18 masculinos contribuíram também na organização e realização do evento.

Desde início foi colocado no topo das prioridades a formação académica dos jogadores e o serem capazes de a conciliar com a formação desportiva, desta forma compreendendo como ambas são importantes na formação pessoal. Foi grande a importância dada aos prémios atribuídos pelo clube e que vão nesse sentido. Foram disponibilizados espaços de estudo, tanto dentro das instalações do clube, mas também no centro da cidade, no qual os jogadores puderam individualmente ou em grupo.

Dentro do campo, houve preocupação de preparar a equipa para conseguir uma adaptação face às diferenças de competências competitivas por comparação com os demais adversários. Desde logo, investiu-se na preparação física dos jogadores. A incorporação na equipa técnica de um preparador físico e posterior coordenação de atividades foi essencial para o desenvolvimento das capacidades condicionais durante o treino coletivo e nas sessões de treino na sala de musculação. Esta incorporação permitiu também potenciar a recuperação física do jogador lesionado nos ligamentos cruzados anteriores, sempre em coerência com as indicações do médico e fisioterapeuta, tendo em vista a realização de nova intervenção cirúrgica desta vez sobre o menisco, que acabou por se realizar no final da época 2014-2015.

Ao nível do modelo de jogo e procurando beneficiar de aprendizagens num contexto competitivo mais elevado foi promovido um espírito combativo, centrado no desenvolvimento técnico

e tático individual, mais do que no desenvolvimento da tática coletiva. A nível coletivo, foram apenas definidos conceitos e princípios que regeriam os comportamentos em campo e a ocupação racional do mesmo. Tal decisão foi tomada para apelar no ataque ao desenvolvimento individual e promover a iniciativa situações de 2x2 e 3x3. As opções táticas e os conceitos foram tidos como válidos perante defesas zonais.

A nível defensivo e decorrente da desvantagem física em termos de peso e altura, mas perante a possibilidade de contar com jogadores rápidos, apostou-se numa primeira fase no treino e aperfeiçoamento da transição defensiva, tendo em conta situações de cesto marcado, cesto falhado e perda de bola. Adicionalmente investiu-se no aperfeiçoamento da defesa do 1x1 de jogadores exteriores. Sobre a defesa de jogadores interiores, foram apenas reforçadas ações de rotação defensiva após passe e receção por parte desse jogador. Esta ação defensiva dependeu também da ação defensiva sobre o jogador exterior. Em termos coletivos optou-se por uma defesa em campo todo, independentemente do adversário e contexto de jogo. Estas decisões, independentemente do resultado potenciaram o desenvolvimento físico dos jogadores.

A nível competitivo, suprimindo as debilidades do calendário, foram disputados quatro jogos de preparação com clubes de diferentes contextos competitivos e que possibilitaram dar mais experiência aos jogadores. As equipas foram selecionadas tendo por base os recursos técnicos e táticos e que se pretendiam diferentes daqueles apresentados pela competição em que a equipa esteve envolvida. Adicionalmente, foram realizados jogos formais em contexto de treino frente à equipa de sub-16/19 femininos do Rio Maior Basket.

Decorrente de um acordo verbal com um médico osteopata foi possível, até novembro, acompanhar e fazer uma avaliação mais objetiva da condição física dos jogadores. Como resultado da avaliação inicial, foi possível realizar planos de prescrição de treino e planos de prevenção de lesões individual.

Por tudo o que foi referido, os treinadores foram incentivados a desenvolver projetos de forma autónoma, que julgassem ser necessários para potenciar os recursos ao dispor e alcançar o desenvolvimento pretendido dos jogadores.

4.1.2.3 – Recrutamento da população-alvo

A época 2014-2015 começou apenas com 9 jogadores, tendo havido a necessidade de atrair novos elementos. A estratégia passou por melhorar as condições de treino para os jogadores que já pertenciam ao clube, esperando que estes fossem o veículo de transmissão do trabalho desenvolvido junto de outros potenciais jogadores. Para identificar os potenciais jogadores, existiram alguns critérios, entre os quais, estar interessado em pertencer à equipa e ter já algum contacto prévio com a modalidade (desporto escolar ou federado). Esta estratégia permitiu atrair três novos jogadores, sendo que dois deles jogadores de segundo ano no escalão de sub-18. Com todos os jogadores

identificados foi realizada uma reunião inicial, definindo um período de experiência de duas semanas. No final desse período foi decidido de mútuo acordo integrar os referidos jogadores.

4.1.2.4 – Formas de avaliação da população-alvo

No contexto de intervenção do Rio Maior Basket foram várias as formas de avaliação da equipa:

- Avaliação das características psicológicas, nomeadamente ao nível da ansiedade competitiva, orientação para a tarefa ou ego e coesão grupal. O objetivo foi compreender de que forma os jogadores encaravam o treino e a competição, auxiliando na tomada de decisão quanto a iniciativas a tomar. Este momento aconteceu antes de cada reunião individual no início de época;
- Avaliação física, mediante testes de campo tendo em vista a avaliação da potência dos membros inferiores (salto vertical e horizontal), coordenativos, frequência gestual, velocidade, agilidade, não com o objetivo de comparar com outras realidades, mas sim de caracterizar os jogadores no contexto de prática. Estes aconteceram no final do período preparatório, em duas sessões e após a primeira sessão de competição, num microciclo sem competição;
- Avaliação em competição, que resultou no estudo desenvolvido. Os jogos foram filmados e posteriormente por observação indireta foram obtidos os dados que permitiram a análise dos comportamentos individuais e coletivos em competição;

4.1.3 – Definição de objetivos

Relativamente às tarefas obrigatórias no contexto de intervenção do Rio Maior Basket, as seguintes foram concretizadas na sua plenitude:

- Preparação e condução das sessões de treino enquadradas no desenvolvimento dos praticantes. Posteriormente avaliar e refletir sobre a intervenção pedagógica. Este processo foi conseguido em conjunto com a restante equipa técnica, em reuniões prévias às sessões de treino e contemplando espaços na documentação tipo para a realização da reflexão e comentários dos demais treinadores. Após cada momento de intervenção foram elaborados relatórios e preparadas as sessões seguintes. Através da “dropbox”, todos os elementos da equipa técnica tiveram acesso às sessões e puderam atempadamente preparar a sua intervenção. Via redes sociais, após cada sessão de treino e em tempo útil foram fornecidos *feedbacks* relativos à participação dos jogadores quer individual, quer coletivamente;
- Planeamento, preparação e orientação da equipa e dos praticantes em competição. Avaliação de comportamentos dos jogadores em campo mediante análise comportamentos e scouting. Todas as sessões de competição foram preparadas ao longo das reuniões semanais, mediante o preenchimento das fichas tipo de plano de jogo. Após a sessão de competição foram realizados os relatórios de competição. A avaliação dos jogadores em jogo foi ainda

complementada pela análise dos vídeos e que resultou na realização do estudo. Entre sessões de competição os jogadores tiveram a oportunidade de assistir a vídeos relativos à respetiva participação, tendo por base o sistema de observação usado para obter os dados;

- Preparação e atualização diária do “Dossier de treinador”. Esta tarefa foi concretizada diariamente, procurando manter sempre organizada a pasta partilhada entre treinadores. A mesma pasta permitiu reunir a informação necessária mantendo organizada a intervenção dos treinadores e dessa forma coordenar e atuar para a melhorar do processo;
- Reunir com Tutores Académico e Profissionais. O contacto semanal com o Tutor Académico, na Escola Superior de Desporto de Rio Maior e praticamente diário com o Tutor Profissional nas instalações do Rio Maior Basket, quer presencialmente, quer via email possibilitaram tomar decisões acertadas ao longo da intervenção e potenciar a reflexão sobre a mesma;
- Participar nas reuniões com a estrutura técnica e com a estrutura dirigente do clube ou do departamento. As reuniões com a estrutura técnica aconteceram semanalmente e foram importantes para manter organizada a vida do clube. Lamentavelmente e devido à urgência de resolução dos temas que semana após semana foram surgindo, não foi possível entre os treinadores abordar e discutir mais temas relacionados com o ensino do jogo e a forma como este é jogado. Somente na parte final da época e após a realização do estágio no Club Estudiantes de Madrid existiu a possibilidade de apresentar conteúdos do ataque e o treino do lançamento. Verificou-se que, ao longo da época os treinadores do clube foram obrigados a realizar tantas outras tarefas, acabando por restar pouco tempo para momentos de partilha, prejudicando o desenvolvimento da intervenção em treino.

Durante intervenção no Rio Maior Basket realizaram-se também reuniões mensais de seccionistas. Estas foram muito importantes para tomar contacto com a realidade do clube e potenciar a chegada de informação importante para o processo de treino. A presença nestas reuniões possibilitou a reflexão sobre a conjuntura do clube, na associação e na comunidade de Rio Maior. Permitiu estabelecer um contato mais próximo com os seccionistas, sobre as principais dificuldades sentidas e ainda obter sugestões dos mesmos, tendo em vista a melhoria do processo de treino.

Outras tarefas ficaram aquém do que inicialmente foi projetado, nomeadamente:

- Participar nas reuniões técnicas e outras sobre esta temática e realizar a sua própria reflexão, sobre a participação em competições nacionais e regionais e outras provas: Apesar se terem realizado semanalmente reuniões de treinadores no clube, houve poucos momentos de partilha entre estes, sobre temas relacionados com a intervenção quer em treino, como em jogo, sobre a forma como este deve ser jogado. Mais ainda, com as diversas tarefas semanais e que resultam da própria atividade e intervenção no clube, os treinadores tiveram poucas oportunidades para falar pouco mais do que a análise breve dos jogos da semana;

- Participação com carácter obrigatório nas iniciativas de formação do clube, nas formações incluídas no plano de formação associativa e na ação de formação contínua nacional: Durante a intervenção no Rio Maior Basket foram alguns os momentos de participação em iniciativas de formação quer de cariz regional, quer nacional. Em dois desses momentos uma treinadora no clube foi preleitora, abordando temas sobre a importância do treinador adjunto e ainda o treino da transição defensiva.

Infelizmente e devido à estadia em Madrid não houve a possibilidade para estar presente na reunião em que o Diretor Técnico Nacional reuniu com os clubes de cada Associação de Basquetebol Distrital. Esta iniciativa foi tida no sentido de ouvir os problemas e necessidades de desenvolvimento da modalidade.

4.1.3.1 – Objetivos da intervenção profissional

A realização do estágio no Rio Maior Basket teve como objetivo geral aperfeiçoar a aplicação prática de intervenção e consolidar conhecimentos obtidos durante a etapa curricular do mestrado. Tal como foi projetado inicialmente, a interação na entidade possibilitou um ganho de conhecimentos e competências que promoverão futuramente uma intervenção mais eficaz sobre o processo de treino, nomeadamente:

- Conceção do modelo de jogo, desde o planeamento na estrutura macro, meso e micro até à operacionalização da unidade de treino e própria conceção e aplicação dos exercícios. Ao longo da intervenção no Rio Maior Basket que foram criadas sinergias entre os elementos da equipa técnica e realizada a distribuição de responsabilidades, quer em momentos de treino e de competição.
- Modelo de preparação competitiva. A intervenção enquanto treinador principal no Rio Maior Basket permitiu desenvolver formas de atuação não só pessoal, mas também na interação com os demais elementos da equipa técnica.

Objetivos de Instrução

Os objetivos de melhoria da qualidade da instrução em treino no âmbito da intervenção no Rio Maior Basket foram alcançados através da reflexão diária sobre a mesma. Adicionalmente foram filmadas duas sessões de treino e sobre as quais realizados relatórios. O mesmo aconteceu em sessões de competição, no final de cada jogo foi elaborado o relatório sobre o mesmo, no qual contemplou a análise da intervenção antes, durante após o mesmo.

Apesar de capacidade para durante o treino dar as referências necessárias, é necessário continuar a fazer esta melhoria e desta forma potenciar a minha intervenção junto dos jogadores. A intervenção deverá ser mais positivo e fazer sempre uma abordagem tendo em conta acontecimentos futuros. Adicionalmente, deverá ser clara a definição soluções de atuação dos jogadores

principalmente durante os jogos e ser mais eficaz na exposição de conteúdos, recorrendo se necessário à placa tática.

Objetivos de Gestão

Tal como previsto, todo o processo teve por base não só a elaboração do *Dossier de Estágio*, mas também a sua constante atualização. Decorrente destas iniciativas foi possível definir estratégias de intervenção durante o treino e otimizar os recursos disponíveis. Houve preocupações em aumentar o tempo útil de prática, alternar a intensidade dos exercícios, de modo a compatibilizar a preparação dos jogadores com as exigências da competição e ser rigoroso em relação ao cumprimento de horários, tanto de início, como de fim dos treinos.

Relativamente à documentação e sua elaboração, foi sempre possível organizar o tempo disponível para a sua elaboração e organização, de modo a ter informação útil a tempo e horas.

Objetivos de Organização

Ao longo da época 2014-2015 houve um esforço para encadear os conteúdos de formação e ensino do jogo com os objetivos competitivos. Novamente, a constante atualização do *Dossier de Estágio* permitiu aferir desvios ao planeamento e suas causas e consequências futuras. No contexto do Rio Maior Basket foi ineficaz esta conciliação.

O sistema competitivo vigente a nível nacional, no que se refere principalmente aos quadros competitivos nacionais, não propicia que todos os clubes e equipas possam desenvolver adequadamente o ensino, treino e aperfeiçoamento da modalidade. No contexto do Rio Maior Basket, decorrente das características e do estágio de desenvolvimento da equipa, a prioridade foi consolidar conhecimentos e treinar com incidência na técnica e tática individual, mais do que a tática coletiva. Esta estratégia não foi potenciada pelo número e regularidade de jogos oficiais. Foram realizados 10 jogos até janeiro e decorrente da eliminação na fase regular, não foi possível a participação na final four. Contudo, para colmatar estas debilidades foram tomadas iniciativas de marcação de jogos de preparação.

Objetivos de Disciplina

Também ao nível da disciplina foi possível evoluir ao longo da temporada. As reuniões iniciais individuais e coletivas, no contexto de intervenção do Rio Maior Basket criaram uma boa base de relacionamento com os jogadores. Foram vários os momentos que os jogadores foram chamados a intervir sobre o processo de treino. Nos momentos de treino, além do ensino do jogo, foram promovidos exercícios em torno da dinâmica de funcionamento e coesão grupal. Em todo o momento, houve grande preocupação em torno dos comportamentos e da capacidade de resposta dos jogadores nomeadamente em momentos de tensão.

4.1.3.2 – Objetivos a atingir com a população-alvo

Em termos formativos, houve grande insistência no treino, desenvolvimento e aperfeiçoamento da qualidade técnica e tática dos jogadores. Além das competências técnicas, houve investimento no sentido de ajudar os jogadores a crescer como pessoas num contexto turbulento e dinâmico. Como foi anteriormente explicado, esteve sempre em mente o conceito de *Dual Career*, desenvolvendo nos jogadores competências de organização e gestão simultânea da atividade desportiva e académica. Foi ambição ao longo da época, a capacitação dos jogadores de competências físicas, técnicas, táticas e psicológicas que lhes permitissem alcançar no curto prazo níveis de competitivos mais elevados.

Objetivos de Performance de Competição Coletivos na Entidade Acolhedora Rio Maior Basket

Tendo por base os objetivos de desempenho projetados, os objetivos alcançados durante a época 2014-2015 no escalão de sub-18 masculino foram:

- Formação Académica:

-Ter uma assiduidade coletiva acima de 90%. O valor obtido no final de época foi de 91,4%, dos 160 treinos realizados. O compromisso foi elevado ao longo de toda a época, mesmo em momentos de maior exigência, nomeadamente académica. Na reunião de equipa foi proposta a redução do número de treinos nomeadamente em momentos de avaliação académica, mas nunca chegou a ser necessário;

-Todos os jogadores da equipa passam de ano, com positivas a todas as disciplinas. Este objetivo foi parcialmente alcançado, já que todos os praticantes passaram de ano. No entanto, alguns jogadores tiveram resultados que não possibilitaram o alcance de notas positivas, tendo ainda um deles, apesar das notas positivas optado por mudar de curso;

Em termos formativos, não foi possível aferir a classificação final do prémio “Cesto na Escola”, já que até à data não foi possível disponibilizar as avaliações académicas em tipo útil. No entanto, no final do primeiro período um dos jogadores da equipa, que frequentou o ensino secundário, já configurava nos três primeiros lugares.

- Formação Desportiva:

- Classificar para a final four distrital, mediante participação na primeira fase do campeonato distrital, jogando para ganhar posse de bola a posse de bola: Esta classificação não foi possível, tendo a equipa terminado no 5º lugar do campeonato, após ter perdido o último jogo da fase regular no último minuto. A equipa conseguiu em 3 dos 8 jogos equilibrar quer os

parciais, nomeadamente com equipas mais fortes, quer inclusivamente os jogos com resultados equilibrados (abaixo dos 9 pontos), contra rivais diretos pela qualificação.

- Aumentar a percentagem quer de lançamentos curtos e médios (33%) para valores entre 40% e 47% e ter percentagem de lançamentos triplos entre os 19% e 28%; Relativamente aos lançamentos curtos a percentagem subiu para 35,6%, aproximando-se do valor previsto. Já relativamente ao lançamento médio, este desceu para 31,6%. Relativamente à percentagem de lançamento de triplos, foi de 10,7%. Desta forma, ao não se conseguir concretizar com eficácia de média e longa distância (apesar de mais jogadores conseguirem ter o cesto ao alcance desta distância) não foi possível ser mais competitivo, apesar de muitos lançamentos serem realizados parados e sem oposição;

- Aumentar a percentagem de lance livre para valores entre o 54% e os 64% (32,9 por cento); Foi obtida uma percentagem de 40,7% da linha de lançamento livre. Apesar de ter registado um aumento, não foi suficiente para alcançar os números previstos;

- Aumentar o número de ressaltos defensivos por jogo para valores entre os 25 e 34 (18,4); Em média por jogo foram ganhos 23 ressaltos defensivos, o que foi um valor mais elevado que o registado na época anterior;

- Aumentar o número de ressaltos ofensivos por jogo para 13 e 15 por jogo; Em média, foram obtidos 8,8 ressaltos ofensivos por jogo.

- Ter uma eficácia ofensiva superior a 0,80 e uma eficácia defensiva superior a 0,80; A partir das recolhas estatísticas realizadas foi possível determinar, ambos indicadores. A nível defensivo o valor registado foi de 0,64. Este valor resulta da divisão dos pontos sofridos pelo somatório de tentativas de lançamento, lançamentos livres e perdas de bola sem lançamento do adversário. O alcance deste valor reporta a duas situações, que apesar das dificuldades de estatura, a defesa homem homem campo todo foi capaz de provocar dificuldades ofensivas nos adversários. O valor deste indicador baixa ainda mais (0,565) nos jogos equilibrados. Relativamente à eficácia ofensiva, somente em dois jogos (Núcleo Sportinguista de Tomar e Santarém Basket em Rio Maior) foi possível aproximar dos valores definidos inicialmente. De forma global a equipa encontrou sempre dificuldades para encontrar soluções eficazes de concretização, mesmo quando o conseguiu, não concretizou, daí que o valor registado tenha sido de 0,38. Este valor é insuficiente para conseguir bater qualquer adversário, mas no entanto, os valores apresentados pelos rivais também revelam dificuldades de concretização.

- Ter em média um número de assistências superior a 8 por jogo; Foram registadas em média 14,4 assistências por jogo, um acréscimo face à época anterior, que apesar de tudo não foi acompanhada por uma percentagem de acerto superior. A equipa no ataque procurou criar

situações de lançamento sem oposição e este indicador revela que mais pontos obtidos resultaram de uma ação de passe anterior;

- Ter em média 13 roubos de bola por jogo (8) e ações que possibilitem de pontos marcados a partir de contra-ataques (dados inconclusivos); Relativamente aos roubos de bola foram registados 11,4 por jogo, resultando num aumento face à época anterior, no entanto os pontos marcados em contra-ataque foram apenas de 9,3 por jogo. Sabendo que o contra-ataque resulta principalmente de ações de ressalto defensivo e roubos de bola, será possível no futuro melhorar ainda mais e ter ainda mais pontos marcados a partir destas ações, devendo-se para tal investir também no treino da finalização do contra-ataque;

- Aumentar o número de faltas provocadas por jogo para 16, ou seja 4 por período (em média 2 por jogador) e ter entre 22 e 25 cometidas por jogo; Foi obtido um valor de 14,7 decorrer do investimento no treino de 1x1. Em relação às faltas cometidas, em média foram cometidas 16,7 por jogo;

- Aumentar a média de pontos marcados em 10 pontos (52 pontos por jogo). Em cada período marcar mais de 15 pontos; O valor obtido foi de 48 pontos por jogo, abaixo do obtido durante a época anterior, embora nos jogos equilibrados esse valor tenha sido de 60,25 pontos em média por jogo;

- Reduzir a média de pontos sofridos em 10 pontos (69,5 pontos por jogo), aproximando-se das melhores equipas do campeonato. Em cada período sofrer menos de 15 pontos; Este objetivo não foi de todo concretizado sofrendo a equipa 72 pontos por jogo em média;

- Reduzir significativamente os *Turn-Overs* abaixo de 10 (18,3 contra as equipas mais fortes); Em média foram realizados 25,4 *Turn-Overs* por jogo, um valor demasiadamente elevado;

- Aumentar os índices de MVP no fim de cada volta do campeonato dos jogadores sub-16 e sub-18; De forma geral esses valores diminuíram, no entanto houve alguns jogadores que conseguiram ver os seus valores aumentarem, decorrentes de terem acesso a mais tempo de jogo;

- Em contexto competitivo, procurar marcar o primeiro e último cesto em cada período e ainda obrigar o adversário a pedir desconto tempo em primeiro lugar; Ao longo dos oito jogos disputados corresponderam 32 períodos de jogo. Em 12 deles, a equipa marcou o primeiro cesto, em 6 deles o último cesto e por nenhuma vez conseguiu obrigar a equipa adversária a pedir desconto de tempo em primeiro lugar. Mais do que o sucesso ou insucesso período após período, a definição destes objetivos permitiu focar os jogadores. Apesar de terem sido explicados na reunião de equipa e reforçados nos treinos, através de condicionantes nos exercícios de jogo reduzido e formal, poderiam ter sido introduzidos de forma progressiva e continuada.

A nível defensivo e apesar do último lugar obtido, a equipa não foi a que sofreu mais pontos sofridos, mas terminou como a equipa com menos pontos marcados, com alguma diferença para as demais. No entanto, de forma geral os objetivos pensados, que permitiriam equilibrar os jogos não foram conseguidos.

Objetivos de Performance de Competição Individuais

No que diz respeito aos objetivos de performance, os conteúdos abordados estão mencionados abaixo e tal como foram previstos inicialmente:

- Técnicos:

- Aumentar a capacidade de 1x1 ofensivo (reportório técnico, nomeadamente drible e passe);
- Aumentar a capacidade de 1x1 defensivo (responsabilidade individual);
- Marcar sem bola;
- Desenvolver conceitos de defesa longe da bola (sistema de ajudas e rotações defensivas);
- Aumentar a qualidade de execução técnica do lançamento (mecanização da técnica de lançamento);

Ao longo das diversas sessões de treino foram realizados registos de lançamento, nomeadamente de lançamento livre. Em treino, no momento de intervenção no Rio Maior o melhor jogador alcançou os 71,4%.

- Táticos:

- Desenvolver a capacidade de desenvolver situações de contra-ataque após ressalto ou bola recuperada;
- Primeira opção da transição é contra-ataque (ocupação dos corredores);
- Segunda opção ataque de transição (1º trailer, 2º trailer);
- Terceira opção quatro jogadores exteriores e um jogador interior (*“read and react”*, incluindo bloqueios diretos e indiretos);
- Aumentar o índice de recuperação de bolas divididas (ressalto defensivo e ofensivo);
- Não conceder espaço ao adversário em todo o campo;
- Defesa HxH com ajudas e aperfeiçoar a defesa zona 2-3;

Os conceitos de jogo livre no ataque, foram introduzidos nos treinos mediante exercícios de tática grupal 2x2 e 3x3. Esses mesmos conceitos de jogo foram válidos frente a equipas que optaram por defender homem a homem ou em defesas zonais.

A transição defensiva foi a grande preocupação, não tendo sido trabalhado qualquer conteúdo de defesa 2-3, como estava inicialmente previsto.

- Físicos:

- Desenvolver agilidade e equilíbrio corporal;
- Desenvolver velocidade (linear, mudanças de direção e tempo de reação);
- Desenvolver de força mediante adaptação anatómica;
- Desenvolver resistência geral;
- Desenvolver resistência aeróbia e anaeróbia;
- Desenvolver programas de força específicos em campo;
- Desenvolver programa de recuperação após o esforço;
- Desenvolver programa de aquecimento;

O desenvolvimento de programas de capacidades condicionais foi potenciado pela presença de um preparador físico. A presença deste elemento potenciou ainda a criação de programas de prevenção de lesões e treino propriocetivo. Estes planos fizeram com que não fossem registadas ausências quer em treinos quer a jogos por motivos de lesão e ainda potenciaram o desenvolvimento físico dos atletas.

- Psicológicos:

- Incentivar à tomada de decisão constante (quer na defesa quer no ataque);
- Aumentar índices de confiança individual;
- Desenvolver nos jogadores a capacidade para aceitar a responsabilidade pelo seu desempenho;
- Aumentar níveis de agressividade;
- Desenvolver valores de grupo;
- Melhorar a capacidade de concentração e de captação de informação;

No início da temporada, foram apresentados testes de ansiedade em contexto de competição e confiança, estes indicaram a presença de elementos com elevados níveis de ansiedade competitiva, mas também a presença de um grupo orientado para a tarefa. Tal foi verificado ao longo da época, nos treinos e jogos os jogadores foram capazes de mostrar capacidade de sacrifício, somente nos momentos decisivos não foram tão eficazes como os adversários, quando tinham oportunidade de vencer os jogos.

Será necessário no futuro próximo, continuar a treinar as técnicas e táticas, mas numa abordagem mais coletiva e com maior componente de competição, principalmente em relação ao lançamento e resultado.

4.1.4 – Conteúdos, metodologias e estratégias

Enquanto treinador na entidade Rio Maior Basket as principais metodologias e estratégias de intervenção foram:

- A implementação de vários programas de treino, específicos e individualizados relacionados com os diferentes fatores de rendimento. Tal como previsto, foi possível administrar sessões de treino por posições de treino de 30 minutos (lançamento, bases). Normalmente em pequenos grupos ou individualmente, os jogadores aderiram principalmente ao treino de lançamento. Esta medida permitiu aumentar o tempo de prática, decorrente da total disponibilidade de treinadores e da adequação aos horários dos jogadores. Apenas ficou por alcançar a tentativa de todos os jogadores integrarem esta prática e com isto reduzir o tempo de treino coletivo, mais dirigido para a tática grupal e coletiva;
- Ensinar os jogadores a competir, incentivando ao uso competências técnica, táticas adquiridas. Estabelecer critérios de êxito, objetivos de resultado de concretização ou pontuação e realizar exercícios competitivos em pequenos grupos e inter grupos; Este objetivo foi conseguido, sendo os resultados divulgados após o treino, na página do grupo no facebook.
- Incentivar o treino e aperfeiçoamento de todas as competências técnicas e táticas, privilegiando a execução técnica no primeiro macrociclo da época e nos restantes realizar estratégias em função destas. Fazer utilização do Ipad para recolhas vídeo, registando a ação dos jogadores durante a realização de gestos técnicos; Ao longo do primeiro macrociclo a principal preocupação foi o aperfeiçoamento técnico e treinar situações de 1x1, 2x2 e 3x3 de modo a melhorar o repertório tático individual. A filmagem de execuções técnicas foi eficaz ao nível do treino da mecanização da técnica de lançamento. Adicionalmente, os jogadores tiveram a oportunidade de praticar frente as espelhos e dessa forma corrigir detalhes;
- Desenvolver a tomada de decisão através de técnicas e do desenvolvimento tático. Em cada treino promover exercícios, sob a forma de formas jogadas. Após uns minutos de prática, colocarei questões, “Porque escolheste esta ação...?”, “Quando é o tempo ajustado para executar...?”, “Como é que ...?(Mitchell, Oslin, & Griffin, 2006) e de seguida os jogadores terão novamente oportunidade de continuar com a realização do exercício, já com uma participação mais consciente; Os jogadores foram incentivados a tomar decisões dentro e fora do campo. Mais importante do que tomada de decisão foi colocar os jogadores a pensar o jogo, para que forma autónoma e consciente tomassem cada vez melhores decisões;
- Conceder aos jogadores a oportunidade para desenvolverem papéis de liderança e de responsabilidade (ou seja, o capitão da equipa), devendo ser mantida forte dedicação e disciplina. No final do treino, após a convocatória, realizar a escolha do capitão e sub-capitão de equipa, mediante voto dos jogadores; Foi dada a oportunidade de todos os jogadores para escolherem os capitães de equipa em jogo. Progressivamente e à medida que os jogadores começaram a revelar serem competentes a escolhas foram-se diversificando.
- Avaliar positivamente o desempenho e reforçar positivamente o esforço individual e coletivo. Diariamente fazer a avaliação da prestação de cada jogador, de 1 (Fraco) a 5 (Excelente), tendo por base a prestação em treino e em jogo (mais objetivo devido à recolha estatística); Pecou apenas pela falta de objetividade, futuramente esta avaliação poderá ser aplicada a situações concretas de jogo ou de execução técnica. De qualquer modo, ao longo da

temporada foi sempre divulgada a avaliação realizada e atribuído no final de cada mês o prémio “5 Ideal”;

Adicionalmente, além das estratégias referidas destacam-se ainda outras estratégias complementares:

- Planeamento da época, na sua estrutura macro, meso e micro, elaborando e atualizando o “Dossier de treinador”, também com o objetivo de reflexão, avaliação e controlo (mediante realização de relatórios); A atualização do “Dossier de treinador” foi fulcral para dar profundidade à reflexão. A atualização diária permitiu avaliar e controlar todos os momentos de intervenção e ainda preparar os momentos futuros;
- Planeamento e posterior avaliação da intervenção enquanto treinador, quer em momentos de treino quer em momentos de competição, mediante preenchimento que questionários sobre a mesma. Adicionalmente, foram feitas duas recolhas vídeo sobre a intervenção em treino de forma a complementar a reflexão realizada, avaliar a torná-la mais aprofundada;
- Realizar análise tanto quantitativa como qualitativa dos momentos de competição, através de “Scouting”. Tal como previsto, esta análise teve por base o plano de jogo, a intervenção em jogo e as recolhas vídeos e de estatísticas. Durante a semana de treino, os jogadores tiveram sempre a oportunidade de junto dos treinadores analisar o seu desempenho em reuniões realizadas para o efeito. Inicialmente estas reuniões foram realizadas com toda a equipa. No entanto, para rentabilizar e individualizar a análise, os jogadores foram convidados a definir que conteúdos do seu jogo pretendiam analisar em reuniões curtas de 15 a 30 minutos. Nessas mesmas reuniões procuraram-se soluções para as ações observadas em jogo e nunca no sentido de evidenciar erros e de crítica negativa;
- Controlar o volume de treino numa base diária e cujo somatório final permitirá compreender com foi organizado o tempo de treino, mediante o controlo dos conteúdos abordados nos treinos, discriminando o tempo e caracterizando os exercícios, seguindo a classificação sugerida pelo S.O.M.U.T.(Cipriano & Sequeira, 2008). O recurso a este sistema teve como principal objetivo caracterizar a tipologia de exercícios utilizados em treino. No contexto de intervenção no Rio Maior Basket, foram utilizados mais exercícios gerais e específicos nomeadamente relativos a temas de lançamento, de técnica e tática individual.

Rio Maior Basket - Sub-18 Masculinos

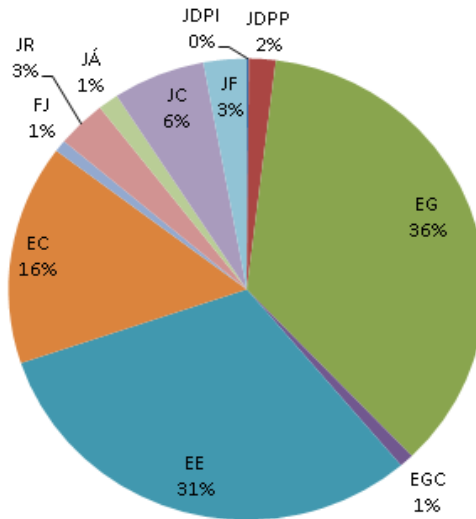


Gráfico 1: Tipologia de exercícios usados nos treinos da equipa Sub-18 Masculinos do Rio Maior Basket, segundo o S.O.M.U.T.

- Auxiliar na conceção/aplicação de programas de enriquecimento do reportório técnico individual e específicos a aplicar antes do início de cada treino. Geralmente para um jogador ou grupos de jogadores por posição. Tal como previsto, foi concedida liberdade aos elementos da equipa técnica para realizarem e aplicarem os seus planos de treino e atividades. Esta estratégia possibilitou enriquecer o reportório dos jogadores e beneficiá-los com a interação com diferentes metodologias de ensino e formas de intervenção;
- Estar presente nos treinos dos diversos escalões a fim de compreender todo o processo de formação de forma a otimizar a minha intervenção. Além disso, junto dos treinadores dessas mesmas equipas estabelecer um diálogo crítico e de reflexão; Tal como previsto, foi possível ao longo da temporada estar presente em vários treinos de outras equipas do clube, permitindo não só o contacto com diversos jogadores e também interagir com os respetivos treinadores. As reuniões técnicas permitiram a troca de informações sobre a intervenção de cada treinador e desta forma constituíram-se mais um momento de formação e análise crítica;

4.1.4.1 – Formação realizada pelo estagiário

Ao longo do ano de estágio surgiu a oportunidade de participar em diversos momentos de formação, a destacar:

- Campo de Lançamento Margall, realizado em Lisboa, no pavilhão Acácio Rosa entre os dias 25 e 30 de Agosto de 2014;
- Clinic “ANTB na Estrada” no Juncal, Leiria, no pavilhão do Instituto Educacional do Juncal, no dia 20 de setembro de 2014;

- Clinic Internacional da Amadora 2015, realizado no pavilhão Municipal da Brandoa, nos dias 13 e 14 de junho;
- Clinic de Formação, Cantanhede 2015, realizado no pavilhão do Marialvas em Cantanhede, nos 27 e 28 de junho;

A presença nas ações referidas foi fundamental para a atualização e aprofundamentos do conhecimento sobre a modalidade. Relativamente ao Campus de Treino Margall foram abordados os seguintes temas:

- A técnica de lançamento (posição dos pés, flexão das pernas, a bola e as mãos, “Ponto de Carga”, visão do aro, movimento final do pulso, trajetória do lançamento);
- Exercícios de mecanização do lançamento (estático, em movimento, após drible);
- O lançamento em situação de jogo (paragens e saídas, violações, lançamento após bloqueio direto/indireto, tomada de decisões com bola, velocidade de reação)
- Bateria de exercícios;

Antes e no final da ação, procedeu-se à produção e observação dos vídeos relativos à execução técnica do lançamento por parte dos jogadores, realizando-se de seguida uma breve análise junto dos mesmos.

Já no Clinic “ANTB na Estrada”, os preletores abordaram os seguintes temas:

- Trabalho da condição física em jovens atletas – Celso Casinha (treinador Campeão Nacional de Sub-16 Femininos ao serviço do NDA Pombal, na época 2013-2014);
- Ensino do lançamento – Alexandre Correia (treinador Campeão Nacional de Sub-14 Masculinos ao serviço do Clube Basket de Queluz, na época 2013-2014);
- Transição Ataque-Defesa – Teresa Barata (Coordenadora Técnica do Rio Maior Basket, Seleccionadora Distrital Sub-16 Femininas da Associação de Basquetebol de Santarém e treinadora Adjunta da Seleção Nacional Feminina Sub-16, na época 2014-2015);
- Construção da organização coletiva ofensiva em escalões de formação – António Paulo Ferreira (Seleccionador Nacional Sub-16 Masculinos, na época 2014-2015);

No XXVII Clinic Internacional ANTB Amadora, os temas abordados foram:

- Desenvolvimento e treino do lançamento – Arturs Stalbergs (treinador Adjunto da equipa Nizhny Novgorod da Rússia e que na presente época disputou a Euroliga, chegando ao Top-16);
- Zona Press 1:2:2 – João Pedro Vieira (treinador Principal no CAB Madeira, na equipa sénior feminina, que disputou a Liga Feminina Portuguesa);

- Estratégias para a defesa do bloqueio direto – Mike Brown (treinador Principal da Universidade de Brown nos Estados Unidos da América, na conferência de Ivy League);
- Trabalho específico para os jogadores 4 e 5 – Arturs Stalbergs;
- Comunicação ofensiva – Mike Martin;
- Ajudas defensivas: lado da bola e lado contrário da bola – Arturs Stalbergs;
- Construção do contra-ataque e chegar a jogar – José Araújo (treinador Principal no Univ. Goldis ICIM Arad da Roménia, que disputou a Liga Feminina da Roménia);
- Situações especiais – Mike Martin;

Além dos temas referidos realizou-se ainda a Assembleia Geral Anual da Associação Nacional de treinadores de Basquetebol.

Por fim, no Clinic Internacional de Formação de Basquetebol 2015 em Cantanhede foram abordados os seguintes temas pelos respetivos preletores:

- Treino do lançamento adaptado ao basquetebol moderno – Pablo di Cesare (Doutorado em Ciências do Desporto, treinador na Federação de Basquetebol Argentina);
- Aspectos básicos da defesa para jogadores exteriores – Daniel Ocampo (treinador da equipa ACB UCAM Murcia, durante a temporada 2014/2015);
- Trabalho condicional específico no campo. Utilização de exercício de força para melhorar as habilidades e movimentos específicos no basquetebol – Marcos Ceveró (Preparador Físico do CB Astana no Casaquistão durante a temporada 2014/2015);
- Preocupações na construção de uma unidade de treino e rentabilização do treinador adjunto – Agostinho Pinto (treinador e Coordenador do Clube Propaganda Natação, Seleccionador Nacional de Sub-16 Feminino, na temporada 2014/2015) e Teresa Barata;
- Treino da potência reativa: como organizar a sessão específica para basquetebol – Pablo di Cesare;
- Aspectos básicos da defesa para jogadores interiores – Daniel Ocampo;
- Introdução de uma estratégia de ataque na unidade de treino – João Tiago Silva (treinador Adjunto do clube FC Porto/Dragon Force durante a temporada 2014/2015);

No Campo de Lançamento Margall, os treinadores presentes aprenderam uma hipótese de metodologia de treino do lançamento tendo ainda a possibilidade de auxiliar os jogadores presentes durante os exercícios, ao longo das 30 horas de trabalho. No Clinic ANTB na Estrada, destaca-se a contribuição feita pelos preletores para o treino da transição defensiva. O Clinic Internacional da Amadora 2015 e o Clinic de Formação Cantanhede 2015 contribuíram para voltar a contactar com a realidade Portuguesa após um período de estágio em Espanha. No primeiro momento de formação, surgiu oportunidade de presenciar a assembleia da Associação Nacional de treinadores de Basquetebol. Já em Cantanhede surgiu oportunidade de rever treinadores de outras associações e

de partilhar experiências com alguns deles. Em ambos os momentos de formação os preletores voltaram nas suas intervenções a referir detalhes, exercícios ou expressões que passaram também alguns deles a fazer parte do repertório de conhecimento e intervenção, não só técnico ou tático, mas também físico.

4.2 – Intervenção profissional na entidade *Club Baloncesto Estudiantes de Madrid*

4.2.1 - Análise da atividade

Enquanto estagiário na entidade *Club Baloncesto Estudiantes de Madrid*, as atividades realizadas enquadraram-se na função de treinador adjunto e preparador físico na equipa de sub-15 masculinos.

4.2.1.1 – Análise do envolvimento

O *Club Baloncesto Estudiantes* encontra-se sediado em Madrid e está filiado na *Federación de Baloncesto de Madrid*. O clube foi fundado em 1948 por um grupo de estudantes do Instituto Ramiro de Maetzu em Madrid. Foi um dos seis clubes que participou no primeiro campeonato nacional sénior, organizado pela Federação Espanhola de Basquetebol (FEB). Desde então, tem visto a sua equipa sénior participar sempre na primeira divisão de Basquetebol em Espanha, juntamente com Real Madrid e FC Barcelona. O *Club Baloncesto Estudiantes* é também um dos dois únicos clubes que viu as suas equipas seniores masculinas e femininas no topo do principal campeonato Espanhol de Basquetebol (Madrid, 2004).

O Palmarés do *Club Baloncesto Estudiantes* é rico, no qual se destacam os três títulos de campeão da *Copa del Rey* de 1963, 1992 e 2000. Adicionalmente juntam-se 4 títulos de subcampeão da liga em 1962-63; 1966-67, 1980-81 e 2003-04, 1 título de vencedor da *Copa Príncipe de Astúrias* em 1986 e 9 títulos de vencedor do *Torneo da Comunidade de Madrid* em 1988-89, 1990-91, 1992-93, 1993-94, 1996-97, 1999-00, 2001-02, 2002-03 e 2003-04 (Madrid, 2004).

A nível europeu, o *Club Baloncesto Estudiantes* participou por 23 vezes em diferentes competições de 1973, conseguindo ser subcampeão da *Copa Korac* em 1998-99 e sendo por uma vez semifinalista dessa mesma competição em 1999-2000. Na Euroliga, participou por uma vez na *Final Four* na época 1991-92. Já na *FIBA Cup* também conseguiu uma participação na *Final Four* na época 2006-07. Na *ULEB Cup*, o *Club Baloncesto Estudiantes* foi ainda duas vezes semifinalista nas épocas 2002-03 e 2003-04. Já mais distante no tempo, na época 1974 e de 1976, foi semifinalista da competição *Recopa* (Madrid, 2004).

Ao nível da formação, no escalão júnior masculino, obteve o terceiro lugar nos Campeonatos Nacionais de Espanha nas épocas 1976-77, 1979-80 e 2004-05, tendo sido segundo lugar nas épocas 1979-80, 1997-98, 2000-01, 2002-03, 2003-04.

No escalão cadete masculino, o título foi conseguido nas épocas 1988-89 e 1989-90, tendo sido alcançado o segundo lugar na época 1992-93, 1993-94 e 1999-00. Ainda neste escalão, nas épocas 1986-87 e 1990-91 foi alcançado o terceiro lugar nos campeonatos nacionais (Madrid, 2004).

No escalão infantil, o título nos campeonatos distritais foi alcançado na época 1970-71, 1997-98, 2002-03 e 2013-14, tendo ainda sido medalha de bronze na época 1980-81, 1981-82, 1990-91 e 2006-2007 (Madrid, 2004).

Ainda nas competições masculinas de formação, destacam-se os títulos de campeão dos campeonatos nacionais de Espanha de juvenis (competição já extinta em 1994) em 1957-58, 1963-64, 1967-68, 1971-72, 1978-79, 1988-1989 e 1992-1993, e ainda os títulos de campeão dos campeonatos nacionais de sub-20 em 2006 e 2007 (Madrid, 2004).

Também nos escalões femininos o *Club Baloncesto Estudiantes* de Madrid tem conquistado títulos nacionais, nomeadamente no escalão cadete em 1996-97, tendo alcançado ainda o terceiro lugar em 2009-10. No escalão júnior alcançou o terceiro lugar nos campeonatos nacionais em 1998-99 e 2009-10 e nos infantis femininos em 2006-07 (Madrid, 2004).

O *Club Baloncesto Estudiantes* vê a sua formação como a principal razão de existência, tendo o clube como objetivo fazê-la crescer de ano para ano, contando com aproximadamente 1000 praticantes. O *Club Baloncesto Estudiantes* é o maior clube de formação de Espanha e um dos maiores da Europa (Madrid, 2004).

Atualmente a Club Estudiantes de Madrid conta com equipas de formação em todos os escalões masculinos e femininos. Nos masculinos o clube conta com uma equipa nacional de infantis, tendo conquistado este título na temporada 2013-2014 (Madrid, 2004).

Na época 2014-2015, somente a equipa de sub-18 masculinos não conseguiu o apuramento para os campeonatos nacionais de Espanha a nível de clubes. A equipa de sub-18 feminina apurou-se em virtude do terceiro lugar alcançado no campeonato regional, tendo as demais equipas de cadetes e infantis, quer masculinos, quer femininos sido consagradas vice-campeões regionais. Durante a disputa dos campeonatos nacionais, todas as outras conseguiram o apuramento para os oitavos de final, tendo a equipa de sub-14 masculinos alcançado o quarto lugar no campeonato nacional de infantis.

Do *Club Baloncesto Estudiantes* de Madrid têm saído agentes desportivos de relevo não só para a modalidade mas também para o desporto espanhol. Têm sido vários os jogadores, treinadores e dirigentes que foram formados nesta entidade, que alcançaram feitos desportivos e obtiveram reconhecimento pela sua participação.

Club Baloncesto Estudiantes como entidade formadora de jogadores, treinadores, preparadores físicos, fisioterapeutas e outros agentes desportivos, procura estabelecer protocolos

com diversas entidades, nomeadamente as do ensino superior. Os acordos entre clubes e as referidas entidades possibilitaram a concretização do estágio, destacando ainda a possibilidade de frequentar as aulas da unidade curricular “*Aplicación Deportiva II: Baloncesto*” no INEF de Madrid.

4.2.1.2 – Região e envolvimento

Segundo os últimos dados disponíveis, relativos ao número de praticantes inscritos na *Federación de España de Baloncesto*, em 2014 existiam 354 949, sendo que em Madrid existiam 53 781 praticantes. Somente na região da Catalunha (68 230 praticantes) se verificou um número mais elevado de praticantes. Dos praticantes registados na *Federación de Baloncesto de Madrid*, 37 020 são do género masculino e 16 761 do género feminino. Em 2014, os praticantes registados estavam distribuídos por 332 clubes, num total de 1 615 equipas federadas.

No *Club Baloncesto Estudiantes* ao longo da época 2014-2015, cerca de 1000 praticantes aprenderam, distribuídos por cerca de 50 equipas, aprenderam, treinaram e aperfeiçoaram as suas competências para o basquetebol.

O clube encontra-se organizado em duas grandes áreas, o alto rendimento desportivo e a área de cariz social, na qual todos os alunos do Ramiro Maetzu e interessados em praticar a modalidade o podem fazer. Esta área social encontra-se dividida “*Escuela*”, “*Colegio*” e “*Instituto*”, tendo os praticantes acesso à melhor formação e às instalações que o clube dispõe, podendo ainda representá-lo nas diversas provas da *Federación de Baloncesto de Madrid*.

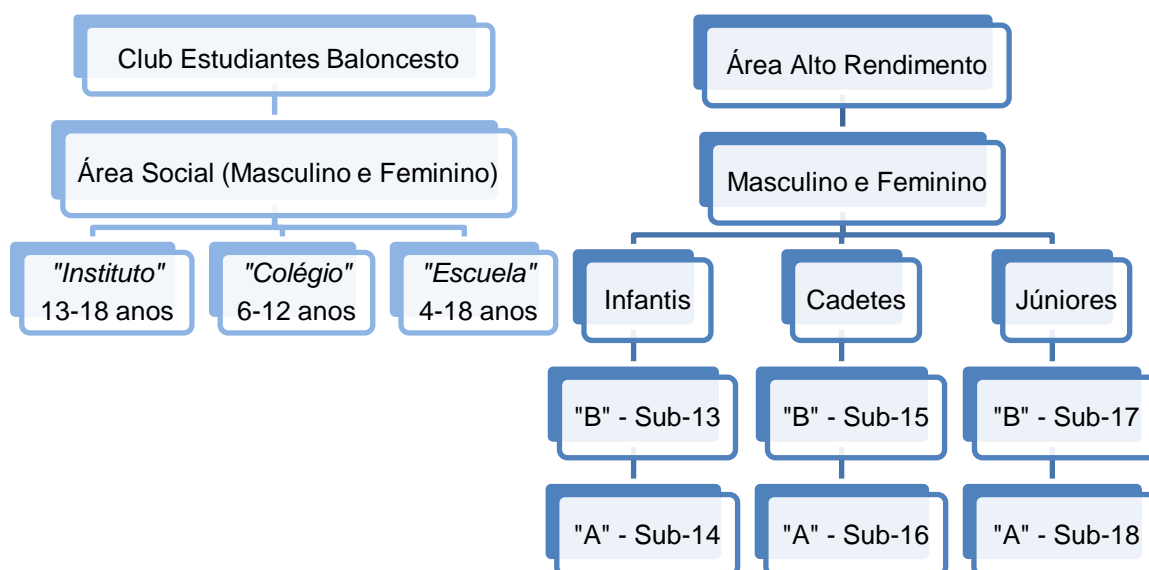


Ilustração 2: Organograma da estrutura do *Club Baloncesto Estudiantes*.

4.2.1.3 – Local ou locais

No *Club Baloncesto Estudiantes* os treinos da equipa de sub-15 masculinos aconteceram nas instalações do Colégio Ramiro Maetzu, repartidos principalmente pelo Pavilhão Polidesportivo António Magariños e pelo Pavilhão “*La Nevera*”.

Tabela 2: Horário dos treinos e jogo em casa da equipa sub-15 do *Club Baloncesto Estudiantes* de Madrid.

Horário dos treinos e jogo em casa da equipa sub-15 do Club Estudiantes de Madrid							
	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira	Sábado	Domingo
Treino Físico	18:45 – 20:00		18:15 - 19:30		18:15-19:30		09:00
Treino Técnico -Tático	20:00 – 21:30		19:30 – 21:00		19:30 – 21:00		
Local	“ <i>La Nevera</i> ”		<i>P. António Magariños</i>		<i>P. António Magariños</i>		Jogo

Tal como em Rio Maior, a localização de todos os equipamentos desportivos essenciais à preparação da equipa estavam concentrados num único espaço. No entanto, fatores contextuais relacionados com os horários escolares permitiram que os jogadores estivessem disponíveis para treinar mais tempo. O fato de saírem mais cedo das aulas, cerca quatro da tarde permitiu conciliar os treinos com tempos de estudo ou outras atividades relacionadas com a vida académica. Sempre que a equipa de sub-15 masculinos não treinou, houve a oportunidade de observar treinos de todas as outras equipas de competição e formação, em ambos os géneros e dessa forma complementar a formação.

Colégio Ramiro Maetzu

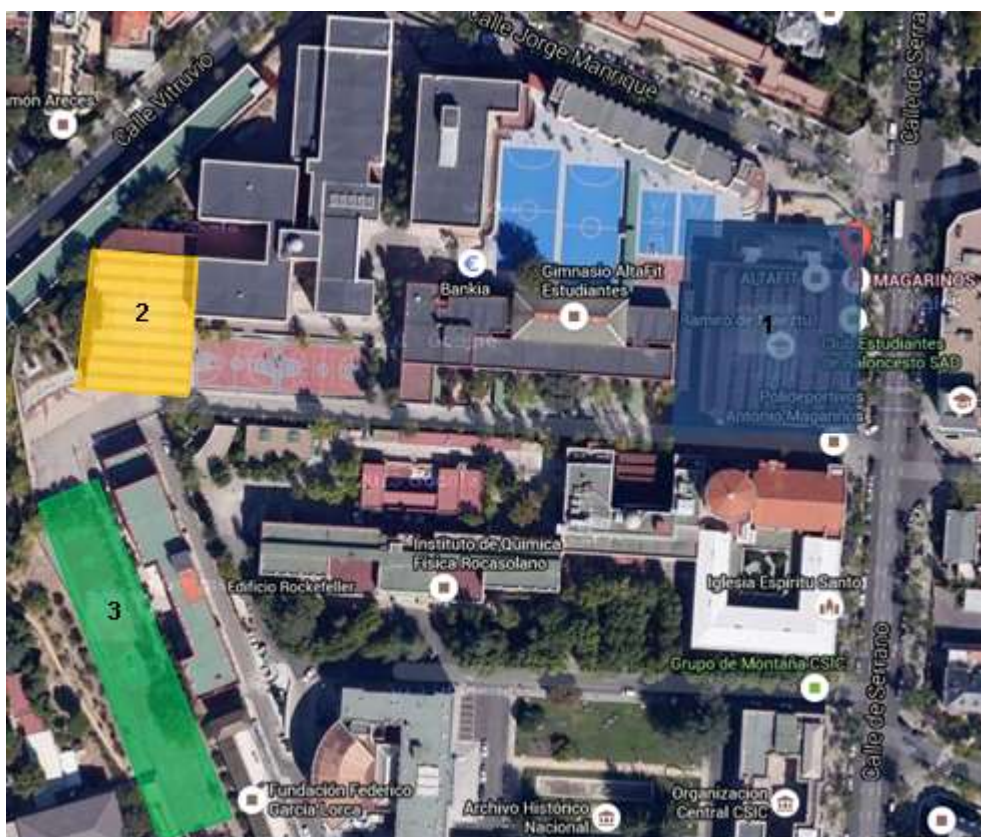


Figura 9: Vista geral da localização dos equipamentos desportivos utilizados pela equipa Cadete "b" do Club Estudiantes de Madrid durante a época 2014-15.

Legenda:

- 1 – Pavilhão Polidesportivo António Magariños;
- 2 – Pavilhão “La Nevera”;
- 3 – Campos Exteriores “El Internado”;

Os dois equipamentos desportivos mencionados são altamente representativos da história do *Club Baloncesto Estudiantes*. Desde o primeiro dia acolhem os jogos e os treinos de todas as equipas de formação do clube, da equipa senior feminina assim como os treinos da equipa senior masculina (Madrid, 2004).

Polideportivo António Magariños



Figura 10: Pavilhão Polideportivo Antonio Magariños, durante a sessão fotográfica de todos os jogadores de formação.

O Pavilhão Polideportivo António Magariños é um equipamento que evoluiu tendo em conta as necessidades de treino da modalidade. O referido equipamento permite que quatro equipas treinem em simultâneo e que cada campo tenha disponível 6 tabelas.

Além desta versatilidade em termos de treino, o mesmo equipamento desportivo tem algumas zonas de apoio das quais destaco o minicampo de basquetebol, o Centro Médico Magariños e o Ginásio Altafit.

Relativamente ao minicampo de basquetebol, este encontra-se num espaço reservado e é dedicado ao *babybasket*. Nele decorreram aulas de basquetebol a crianças até aos 6 anos, em grupos de 8 jogadores e um treinador. Durante estas sessões foi somente permitida a presença dos pais nos momentos iniciais e finais do treino. Além disso, este espaço tem ainda um tapete de *tatami* e espaldares que permitiram realizar diversos programas de treino nos escalões etários mais avançados, nomeadamente treino pliométrico, de melhoria da técnica de corrida, coordenação motora e equilíbrio, bem como de treinar e desenvolver de forma específica a força.

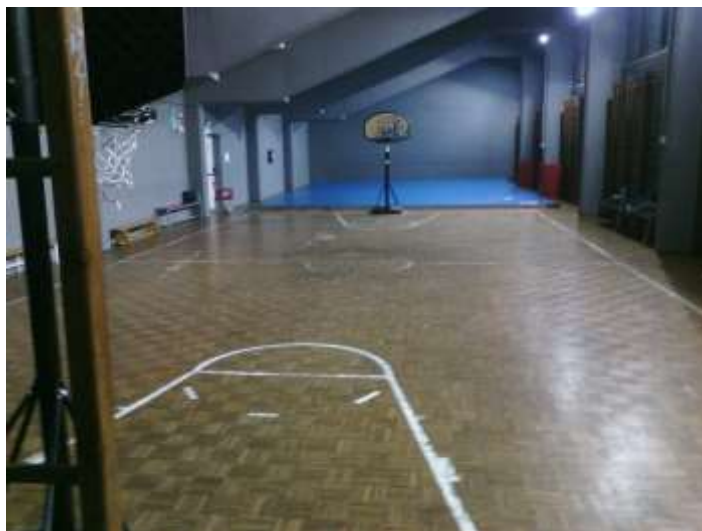


Figura 11: Minicampo de apoio ao Polideportivo António Magariños.

O Centro Médico Magariños constituiu uma imensa mais-valia para o trabalho dos treinadores e jogadores. Ao longo da época, permitiu resolver e antecipar possíveis lesões e adequar o treino às exigências de cada jogador. Este foi o local onde todos os jogadores das equipas de rendimento desportivo realizam os testes médicos e alguns testes físicos. A constante comunicação com entre coordenação técnica, centro médico, preparadores físicos e treinadores beneficiou os jogadores e deram segurança e qualidade ao treino. De referir ainda, que este centro médico se encontra aberto ao público, tanto desportistas como a não desportistas.



Figura 12: Centro Médico Magariños nas instalações do Polideportivo António Magariños.

Por debaixo do pavilhão António Magariños está localizado o ginásio *Altafit*. Neste espaço apenas se efetuou trabalho individual e com jogadores em fase de recuperação de lesões. Apesar de este espaço estar aberto ao público, frequentemente é utilizado por jogadores da equipa profissional.



Figura 13: Ginásio *Altafit* cujas instalações estão anexas ao Polideportivo António Magariños.

Dentro do Colégio Ramiro Maetzu está também o Pavilhão “La Nevera”, neste aconteceram os treinos coletivos, individuais e treinos físicos, numa das salas de apoio ao pavilhão. Tal como no Pavilhão António Magariños é possível duas equipas treinarem em simultâneo e com um mínimo de 3 tabelas por campo.

Pavilhão “La Nevera”



Figura 14: Pavilhão Polidesportivo “La Nevera”.

Não só os treinos aconteceram neste espaço, grande parte dos jogos foram disputados aqui, tendo a equipa vencido todos eles. Nos campos exteriores ao Pavilhão “La Nevera” foram realizados os treinos físicos nomeadamente à quarta e sexta-feira.



Figura 15: Campos exteriores ao Pavilhão "La Nevera" no Colégio Ramiro Maetzu.



Figura 16: Campos exteriores ao Pavilhão "La Nevera", o "El Internado".

Estudiantes de Las Tablas

Em determinadas alturas do ano houve a necessidade de equipa treinar no pavilhão da escola dos Estudiantes de Las Tablas. Este espaço polivalente em recursos, com piscina, sala de musculação, salas de apoio e campos exteriores foram utilizados aquando da organização da *Adidas Next Generation Tournament*, a competição europeia de basquetebol destinada a equipas de sub-18 masculinos.

Este espaço, propriedade do *Club Baloncesto Estudiantes* foi especialmente desenvolvido para o propósito da organização, a formação de futuros cidadãos através da escola e desportistas, nomeadamente basquetebolistas.



Figura 17: Escola Estudiantes de Las Tablas.



Figura 18: Pavilhão da escola Estudiantes de Las Tablas.

4.2.1.4 – Outras organizações envolvidas

Durante a estadia e intervenção em Madrid, foram várias as entidades com as quais houve interação, nomeadamente nos momentos de competição da equipa de sub-15 masculinos. Entre as quais:

- Colégio Ramiro Maetzu: A história de uma e outra entidade podem ser facilmente confundidas desde de 1948, aquando da criação do Club Baloncesto Estudiantes de Madrid. As duas organizações evoluíram lado a lado, na formação de agentes desportivos, muitos deles que muito contribuíram para o desenvolvimento desportivo do país e da modalidade em concreto. O clube é em primeiro lugar um clube de formação e que promove o basquetebol. Dentro desta ideia, assume como sendo a sua responsabilidade social fazer o basquetebol

chegar a um maior número de praticantes. Desta forma todo o aluno do Colégio Ramiro Maetzu tem acesso à prática da modalidade, usufruindo da formação dada pelo clube.

- *Federación de Baloncesto de Madrid*: Responsável pela promoção, organização e coordenação de todo o basquetebol em Madrid e que se encontram sustentados em regulamentos gerais e específicos para o minibasquete, demais escalões de formação e escalões seniores. Durante a temporada foi realizado um jogo de preparação com a seleção infantil de Madrid, tendo em vista os campeonatos de Espanha;
- *Real Madrid "B", Ciudad de Mostoles, Xperia Zentro San Jorge, Tres Cantos, C.D.Vallecas*: Clubes com os quais se disputou a segunda fase do Campeonato Cadete A2. Por imposição da Federación de Baloncesto de Madrid, todas as equipas "B" não tem a possibilidade de competir na divisão A1, estando esta divisão destinada apenas equipas "A". Terminada esta fase do campeonato, a equipa alcançou em segundo lugar, com 9 vitórias e 1 derrota;
- *CB Aristos, Guadalajara, EBG Málada, Fuenlabrada A, Atlético San Sebastián B, Olímpico Alcobendas, CB Esparreguera e Adarsa Valladolid*: Estas entidades, juntamente com a equipa sub-15 dos Estudiantes, estiveram envolvidas em dois torneios, realizados durante o período de 31 de março e 5 de abril. Enquanto as primeiras quatro entidades foram adversárias no "Torneo Ciudad de Alcalá", as demais estiveram presentes no "II Torneo L'Horta València". Em ambas as provas a equipa do *Club Baloncesto Estudiantes* acabou vencedor, culminando só com vitórias um período de 8 jogos em 7 dias;
- *Real Canoe, Alcorcon "A" e Villalba "A"*: Decorrente da classificação da fase anterior a equipa disputou a terceira fase do campeonato, registando 6 vitórias em tantos outros jogos, terminando em primeiro lugar;
- *Atocha A e Real Canoe B*, juntamente com o *Club Baloncesto Estudiantes* disputaram o *Torneo Virgen de Atocha*, terminando a equipa novamente no primeiro lugar do pódio.

Ao todo de janeiro a junho a equipa participou em 27 jogos, sendo apenas um deles de preparação e registando apenas uma derrota. Dos jogos disputados 16 foram relativos à prova relacionada com a competição federativa de Madrid, e 11 no âmbito de torneios não oficiais. Nesses torneios oficiais foi possível jogar contra equipas de outras federações e colocar os jogadores em cenários altamente exigentes, nomeadamente a nível físico. Mais ainda, durante o "II Torneo L'Horta València", foi possível incorporar um jogador proveniente de outro clube, com o objetivo de prestar provas para uma futura transferência.

Juntamente com a intervenção na equipa sub-15 masculino e também enquadrada na intervenção na entidade acolhedora, houve a intervenção como treinador adjunto na equipa de sub-10 feminina do *Club Baloncesto Estudiantes*. Decorrente da participação na prova federativa, foi possível jogar com as seguintes equipas.

- *Fundal Alcobendas, Fuenlabrada Cossio, ADC Bobadilla, Spinola Chamartin, U.B. Villalba e Villanueva de la Cañada;*

A interação com as diferentes entidades em ambos os contextos possibilitou ganhos e consolidação de conhecimentos sobre a modalidade e sobre diferentes realidades, enriquecendo a experiência não só a nível profissional mas também pessoal. Todas estas interações estimularam a reflexão, que posteriormente levou a conclusões e tomadas de posição, sobre a modalidade, o papel dos seus agentes e ainda vincar diferenças entre a realidade do Basquetebol em Portugal e Espanha. Em alguns casos foi necessário alguma capacidade de distanciamento para melhor observar a realidade portuguesa e melhor compreender a complexidade da realidade do basquetebol espanhol. Esta complexidade decorre do maior número de agentes desportivos envolvidos, mas que por esse motivo é mais exigente ao nível da organização e adaptação, mas nunca deixa de ter em consideração o jogador com o centro das atenções.

4.2.1.5 – Recursos disponibilizados e adquiridos

Durante a intervenção no *Club Baloncesto Estudiantes* de Madrid novamente os recursos disponibilizados foram adequados em quantidade e qualidade. Além dos locais de prática e dos locais acessórios que se encontravam ao alcance dos intervenientes no processo, destaco ainda os seguintes materiais e recursos:

- 12 Bolas tamanho 7 em cada pavilhão e por equipa (sendo que havia a possibilidade de duas equipas treinarem em simultâneo em campos contíguos);
- Entre 3 e 6 tabelas no máximo;
- 6 Pinos e 6 cadeiras, embora tenham sido utilizados muito poucas vezes em treino técnico-tático. O seu uso foi mais frequente nos treinos de segunda-feira, já que era a sessão destinada ao trabalho técnico individual e tático individual/grupal;
- Cronómetro e marcador. Vários foram os momentos em treino que o marcador foi utilizado como forma mais específica de simulação do jogo.

Nos exercícios de campo poucas foram as vezes, além das referidas que foram utilizados materiais acessórios, muitas vezes optou por exercícios em campo inteiro, respeitando os ciclos de ataque/defesa para treinar as diferentes fases do jogo e a ligação entre elas. Como alternativa os treinadores optaram por dar sempre referências tendo por base as linhas, corredores e zonas do campo.

Durante o treino físico foram utilizados muitos mais materiais entre os quais destaco:

- Tapetes de “*tatami*” para exercícios propriocetivos e pliométricos;
- Superfícies instáveis, como “*Bosu*” e “*Fitball*”, como meio de treino de treino propriocetivo e equilíbrio;

- Bolas de reflexos com ressaltos irregulares, como meio de treino de velocidade de reação e ainda como forma de aumentar a complexidade em exercícios sobre plataformas instáveis;
- Pinos, baias e minibarreiras como meio de aprendizagem, treino e aperfeiçoamento da técnica de corrida;
- Bancos com diferentes alturas como meios de treino pliométrico e de treino de força. Destacando também a utilização de bancos suecos e ainda os “steps”;
- Discos de diferentes pesos (entre os 1,25 kg e os 20 kg) disponíveis na sala de musculação e que possibilitaram a realização do treino de força (resistência, hipertrofia e explosiva) e treino pliométrico. A utilização destes discos, assim como a utilização de bolas medicinais e halteres possibilitaram tornar específico da modalidade o treino e desenvolvimento das capacidades condicionais;
- Barras de 10, 15 e 20 kg permitiram diversificar e especificar às exigências da modalidade o treino físico. Ao longo do processo de treino os jogadores passaram sempre pela fase de aprendizagem de todos os movimentos olímpicos e a partir desse momento foi sendo concedida cada vez maior autonomia;
- Bandas elásticas, com diferentes níveis de resistência e diferentes comprimentos. Estas constituíram um elemento importante em exercícios funcionais de força de resistência e explosiva, mas também em exercícios de aprendizagem da técnica de corrida;
- O TRX deu qualidade ao treino físico em função da especificidade da modalidade, permitindo variar e estabelecer progressões no treino de força e proprioceptivo;
- Acessórios de resistência ou dificuldade de movimentos, que quando aplicados nos membros inferiores e superiores possibilitaram treinar movimentos específicos do basquetebol (saltos, trabalho de pés, passe e drible) mas também desenvolver esses movimentos em regime de força;
- Rolos de espuma, como parte de um estudo elaborado. Este estudo pretendeu aferir a eficácia e possíveis benefícios de utilização destes materiais como forma de recuperar de forma mais célere ao exercício físico por comparação com os exercícios de alongamento passivo;
- Equipamentos de resistência constante, destacando a “multipower”, “leg press”, “leg curl”, barra de elevações, “press” de banco e puxada vertical como as mais frequentemente utilizadas nas sessões de desenvolvimento de força. Ao longo da temporada, estes equipamentos foram usados em duas das três sessões de treino físico semanais, tendo em vista treino específico de força quer superior quer inferior;

Além dos recursos referidos, foi utilizado o *Chronojump* que pelas suas potencialidades permitiu avaliar o desempenho durante a realização de testes de força inferior e superior mas também comparar os resultados obtidos nos diversos momentos. A utilização deste equipamento foi complementada com o recurso a câmara de filmar e através do “software” *Kinovea* foi possível

analisar de forma mais precisa os movimentos realizados pelos segmentos dos membros inferiores durante os testes, principalmente nos testes de potência.

Foram ainda utilizados outros materiais, como a fita métrica, para a realização de avaliações antropométricas (altura e envergadura) e ainda o cronómetro no controlo do treino (frequência cardíaca, tempo de esforço e pausa entre repetições e séries).

Em ambos os contextos de intervenção o bloco de notas foi fundamental para concretizar o objetivo de registar comportamentos e anotar eventos relevantes não só para a atividade de estagiário mas para o processo de treino. Esta foi uma ferramenta que potenciou a reflexão diária e contínua.

Além dos blocos de notas preenchidos ao longo da temporada, foi também realizada a recolha estatística durante os jogos. No clube Rio Maior Basket esta encontrava-se dividida em dois documentos, um preenchido pelo treinador e outro preenchido pelos jogadores, sobre a forma de um documento mais simplificado mas que ao mesmo tempo lhes possibilitava um acompanhamento estatístico em tempo real. No *Club Baloncesto Estudiantes* a folha de estatística esteve também presente em todos os jogos, sendo elaborada por um dos elementos da equipa técnica. Todos os jogadores tinham objetivos individuais definidos e como tal faziam questão acompanhar a evolução, não só do resultado mas também quantificar a sua contribuição para o coletivo.

Por iniciativa própria, ao longo dos jogos foi realizado o registo estatístico, contabilizando e anotando comportamentos defensivos relacionados com os conceitos de defesa do jogador com e sem bola e com o bloqueio e ressalto defensivo. Já quanto aos parâmetros ofensivos, além dos pontos e sequência da evolução do marcador, houve o registo os locais de lançamento e faltas provocadas, bolas perdidas e caracterização da forma como foram obtidos os cestos ou tentativas de lançamento (entradas para o cesto e contra-ataque). Nessa mesma folha, houve ainda espaço para alguns comentários relativos aos comportamentos observados em campo, mas também para as referências feitas pelos treinadores. Noutra secção da mesma folha, houve espaço para notas sobre os momentos de intervenção antes do jogo, durante o intervalo e após o jogo, reportando esse registo não só a indicações dadas pelo treinador mas também sobre o possível impacto dessas indicações sobre o desempenho da equipa.

4.2.2 – Análise dos praticantes

No *Club Baloncesto Estudiantes* vários foram os treinos em que jogadores da equipa infantil (sub-14 masculinos) integraram os trabalhos durante os treinos da equipa sub-15. Da mesma forma que dois jogadores da equipa sub-15 integraram variadas vezes os treinos da equipa sub-16 masculinos.

4.2.2.1 - Caracterização geral dos praticantes

No contexto de intervenção no *Club Baloncesto Estudiantes*, a equipa foi composta por 12 jogadores (idade: 14 anos; altura: $186,08 \pm 7,879$ metros) todos os elementos frequentaram ao longo da temporada 2014-2015, o mesmo ano escolar. No entanto, verificou-se uma grande dispersão quer no estabelecimento de ensino, no local de residência e proximidade entre estes e o local de treino (Colégio Ramiro Maetzo e Colégio Estudiantes Las Tablas). No entanto, por comparação com o contexto de Rio Maior, em termos de horário escolar, os jogadores da equipa de sub-15 terminavam as aulas mais cedo, possibilitando não só estudar mas também ter mais tempo de treino por dia (cerca de 3 horas) libertando ainda outros dois dias. Nos dois dias de folga dos treinos coletivos, alguns jogadores, considerados como “talentos”, ou participaram nos treinos da equipa de sub-16 masculinos ou em treinos específicos obrigatórios de 30 minutos.

Toda a equipa de Sub-15 masculinos transitou da equipa de Sub-14 masculinos, que na época 2013-2014 alcançou o título de vice-campeão da *Federación de Baloncesto de Madrid* e de Campeão de Nacional de Espanha de Infantis.

No decorrer desta época vários foram os jogadores chamados aos trabalhos quer de seleções regionais de Madrid de sub-16 Masculinos, quer das respetivas seleções nacionais. Assim de destacar a participação de dois jogadores nos treinos de preparação para os Campeonatos Nacionais de Espanha de Seleções, onde um deles foi selecionado para o grupo final. Ainda de referir que esses mesmos dois jogadores foram chamados a treinos de preparação da Seleção Nacional de Espanha no escalão de sub-15. Um terceiro jogador de nacionalidade Polaca foi convocado para os treinos da Seleção Nacional, tendo em vista a participação num torneio em Paris de 3 a 5 de abril.

4.2.2.2 - Cuidados e necessidades específicas da *população-alvo*

No contexto de intervenção no *Club Baloncesto Estudiantes*, foi visível o rigor com que são definidos os planos de carreira dos jogadores e da forma como são definidas as equipas. A coordenação técnica do clube quando concebe a estrutura de uma equipa procura ter em consideração o binómio treinadores-jogadores. Para tal, leva não só em conta a competência dos treinadores mas também o perfil e ambições do mesmo, de modo a desenvolver um processo com qualidade.

Cada treinador por norma, não treina a mesma equipa por mais de duas temporadas, já que entendem a variedade de métodos de ensino, treino e aperfeiçoamento do jogo beneficiam os jogadores em formação.

Cada equipa é formada por doze jogadores, sendo que cada uma delas tem dois jogadores para cada posição e ainda um que pode fazer todas as posições de jogo exteriores (base, segundo-base e extremo) e outro que pode fazer todas as posições interiores (poste e extremo-poste).

A coordenação técnica do *Club Baloncesto Estudiantes* é cuidadosa, já que tem a noção que o percurso até ao escalão sénior profissional é longo e que todos os jogadores garantidamente não o alcançarão. Desde a primeira reunião com o jogador, é tida uma abordagem verdadeira e na qual é definido o plano plurianual de formação desportiva e académica a que vai ser sujeito e da qual irá beneficiar. Desde o primeiro momento, cada jogador sabe o seu papel na equipa e vê integrado nos objetivos coletivos os seus objetivos individuais. No caso específico a equipa sub-15, que foi campeã nacional de sub-14 no ano anterior, somente 3 jogadores participaram ativamente nos treinos da equipa sub-16 e somente um deles participou em todos os jogos dessa mesma equipa. Após um ano de elevada competição, é necessário um ano de alguma moderação que permita em determinados momentos da temporada estabelecer contextos competitivos mais exigentes, por vezes em função dos adversários e noutras ocasiões ao nível da concentração de jogos (decorrente da participação em torneios).

Ao longo da intervenção no *Club Baloncesto Estudiantes* todos os jogadores foram alvo de um acompanhamento individualizado, sob os aspetos técnicos e táticos (em função das suas características e objetivos individuais), mas também a nível físico, decorrente da coordenação entre o Centro Médico do clube e os preparadores físicos. Decorrente do desenvolvimento físico individual e de acompanhamento ao longo da época, alguns jogadores foram obrigados a interromper os treinos, sob pena de prevenção de lesões e melhor adaptação do organismo.

Do ponto de técnico e tático, encontram-se definidos a nível de clube objetivos e conteúdos a ensinar, treinar e aperfeiçoar em cada ano de formação do jogador, no entanto é concedido espaço ao treinador para seguir a sua metodologia. Assim no primeiro treino semanal, o treinador principal optou por dividir o grupo em dois. De um lado, com o treinador principal treinaram os jogadores de posições interiores. Os treinadores adjuntos ficaram responsáveis pelo treino dos jogadores de posições exteriores. Na parte final da parte fundamental, os exercícios desenvolvidos permitiram integrar todo o trabalho anterior.

O mesmo treinador foi definindo o volume de treino, havendo microciclos nos quais se treinou em quatro momentos além da sessão de competição. No entanto noutros momentos, de menor competição, mas de maior exigência a nível académico o treinador optou por não treinar.

Ao longo da época e decorrente da comunicação com outros treinadores, nomeadamente da equipa sub-17 e em concordância com as necessidades de desenvolvimento dos jogadores da equipa de sub-15, verificou-se a participação dos mesmos em jornadas duplas (dois momentos competitivos no mesmo microciclo).

4.2.2.3 – Recrutamento da população-alvo

Durante a intervenção no *Club Baloncesto Estudiantes*, tendo esta sido iniciada em janeiro, já com a equipa formada, não foi possível o total acompanhamento do processo de recrutamento. No entanto há alguns aspetos a referir. O *Club Baloncesto Estudiantes* tem como alvos principais de recrutamento todos os jogadores que possam constituir as futuras equipas profissionais. No entanto, decorrente da conjuntura económica e evitando alguns riscos financeiros, o clube procura talentos preferencialmente em Madrid. De referir também que existe um “acordo de cavalheiros” entre os clubes que competem na liga profissional de basquetebol no qual evitam abordagens tendo em vista a contratação de jovens jogadores entre estes clubes.

A opção estratégica, em não investir em jogadores estrangeiros está diretamente relacionado com o aumento do risco, devido aos custos associados, não só financeiros, mas também aos riscos de deslocar jovens em formação para fora do seu envolvimento familiar, escolar e social. Esse risco é fortemente tido em consideração mesmo em relação aos jogadores observados em Espanha.

O clube não tem uma rede especialmente definida para observação de potenciais talentos. Como tal usa os treinadores envolvidos nas competições das suas equipas para observar *in loco* durante os jogos possíveis alvos. Ao identificarem um jogador, cada treinador deverá fazer chegar ao coordenador técnico a informação recolhida, contendo informações técnicas, antropométricas e outras relacionadas com estatísticas de jogo recolhidas, somatótipo e comentários do próprio observador.

Também decorrente dos contatos por todo o país, sejam ex-jogadores, ex-treinadores ou ex-dirigentes e agentes, o clube procura receber informações sobre potenciais jogadores. Por fim, o clube procura também acompanhar “*in loco*” os momentos altos das épocas nos diversos escalões, como sessões técnicas promovidas pela *Federación de Baloncesto de Madrid*, competições relacionadas com finais regionais ou nacionais de clubes e seleções.

Esta estratégia quanto à alocação de “*olheiros*” permitiu construir a equipa de sub-15 masculinos ao longo de épocas sucessivas. Somente dois jogadores da referida equipa fizeram formação exclusivamente no *Club Baloncesto Estudiantes*, sendo os restantes 10 jogadores integrados ao longo dos anos.

Além da rede de observação desenvolvida para a deteção e seleção de potenciais jogadores, no final de cada época o clube promove captações. Estas captações acontecem em todos os escalões desde os sub-11, até aos sub-18, tanto no género masculino como no género feminino. Adicionalmente é promovida a operação altura em função do escalão pretendido.

Quanto aos procedimentos de abordagem do jogador, após identificação, observação e análise de vários jogos e relatórios, o clube faz uma abordagem junto do clube, treinador, agente,

família do jogador e jogador. Este contacto, serve inicialmente para avaliar a recetividade do jogador para um possível ingresso, na temporada seguinte. Caso se verifique o interesse o mesmo jogador, com conhecimento do clube, treinador, agente e família, o mesmo é convidado a participar em sessões de treino e alguns torneios. Este convite tem como objetivo analisar como é feita a adaptação do jogador a uma nova e possível futura realidade e desta forma completar a informação relativa ao jogador.

Caso o clube de origem do jogador não se mostre recetivo a deixar o jogador participar nestes eventos, então o Club Estudiantes de Madrid, caso o jogador esteja interessado, opta por fazer uma nova abordagem mas só no final da época.

O resultado deste conjunto de procedimentos foi observado no decorrer da participação no “II Torneo L’Horta València”, no qual foi integrado um jogador proveniente de outra região de Espanha e o que disputou a totalidade dos jogos.

4.2.2.4 – Formas de avaliação da população-alvo

No contexto de intervenção do *Club Baloncesto Estudiantes* foram presenciados três momentos de avaliação a saber:

- Primeiro momento, entre fase competitivas e de avaliação da potência de membros inferiores. Recorrendo ao equipamento “*Chronojump*”, realizou-se o teste *Counter Movement Jump* e o teste *Abalakov*, adicionalmente realizou-se a filmagem do teste *Dropjump*. Os testes foram selecionados em função da especificidade requerida ao nível do salto no basquetebol;
- O segundo momento de avaliação, de acordo com um estudo realizado com o objetivo de averiguar a pertinência da utilização dos “*Foam roller*” para facilitar a recuperação dos jogadores após o treino. Os equipamentos utilizados foram novamente o “*Chronojump*”, para avaliar a potência muscular dos membros inferiores mediante a realização do teste *Counter Movement Jump*, uma máquina de fotografar térmica, para observar a temperatura corporal nomeadamente dos membros inferiores (músculos isquiotibiais, anteriores da coxa e gêmeos). Os grupos foram aleatoriamente separados, o grupo de controlo no final de cada treino realizou somente exercícios de alongamento passivo destinado aos membros inferiores e aos músculos fotografados e o grupo experimental realizou adicionalmente os exercícios com “*Foam Roller*”. Este estudo envolveu as duas equipas de cadetes, sub-15 e sub-16 e teve a duração de uma semana. Aquando do momento inicial e final do estudo, os jogadores tiveram de preencher um questionário biográfico e no qual reportaram níveis de fadiga percebida antes da realização dos testes, após os treinos e a realização dos mesmos;
- O terceiro momento decorreu no final do período competitivo. Neste registou-se a altura, envergadura e peso dos jogadores. Adicionalmente realizou-se o teste triplo salto unipedal e salto horizontal. Noutra sessão ainda incluída no mesmo microciclo, realizou-se o teste de

potência muscular dos membros superiores, teste 1RM, supino plano, com recurso ao equipamento *Chronojump*. Por fim, novamente o tempo *Counter Movement Jump* e *Dropjump* com recurso ao mesmo equipamento anteriormente referido;

A realização dos testes em ambos os contextos de intervenção acabaram por ser momentos especiais, nos quais os jogadores mostraram sempre vontade de melhorar as suas marcas. No entanto destaco também a dificuldade para manter os níveis de concentração necessários para a obtenção de resultados fiáveis e que permitam caracterizar de forma fidedigna os jogadores.

4.2.3 – Definição de objetivos

No contexto do *Club Baloncesto Estudiantes* as grandes tarefas que foram plenamente conseguidas foram:

- Auxílio na preparação e condução das sessões de treino e avaliar e refletir sobre a intervenção pedagógica. Mantendo o preenchimento das mesmas fichas tipo foi possível realizar uma reflexão posterior a cada momento de intervenção. A sua atualização diária possibilitou uma rápida adaptação ao contexto de intervenção e estar melhor preparado para intervir;
- Preparação e atualização diária do “Dossier de treinador”. Na mesma linha do que foi concretizado aquando da intervenção no Rio Maior Basket, foi criada uma pasta destinada a ser o *dossier* do treinador, na qual foi organizada de forma sistemática toda a documentação relativa à intervenção, quer em momentos de treino, quer de competição;
- Reunir com Tutores Académico e Profissionais. Desde o primeiro momento a integração na realidade da entidade acolhedora foi facilitada pelo contato diário com a mesma. No entanto de estacar a importância da primeira reunião com o Coordenador Técnico do Clube e o treinador adjunto da equipa profissional, também docente no INEF de Madrid e orientador de toda a atividade realizada no âmbito do estágio na entidade. Na primeira reunião foi apresentada a estrutura do clube e ficou definido o âmbito da intervenção enquanto estagiário. Decorrente dessa reunião foi feito o convite para assistir às aulas de “*Aplicación Deportiva II: Baloncesto*” no INEF de Madrid e que foram fundamentais para a compreensão da realidade, melhoria da intervenção enquanto treinador e aumentar o conhecimento sobre o jogo e o seu ensino;
- Auxílio no planeamento, preparação e orientação da equipa e dos praticantes em competição. Decorrente do fato de não estar inscrito enquanto treinador na *Federación de Baloncesto de Madrid*, não foi possível estar sentado no banco durante os jogos oficiais. No entanto e com a devida autorização do treinador principal, houve a oportunidade de estar presente nos momentos de preparação da sessão de competição, nomeadamente na palestra inicial, sessão pré-competitiva de preparação desportiva junto do preparador físico. Além destes momentos também houve a presença nas intervenções realizadas pelo treinador Principal ao

intervalo e nos finais de cada jogo. A presença nestas intervenções melhoraram a percepção mais completa das exigências de intervenção de todos os elementos da equipa técnica. Mais, permitiu completar a reflexão semanal sobre os efeitos reais da preparação semanal realizada e dos impactos sobre a performance desportiva.

Já nos jogos realizados em torneios particulares surgiu a oportunidade de estar presente no banco e a colaboração na recolha de estatística e auxílio da intervenção do preparador físico nos momentos de preparação física para a competição, assim como no auxílio da intervenção e tomada de decisão do treinador.

Tal como para as sessões de treino, também foram realizados relatórios sobre os momentos de competição, contemplando registos estatísticos e a análise da intervenção individual e participação coletiva da equipa ao longo do jogo, assim como o registo da influência da tomada de decisão e intervenção do treinador sobre a participação dos jogadores e da equipa.

Decorrente da condição de treinador adjunto e da própria forma como o *Club Baloncesto Estudiantes* se encontra organizado não foi possível alcançar algumas das atividades previstas nomeadamente:

- Participar nas reuniões técnicas e realizar a reflexão, sobre a participação e desempenho dos praticantes quer em treino quer em contexto de competição;
- Participar nas reuniões com a estrutura técnica e com a estrutura dirigente do clube ou do departamento;

No entanto decorrente da presença diária no clube e foram informalmente mantidas conversas juntos dos treinadores do clube sobre temas relacionados com o desenvolvimento da modalidade no contexto de clube, federação de basquetebol de Madrid e a nível nacional.

5.2.3.1 – *Objetivos da intervenção profissional*

A intervenção no *Club Baloncesto Estudiantes* manteve como objetivo geral aperfeiçoar a aplicação prática de intervenção e consolidar conhecimentos obtidos durante a etapa curricular *do Mestrado*.

- Conceção do modelo de jogo, desde o planeamento na estrutura macro, meso e micro até à operacionalização da unidade de treino e própria conceção e aplicação dos exercícios. Na entidade acolhedora verificou-se a distribuição de tarefas e a responsabilização de todos os elementos que contribuíam para o processo. Esta distribuição de responsabilidade decorreu das reuniões realizadas ao longo da semana de treinos e que potenciou contacto constante entre treinadores;
- Modelo de preparação competitiva. Enquanto treinador adjunto no *Club Baloncesto Estudiantes* permitiu comparar formas de atuação e definir aspetos de melhoria não só

peçoal mas também na interação com os demais elementos da equipa técnica. A participação num contexto desportivo de alto rendimento e o auxílio à intervenção do preparador físico possibilitou um ganho de consciência da importância da preparação física e das debilidades que o jogador português apresenta. Permitiu a reflexão sobre medidas a tomar em termos de treino tendo em vista a melhor preparação;

- Modelo de desenvolvimento do jogador a longo prazo. Decorrente da intervenção junto da equipa de sub-10 feminina e sub-15 masculinos, bem como da presença diária em treinos dos restantes escalões pelos dois pavilhões do Colégio Ramiro Maetzu foi possível ganhar consciência sobre as necessidades desenvolvimento dos praticantes. Com os registos sobre exercícios, formas de intervenção e referências proferidas pelos treinadores foram criados documentos orientadores e que servirão de base para futuras intervenções;

Objetivos de Instrução

Mantendo os objetivos de melhoria da qualidade da instrução, foi mantido o preenchimento de relatórios e questionários. O seu preenchimento diário foi ainda complementado com a procura *feedback* junto dos treinadores. É necessário continuar a melhorar a instrução de modo a ser mais preciso e conciso, permitindo controlar o ritmo do exercício e do treino e para que a retenção de informação por parte do jogador seja melhorada. Deve ainda ser feito investimento na melhoria do questionamento, como forma de potenciar a descoberta guiada por parte dos jogadores, obrigando-os a pensar o jogo.

Apesar de ser capaz de dar as referências necessárias, é ainda necessário fazer esta melhoria e desta forma potenciar intervenção junto dos jogadores. A intervenção deverá ser mais positiva e fazer sempre uma abordagem tendo em conta acontecimentos futuros, ser capazes de forma clara definir soluções de atuação principalmente durante os jogos e ser mais eficaz na exposição de conteúdos, recorrendo se necessário à placa tática.

Objetivos de Gestão

No *Club Baloncesto Estudiantes*, decorrente da condição de treinador adjunto não houve oportunidade de influenciar grandemente a gestão do treino. No entanto, foram vários os momentos de intervenção, aquando solicitado pelo treinador principal. De modo a otimizar o tempo útil de treino, a equipa técnica dividiu o treino em dois grupos, jogadores interiores e exteriores. Além destas opções de gestão do treino, algumas vezes houve a oportunidade para os treinadores adjuntos apresentarem temas, principalmente de exercitação da técnica e tática individual ofensiva e defensiva. Relativamente à documentação e sua elaboração foi sempre possível organizar o tempo disponível para elaborar e manter organizada a documentação de modo a ter informação útil a tempo e horas.

Objetivos de Organização

Ao longo da temporada 2014-2015 foi possível desenvolver a capacidade de organização e planeamento, mediante a calendarização dos conteúdos. Promover junto dos praticantes a aquisição de métodos e formas de organização que lhes permitam assumir e cumprir as suas responsabilidades. Qualquer que seja o contexto, o treino deverá promover a educação do praticante, onde o percurso de ensino deve estar bem presente e encadeado, devendo para tal, ter continuidade no tempo, ser individualizado, específico no ensino dos conteúdos e progressivo na sua aplicação.

No contexto de competição do *Club Baloncesto Estudiantes*, foi possível constatar que quer a construção da equipa, quer a forma como se desenvolve a competição ao longo do ano, permite que de forma regular se sucedam mais jogos.

De cariz oficial, a equipa disputou 16 jogos competitivos entre janeiro e junho, adicionalmente e correspondendo às necessidades de desenvolvimento dos jogadores a equipa esteve presente em mais 11 jogos entre torneios e jogos de preparação. Mais, ao longo da temporada houve ainda microciclos em que se registou um decréscimo de competição e de treinos, permitindo que os jogadores se centrassem na sua formação académica.

Objetivos de Disciplina

Decorrente da experiência vivida e englobando os conhecimentos adquiridos durante a assistência das aulas lecionadas no INEF ao longo da época, não deverão ser definidas normas ou regras, que de alguma forma proibam comportamentos (ex. proibir os jogadores de falar com árbitros). A ação do treinador deverá ir no sentido de formar os jogadores para que aprendam a interagir com os diferentes agentes e manter a postura em momentos de tensão. Deverá haver sim um conhecimento das consequências a que estarão sujeitos caso os jogadores ultrapassem os limites por todos definidos e que ao fazê-lo prejudicam a prestação individual e coletiva.

5.2.3.2 – Objetivos a atingir com a população-alvo

Em termos formativos, houve grande insistência, em ambos os contextos, no treino, desenvolvimento e aperfeiçoamento da qualidade técnica e tática dos jogadores. Comparativamente no contexto de intervenção do *Club Baloncesto Estudiantes*, houve uma maior componente de tática coletiva ofensiva e defensiva e mais predominância de exercícios competitivos de lançamento.

Objetivos de Performance de Competição Coletivos na Entidade Acolhedora Club Estudiantes de Madrid

Tal como sucedeu no contexto de intervenção no Rio Maior Basket, tendo por base o desempenho anterior no campeonato de cadete masculino, os objetivos para a época 2014-2015 para esta equipa foram:

- Formação Académica:

- Todos os jogadores da equipa passam de ano, com positivas a todas as disciplinas. A definição deste tipo de objetivo marcou diferenças de realidade ao nível do contexto escolar. Além das diferenças ao nível do horário escolar, principalmente ao nível da carga horária diária e por aula (apenas 50 minutos), o sistema de avaliação e distribuição dos momentos de avaliação também são diferentes. Aquando do término de um bloco formativo os jogadores/alunos são de imediato avaliados, em caso de reprovação, terão de no final do ano realizar um momento de avaliação adicional. Apesar de estar no contexto de alto rendimento, ao longo da intervenção no *Club Baloncesto Estudiantes* verificaram-se preocupações quer de treinadores, quer de jogadores em torno da formação académica, como já foi referido anteriormente.

- Formação Desportiva:

- Obter uma melhor classificação que na época 2013/2014 no Campeonato Cadete Masculino "A2" (6º lugar): Decorrente da limitação imposta pelos regulamentos quanto à participação de equipas sub-15 na competição Cadete A1, a equipa igualou a classificação da época anterior, terminando novamente em 6º lugar. Somente ficou atrás do Real Madrid sub-15 devido à desvantagem no confronto direto. Assim em 48 equipas que disputaram as provas de Cadetes Masculinos, quer A1, quer A2, a equipa terminou em 18º lugar.

- Melhorar as médias de pontos de marcados e sofridos em comparação com a época anterior: Por comparação com a época 2013-2014, a equipa apresentou uma média de pontos marcados inferior (em 2013-2014, 82,4 pontos por jogo e em 2014-2015, 78,2 pontos por jogo). Em relação aos pontos sofridos esta média foi melhorada, já que na época 2013-2014 foi de 59,6 pontos por jogo e na presente época foram sofridos, 52, 9 pontos por jogo;

- Ser competitivo contra as equipas mais fortes do campeonato: Este objetivo foi amplamente conseguido, somente perdeu um jogo, foi invencível em casa e em participações em torneios particulares venceu a equipa "A" do *Fuenlabrada* e do *Baloncesto Aristo*, que terminaram em 3º e 4º lugar na divisão "A1". No entanto, nem mesmo contra equipas menos fortes a equipa cedeu, embora os jogadores por vezes se tenham apresentado algo desmotivados. As sessões de treino acabaram por ser muito mais competitivas que muitos dos jogos realizados;

Objetivos de Performance de Competição Individuais

Relativamente a este tema, cada jogador no início e após a reunião com o treinador, o coordenador técnico e também de acordo com as suas ambições viu determinado um conjunto de objetivos individuais, assim como esclarecido qual o seu papel dentro da equipa. Sempre numa

perspetiva de formação, mas com uma abordagem realista e verdadeira foi mantida uma relação aberta e esclarecida com todos os jogadores. Desde o início ficou bem claro aos jogadores, qual o papel a desempenhar e objetivos a alcançar, sempre numa dinâmica de equipa e dentro do tempo de jogo disponível para cada um. A forma como a equipa foi construída também o potenciou, já que no máximo havia dois jogadores para a mesma posição e não mais. Neste contexto, a definição destes objetivos manteve os jogadores focados e foi também uma forma de avaliar desvios de prestação, já que os dados estatísticos eram disponibilizados imediatamente após o jogo.

4.2.4 – Conteúdos, metodologias e estratégias

No contexto de intervenção no *Club Baloncesto Estudiantes*, houve a oportunidade tal como previsto, de auxiliar a restante equipa técnica a implementar o programa de treino em curso (quer nos momentos de treino coletivos, quer nas sessões de treino individualizado), contribuindo para o desenvolvimento dos jogadores ao nível de competências técnicas, táticas e auxiliares. Adicionalmente, de realçar o auxílio ao desenvolvimento da tomada de decisão através da intervenção nos exercícios e atribuição de “*feedback*” aos jogadores sobre as execuções técnicas e táticas individuais e coletivas.

Tal como previsto e para concretizar o que foi anteriormente acima referido, foram levadas a cabo as seguintes estratégias:

- Realizar uma reflexão sobre o planeamento efetuado quer na sua estrutura macro, meso e micro. O “Dossier de treinador” foi permanentemente atualizado como forma de reflexão, avaliação e controlo (mediante realização de relatórios);
- Continuar com as iniciativas de avaliação da minha intervenção enquanto treinador adjunto, quer em momentos de treino quer em momentos de competição. Estando a intervir num contexto de prática completamente diferente, a avaliação diária foi indispensável. Esta permitiu não perder informação relevante;
- Auxiliar na conceção/aplicação de programas de enriquecimento do reportório técnico individual e específicos a aplicar antes do início de cada treino. Geralmente para um jogador ou grupos de jogadores por posição. Esta ação consumiu-se no auxílio ao preparador físico durante os treinos prévios ao treino técnico-tático. De fato tive hipótese de verificar enormes diferenças entre contextos, ao nível da preparação física, tanto em intensidade como em volume. A equipa treinou três a quatro vezes por semana e antes ou depois de cada sessão de treino técnico-tático foi realizada uma sessão de treino destinada ao desenvolvimento de capacidades condicionais. Esta preparação física permitiu em muitos jogos fazer a diferença sempre de forma favorável e nomeadamente nos momentos finais.

Complementarmente foram concretizadas as seguintes estratégias:

- Estar presente na vida diária do clube, assistindo a treinos de outros escalões. O objetivo foi compreender a globalidade do processo de desenvolvimento do talento. A observação diária de vários treinos de diferentes equipas, escalões e géneros resultou na elaboração de oito documentos. Neles estão referidos exercícios, metodologias e indicações sobre referências de intervenção, que foram registadas e serão tidas como pontos de partida para próximas intervenções;
- Estar presente em momentos de competição, relacionados com a equipa alvo da minha intervenção, mas também nos momentos de competição de outros escalões, procurando retirar conclusões sobre os contextos competitivos e a forma como os agentes se manifestam. Tal como previsto e dando continuidade aos hábitos de atualização do “*Dossier do treinador*” foram elaborados os relatórios das sessões de competição da equipa. Sobre as demais equipas, houve a possibilidade de assistir a diversos jogos desde o escalão de sub-10 até aos jogos da equipa profissional. Estes foram úteis para compreender todo o processo de treino ao longo do microciclo e poder observar o resultado final;
- Integrar a realização de cursos, ou pelo menos estar presente em ações de formação de forma a compreender como é realizado o processo de formação dos treinadores. Esta ideia inicial concretizou-se com a participação nas aulas de “*Aplicación Deportiva II: Baloncesto*” ao longo do segundo semestre, no INEF de Madrid. Os temas e conteúdos lecionados permitiram a melhor compreensão do contexto de intervenção, aperfeiçoar conteúdos relacionados com o conhecimento do jogo, mas também com a intervenção do treinador e preparador físico de alto rendimento;
- Controlar o volume de treino numa base diária e cujo somatório final permitirá compreender como foi organizado o tempo de treino, mediante o controlo dos conteúdos abordados nos treinos, discriminando o tempo e caracterizando os exercícios, seguindo a classificação sugerida pelo S.O.M.U.T. (Cipriano & Sequeira, 2008). Ao longo da temporada a utilização deste sistema teve como principal objetivo caracterizar a tipologia de exercícios utilizados em treino. No contexto de intervenção no Club Estudiantes de Madrid esta prática foi mantida o que permitiu aferir que uma das principais diferenças reside na aplicação de maior volume de exercícios competitivos, principalmente de lançamento e situações de igualdade ou superioridade numérica do ataque;

Club Estudiantes de Madrid - Sub-15 Masculinos

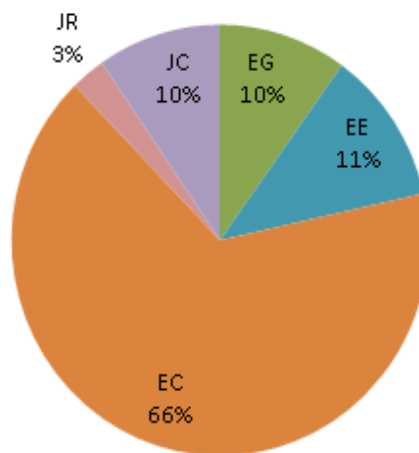


Gráfico 2: Tipologia de exercícios usados nos treinos da equipa Sub-15 Masculinos do Club Estudiantes de Madrid, segundo o S.O.M.U.T

4.2.4.1 – Formação realizada pelo estagiário

Durante a estadia em Madrid, foram expostos os seguintes conteúdos, durante a frequência das aulas teóricas e práticas da unidade Curricular de *Aplicaciones Deportiva II: Baloncesto*, lecionadas no INEF de Madrid:

- A preparação física no Basquetebol;
- Análise da atividade competitiva;
- O treino da resistência no Basquetebol;
- O treino integrado no Basquetebol;
- O treino da força no Basquetebol;
- O treino da velocidade e da flexibilidade no Basquetebol;
- A preparação física aplicada a categorias inferiores;
- Planificação e periodização de uma temporada no Basquetebol;
- Recuperação funcional no Basquetebol;
- O processo de deteção de talentos no Basquetebol;
- Formação de jogadores;
- O contra-ataque. A transição ofensiva e defensiva;
- As defesas mistas. O ataque a defesas mistas;
- As defesas “*match-up*” ou de ajustes. O ataque a defesa “*match-up*”;
- As defesas alternativas. Ataque a defesas alternativas;
- Organização geral de um clube de Basquetebol. Organização de uma equipa;
- Direção de equipa e direção de um jogo;

- Scouting do adversário;
- A formação do treinador de Basquetebol;

A frequência das aulas teóricas e práticas contribuíram para um melhor entendimento da realidade do basquetebol em Espanha e compreender o fenómeno do basquetebol profissional no contexto da Liga Endesa, já que todas as referências dadas tiveram origem nesse contexto. Estas aulas teóricas e práticas em conjunto com as várias horas de observação dos treinos de todos os escalões do *Club Baloncesto Estudiantes* permitiram completar o *dossier* de treinador com metodologias e indicações sobre detalhes de intervenção sobre o processo de treino.

5 – Estudo realizado envolvendo a população alvo

5.1. – Introdução

Na sua essência, o Basquetebol é um jogo de cooperação e oposição face à posse de bola (Moreno, 1998), a forma como uma equipa é capaz de utilizar a posse de bola dá-lhe a possibilidade de controlar a evolução do resultado. No entanto, é também uma modalidade de ação e erro, de reação e tomada de decisão.

As tendências do Basquetebol moderno mostram haver um equilíbrio entre o ataque e a defesa, numa ação ofensiva orquestrada mediante a realização de um aparente jogo livre, mediante conceitos (Gomes, 2008). Esta evolução dá uma nova dimensão ao jogo, na qual o jogador é o centro. O jogo livre no ataque concede ao jogador autonomia na tomada de decisão, ensinando-lhe ao mesmo tempo o que é a responsabilidade, já que toda e qualquer decisão afeta a equipa, estruturada em torno de cada decisão momentânea e sempre sujeita aos constrangimentos da complexidade competitiva (Farias, 2008).

Perante estas exigências, cresce a necessidade de obter instrumentos que permitam a recolha de informação útil aos treinadores e jogadores e que sejam integradores, comprovando a sua pertinência de aplicação no contexto de competição na caracterização do comportamento de *“jogo de uma forma integrada no seu contexto natural”* (Farias, 2008).

Pela dinâmica do jogo de Basquetebol, o estudo da ação coletiva do adversário e da própria equipa vai além da evidência estatística, sendo cada vez mais procurados a existência de padrões de comportamento (Camerino, Anguera, & Johnson, 2009). Para descobrir tais detalhes é necessário recorrer a instrumentação de carácter científico que possibilite desvendar tendências de comportamentos eficientes e construção de situações de finalização. Os resultados da utilização destes processos científicos permitem aos treinadores definir estratégias quer de consolidação dos processos da própria equipa (Camerino, et al., 2009), que podem constituir uma grande valia quando se fala no processo de formação de jovens. Não obstante esta a obtenção conhecimento, este só é significativo quando a equipa que procure beneficiar da sua aplicação tem uma estrutura sólida e organizada, caso contrário, a utilização deste tipo de recursos não trará vantagem competitiva face à oposição (Camerino, et al., 2009).

5.1.1 – Conceitos relevantes para a elaboração do estudo

Observação do jogo

Observar significa “olhar com atenção para algo”, sendo a observação o momento preliminar da investigação, consistindo na consideração atenta de um fato para o conhecer melhor ("Dicionário da Língua Portuguesa," 2014). O olhar atento para um fato, neste caso o jogo permitirá ao treinador conhecer melhor a forma como individualmente, quer coletivamente a equipa desenvolve a sua participação.

A observação permite assim ao treinador descrever objetivamente a realidade para posteriormente ser analisada. Para tal é necessário definir condutas, episódios, atividades ou acontecimentos de modo a parcelar a realidade que nos interessa (Anguera, 2003).

Desta forma, não só para evoluir enquanto treinador, conhecer melhor o que os jogadores fazem em campo, quer de forma individual e coletivamente, a realização da observação dos jogos, foi só mais um meio para ajudar os jogadores a alcançar os objetivos a que se propõem, que passarão obviamente pela sua evolução na prática da modalidade.

Para tal e de forma sucinta foram realizados alguns passos (Sarmiento, Rosado, Rodrigues, Veiga, & Ferreira, 1990), realizados antes ainda da aplicação da metodologia observacional. Segundo os autores (Sarmiento, et al., 1990), primeiramente é necessário ter bem definido o que se pretende observar, sobre que condutas irão cair a atenção do observador. Definido este primeiro passo, que parâmetros ou critérios, relacionados com essas condutas vamos observar. Posteriormente será necessário valorizar o que vamos observar e como tal aplicar uma medida de observação. A aplicação de valores permitirão futuramente confrontar acordos e desacordos verificados. Definidos os itens de observação, realiza-se a observação propriamente dita e finalmente o tratamento dos dados recolhidos para que seja possível confrontar com as questões ou hipóteses levantadas inicialmente pelo observador (Sarmiento, et al., 1990).

Metodologia Observacional

No fim de qualquer jogo todos os agentes desportivos procuram obter informações objetivas e quantificáveis acerca deste. Mais ainda, procuram dar significado aos valores estatísticos, interpretando-os qualitativamente. A metodologia observacional permite em primeira instância dar validade aos dados recolhidos, assim como ao instrumento de recolha e aos observadores envolvidos, tendo o individuo observado como objeto de estudo. A intenção é captar a riqueza dos comportamentos de um ou mais indivíduos, em contextos naturais de atuação, tendo em vista a efetivar um processo de crescimento pessoal, treino e competição. A metodologia observacional caracteriza-se por uma grande flexibilidade e rigor, tendo como requisito básico a existência de espontaneidade do comportamento, ocorrido num contexto natural, segundo critérios rigorosamente definidos e delimitados mas flexíveis que garantam continuidade temporal. Relativamente à perceção do comportamento este pode acontecer mediante observação direta/presencial ou indireta/diferida (Anguera, et al., 2000).

Relativamente à espontaneidade do comportamento, trata-se do objeto da investigação, onde o que se pretende é observar o individuo, numa situação natural (no caso de estudo, num cenário natural de competição), na qual a ação do individuo não se encontra limitada pelo investigador. A interação com o contexto natural permite analisar o reportório do observado, fluxos de condutas. Estas condutas podem referir-se a variáveis físicas, sociais, organizacionais, a contextos (multiplicidade de interações de variáveis) ou ainda a blocos mais alargados que representam ciclos ou tendências repetitivas (dotadas de temporalidade) (Anguera, et al., 2000).

A metodologia observacional é algo ineficaz quando um grupo é o alvo de estudo, perdendo-se objetividade devido à dificuldade interpretativa que representam as interações entre indivíduos. Através de instrumentos “*ad-hoc*” (sistemas de categorias que permitem fazer o ajuste entre o marco teórico e a realidade) as categorias existem sempre que existe produção de condutas distintas e que necessitem de justificação teórica. Estes instrumentos deverão cumprir requisitos de exaustividade e mutua exclusividade. Por fim a continuidade temporal procede da instabilidade do comportamento humano (Anguera, et al., 2000).

Quanto ao grau de cientificidade, a metodologia observacional distingue entre observação passiva e ativa. A observação passiva é pré-científica, tem extensão no tempo e não tem definido um problema *à priori*, tendo ainda um reduzido controlo sobre os dados e hipóteses. A observação ativa, sucede à passiva onde as hipóteses são confirmadas mediante a realização de um estudo indutivo ou dedutivo (Anguera, et al., 2000).

O observador poderá assumir uma posição de participação e/ou observação. Quando observa diretamente tem a possibilidade de ver preservada a espontaneidade do comportamento do individuo. Durante esta, o observador pode assumir uma posição não participante, com uma atuação

neutra sobre o contexto e o observado. Já na observação participante existe inter-relação entre observador e observado, devendo o observador ser capaz de distinguir os dois papéis. Dentro deste tipo de participação, o observador pode ainda de forma consciente e sistemática definir condições sobre as condutas do observado (observação participante propriamente dita). Adicionalmente é possível ainda definir uma condição de participação observação, quando o observado (membro do grupo) adquire capacidades e qualidades de observador para com outros elementos do grupo, diminuindo a reatividade e aumentando a acessibilidade. Por fim a auto-observação acontece quando o observador e o observado são a mesma pessoa, havendo uma forte interação sobre a própria conduta e que tem por base um procedimento previamente estabelecido (Anguera, et al., 2000).

Quanto à percepção, distingue-se entre observação direta e indireta. A observação direta emerge da observação dos comportamentos em contexto natural, enquanto a observação indireta resulta de uma apropriação mais elaborada, decorrente da análise de indicadores obrigando o observador a fazer inferências sobre os dados recolhidos (textos, entrevistas, auto-observação) sendo ainda influenciada pela origem dos dados (livros, vídeos, fotografias) (Anguera, et al., 2000).

Quanto aos níveis de resposta, os observados podem manifestar condutas não-verbais (com origem na diferentes partes do organismo), espaciais ou proxémicas (dinâmica ou estática), vocais ou extralinguísticas e ainda verbais ou linguística (Anguera, et al., 2000).

Uma metodologia observacional deverá passar por diferentes fases, desde a correta delimitação das condutas e situação de observação (concorrendo para o êxito do estudo e tomada de decisão sobre o mesmo), passando pela recolha e otimização dos dados (codificando as condutas através do instrumento *ad hoc*) e pela análise e interpretação dos dados. De forma a garantir a qualidade dos dados, a observação exploratória passiva apresenta grandes vantagens quer para o observador (melhorando a sua capacidade de observação) quer para o observado (diminuindo a reatividade e preservando a espontaneidade dos comportamentos) (Anguera, et al., 2000).

Análise de jogo

A análise do jogo, em qualquer que seja a modalidade desportiva coletiva e até individual, tem vindo a ser cada vez mais preponderante na preparação de equipas e jogadores. Esta permite alcançar informações tendo em vista a melhoria do rendimento tanto individual como coletivo, permitindo-lhe posteriormente tomar melhores decisões no processo de preparação.

A partir de um evento competitivo é possível retirar as mais diversas informações, todas elas úteis e válidas e que estão cada vez mais acessíveis devido à qualidade e quantidade de recursos ao acesso de todos. Atualmente toda e qualquer equipa e jogadores, podem aceder a “*softwares*” ou aplicações e de forma intuitiva fazer recolhas vídeo e de forma imediata ter acesso a um conjunto informações, que sistematizadas lhe permitirão indicar o caminho para a sua evolução, ou seja o que

treinar e fornecendo ainda indicações sobre o planeamento que deve ser feito para que possa alcançar o resultado pretendido eficazmente.

Relativamente à análise de jogo, como algo fundamental no processo de preparação de uma equipa, esta pode acontecer reportando-se unicamente ao desempenho dos jogadores, às ações ofensivas e também defensivas, mas também ao nível do jogo (Garganta, 1997).

A análise centrada no jogador realiza-se quando o objetivo é caracterizar a participação de um elemento da equipa, usando as diversas categorias para definir perfis. Esta análise, importante para concretizar estudos de caso, pode também ser útil quando se pretende comparar o nível de participação de um determinado jogador com outros com outro tipo de intervenção tática ou até mesmo similar.

A análise centrada em ações ofensivas ou defensivas quantifica a ocorrência de comportamentos que potenciam a concretização de situações de finalização (obtenção de cestos), nomeadamente o número de lançamentos, ações de drible ou de passe.

Por fim a análise centrada no jogo permite concretizar que comportamentos são mais frequentes por parte dos participantes em campo, mas desta feita numa abordagem coletiva, permitindo a identificação de padrões de jogo (Garganta, 1997).

Análise Sequencial

Ao se efetuar a análise sequencial de um jogo é fundamental que seja possível detetar o que possa definir como ideia de jogo, definida por “princípios” ou padrões de comportamento representativos dos diferentes momentos/fases do jogo e que dão identidade à equipa que os executa. A observação sistemática permite por a nu comportamentos quer coletivos quer individuais, mediante a identificação de sequenciais ou regularidades e modificações que vão acontecendo ao longo do jogo. Adicionalmente permite aferir a eficácia e eficiência ofensiva e defensiva, absoluta e relativa (Garganta, 1998).

A análise sequencial surge como forma de ordenação de condutas no tempo, sendo utilizada em muitas situações para referir condutas ou comportamentos (eventos) que acontecem no decorrer da ação do jogo. Esta pode referir-se ao jogador individualmente, ao coletivo, mas também à relação entre jogadores e a equipa adversária.

A análise sequencial procura assim evidenciar as relações, associações ou dependências sequenciais entre as condutas. Consiste em observar como se modificam as probabilidades dos comportamentos em função de outros que acontecem previamente. Tem como fim a comprovação da estabilidade na sucessão de sequências (Anguera, 1992).

A análise sequencial toma duas abordagens, a modelização e a descrição. Na segunda o investigador à falta de um modelo para as condutas que observa, procura descobrir as regularidades

por via indutiva (Anguera, et al., 2000). A abordagem descritiva tem como técnica de retardos ou de transições a mais ajustada, já que “facilita a identificação direta e exata de padrões de ocorrência entre condutas, uma aproximação a ela, permitindo a obtenção de medidas de contingência entre condutas afastadas na ordem (eventos sequenciais) ou no tempo (duração). Adicionalmente permite a obtenção de medidas diretas de ciclicidade para uma única conduta (auto contingencial) ou relações de fase entre várias (contingência cruzada). A partir da escolha de uma determinada Conduta Critério (CC) a partir da qual é determinada o número e o tempo em que determinada Conduta Objeto (CO) segue a anterior no lugar de ordem seguinte, o qual supõe o primeiro retardo, até se determinar o retardo máximo (“*max lag*”) que indica o final do padrão de conduta (Anguera, et al., 2000).

Relativamente às transições entre retardos estas podem acontecer em dois sentidos:

- Retrospectivo: analisando retardos negativos, ou seja as condutas até à conduta critério (-3, -2, -1);
- Prospetivo: analisando retardos positivos, condutas a partir da conduta critério (1, 2, 3...);

De forma a definir o retardo máximo do padrão de conduta, devem ser seguidas algumas regras:

1. Um padrão conduta termina de forma natural quando não há mais retardos excitatórios;
2. Um padrão de conduta em que há dois retardos consecutivos vazios (ausência de condutas excitatórias);
3. Num padrão de conduta há dois retardos consecutivos com várias condutas excitatórias, o primeiro passa a denominar-se “*max lag*” e c considera-se o último retardo interpretativo do padrão de conduta (Anguera, et al., 2000);

Método de jogo

Este termo refere-se à forma como se organizam as ações dos jogadores. Quando se fala em método de jogo ofensivo, reporta-se ao momento/fase do ataque. Estas ações são realizadas encontram-se sustentadas por conjunto de princípios implícitos no modelo de jogo da equipa, garantido a racionalização do processo, desde a recuperação da bola até à progressão/finalização e/ou manutenção da posse de bola (Garganta, 1997).

No que diz respeito ao desenvolvimento de situações de ataque, depois de recuperar a posse de bola, a equipa pode desenvolver uma situação de contra-ataque, de ataque rápido ou de ataque de posição. No presente estudo, o método de jogo será dividido em contra ataque e ataque de posição.

O contra ataque é uma subfase do ataque, na qual a equipa que tem a posse da bola procura surpreender a defesa contrária, que nesse instante se encontra desorganizada e obter vantagem

numérica (Teodorescu, 1984). Esta subfase caracteriza-se por uma grande velocidade de passe e dos deslocamentos dos jogadores, ainda por reduzido número de passes e ainda superioridade numérica.

O ataque de posição caracteriza-se por uma organização mais pensada, demorada das ações dos jogadores, inseridos numa determinada estrutura. Todos os jogadores estão colocados no meio campo ofensivo e nas posições estabelecidas pelo sistema ofensivo (Teodorescu, 1984).

Araújo, Gonçalves e Olímpio (Fernandes, 2002), definem que no processo ofensivo, o jogador deverá ser capaz de reagir rapidamente com a intenção de recuperar a posse de bola, da antecipação ao adversário. Agressividade e interajuda (obter ressaltos, agressividade no contra-ataque). No ataque a ação coletiva deve surgir da contribuição individual, devendo ser cuidado na forma como se movimenta. Mais ainda, os jogadores deverão ser capazes de captar a informação e interpretá-la, sabendo quando e como fazer, desenvolvendo capacidade de resposta individual, coletiva e o mais diversificada possível. As soluções ofensivas não deverão ser rígidas, mas sustentadas em responsabilidade, espontaneidade e criatividade individual e coletiva, respeitando de forma imperiosa os princípios básicos do jogo.

Jogar por conceitos permite conciliar os requisitos do jogo com a criatividade e liberdade nas situações de jogo ofensivas dependendo da ação e do momento em que acontecem (Pruden, 1987).

A ação de jogo deverá ser fluída, conciliando velocidade de execução, alternâncias de ritmo e em função do defensor. O aumento da velocidade de execução individual permitirá antecipar as situações de jogo, devendo o jogo ser jogado rápido, mas sem pressas. Os jogadores deverão procurar o máximo sucesso possível em cada ação, sem por em causa a ação seguinte, num equilíbrio entre ações individuais e coletivas.

Os jogadores deverão ser ofensivos, fazendo a bola penetrar (por drible ou por passe). Devem desmarcar-se e criar linhas de passe (com ou sem drible), mudar o lado da bola, procurando criar dificuldades aos defensores nas suas costas.

Vários investigadores e estudos realizados em diferentes contextos desportivos (alto rendimento e formação), tanto em desportos coletivos como individuais, procuraram demonstrar a necessidade de uma nova abordagem na análise desportiva e do comportamento desportivo, tendo por base padrões de comportamento. Através de instrumentos observação foi possível codificar condutas (observadas nos referidos contextos) e de acordo com os procedimentos da metodologia observacional foi possível determinar padrões de comportamento. No Basquetebol de alto rendimento foi possível verificar diferenças de padrões entre jogos ganhos e jogos perdidos. A busca de padrões de comportamento é um importante contributo para análise do desempenho desportivo. Mais ainda, os métodos de registo de frequência não permitem identificar a temporalidade de padrões, limitando a qualidade de informação para o treinador. Por fim, os treinadores deverão ser capazes de perceber a relação entre eventos e através desta gerar conhecimento para o processo de treino.

5.1.2 – Outros estudos realizados

De forma a complementar o enquadramento teórico realizado e os conceitos anteriormente definidos, seguem-se alguns estudos realizados no basquetebol em diferentes escalões e relacionados com a análise sequencial e método de jogo. Finalmente algumas considerações sobre a seleção de lançamento.

Análise Sequencial no Basquetebol

Foram efetuados até ao momento alguns estudos (Ajamil, Santos, Idiakez, Anguera, & Echeverría, 2014; Lapresa, Anguera, Alsasua, Arana, & Garzón, 2013) de análise sequencial no basquetebol quer na formação como no alto rendimento (Camerino, et al., 2009). Mais concretamente, num estudo sobre equipas de formação (Ajamil, et al., 2014; Camerino, et al., 2009) envolvendo a equipas infantis (idade: 13,77 e altura: 1,84 metros), teve como objetivo analisar a construção de sequências ofensivas que terminaram com lançamento. Recorrendo ao SOBL-2 foi possível determinar um desequilíbrio entre as zonas de finalização (área restritiva 84,4% e zona exterior à linha de três pontos 11,9%). Verificou-se ainda que a percentagem de finalizações concretizadas foi de 21% na zona exterior por oposição à eficácia de jogadores de elite (36%) e até júnior (27,95%).

Ainda no mesmo estudo verificou-se que, em categorias de formação há uma maior dificuldade na tomada de decisão quanto ao lançamento, sendo a sua eficácia grandemente influência pela distância (Ajamil, et al., 2014).

Neste mesmo estudo, os cestos foram obtidos através de iniciativas predominantemente tomadas pelo lado direito, zona ofensiva exterior e finalizadas pelo lado esquerdo da área restritiva. Além destes comportamentos, foram também concretizados cestos a partir do passe realizado a partir do centro, novamente na zona exterior, com receção pelo lado direito na zona exterior. Estas ações terminaram em oportunidades de 1x1 com finalização na zona de dois pontos, excluindo a área restritiva (Ajamil, et al., 2014).

Num estudo com atletas de alto rendimento, com o objetivo de analisar a eficácia e construção de movimentos ofensivos, recorrendo ao SOBL-2 e contemplando as categorias “*Lateralidade*”, “*Zona*”, “*Ação*”, “*Finalização*”, “*Local no Campo*”, “*Início da jogada*”, “*Método de jogo ofensivo*” verificou-se o equilíbrio entre zonas de finalização (zona exterior à linha de três pontos e área restritiva) (Camerino, et al., 2009). Neste mesmo estudo, o comportamento mais observado foi a ação “P1 – Penúltimo Passe”, acontecendo este evento na zona exterior direita e estando associado a situações de extrapasse. A ação “R1 – Penúltima Receção”, verificou-se com mais frequência no lado direito e esquerdo pela linha final, já a ação “P2 – Penúltimo Passe” foi mais frequente na zona exterior à linha de três pontos pelo lado direito e pelo lado esquerdo pela linha final. Tais resultados demonstram a capacidade de equipas de elite para inverter o lado da bola, para depois fazer a bola

aproximar-se do cesto (quer por passe, quer por drible). Por fim a ação “R2 – Última Recepção” foi mais frequente na área exterior à linha de três pontos. Quanto à lateralidade verificou-se um equilíbrio na utilização dos corredores para a criação de situações de finalização, sendo na área restritiva a zona onde as equipas de elite têm maior percentagem de acerto (Camerino, et al., 2009).

Ainda neste mesmo estudo (Camerino, et al., 2009) os resultados da análise sequencial, recorrendo ao “software” *SDIS-GSQ*, evidenciar que as ações no meio campo ofensivo tiveram maior relação com o lado direito, ações de último passe, na zona de dois pontos pelo lado direito e ainda com ações de penúltima recepção, realizadas pelo lado direito pela linha final e na área restritiva. Assim, em equipas de elite as situações de construção de ações de finalização são realizadas a partir de situações de 5x5. As ações de último passe, apresentaram maior relação com o lado direito pela linha final e corredor central, quer na área restritiva, quer na área de dois pontos (excluindo a área restritiva), isto no retardo 0 (o que indica o momento de concretização da ação de finalização). No retardo -1, momento prévio à finalização, a ação de último passe teve maior relação com o lado direito pela linha final, em áreas próximas do cesto. Assim, no basquetebol de elite as ações perto do cesto sucedem-se, dando ideia que a equipa privilegiou também a criação de situações de finalização perto do cesto (Camerino, et al., 2009).

Método de jogo ofensivo

Num estudo realizado em Espanha (Fernández, Camerino, & Anguera, 2008), observou-se 30 jogos de basquetebol envolvendo jogadores semiprofissionais, com o objetivo de detetar padrões e sequências de comportamento que possibilitem ao treinador a compreensão da efetividade dos movimentos ofensivos. Foram analisados padrões e sequências de movimentos relativos à criação de situações de finalização (duas ações prévias ao lançamento). Os investigadores procederam à aplicação do instrumento *SOBL-1*, composto por 26 áreas que permite recolher o local dos últimos dois passes e das duas últimas receções durante a ação de jogo. Esse mesmo estudo seguiu um desenho observacional nomotético, multidimensional de seguimento, tendo os dados sido codificados mediante a utilização do “Software” *Match Vision Studio* e dos “Softwares” *SDIS-GSEQ* para a análise sequencial e robustez do instrumento e *THÉME* para a deteção de comportamentos. Os resultados evidenciaram que as equipas vencedoras fazem um uso equilibrado do espaço de jogo, procurando finalizar perto e longe do cesto. Os últimos passes foram mais frequentemente recebidos na linha final do lado direito, levando posteriormente a situações de um contra um e finalização no centro da área restritiva. Além disso, verificou-se uma movimentação da bola pelo perímetro e por zonas perto do cesto diminui a eficácia ofensiva (situações de lançamento com a defesa bem posicionada). As situações de contra-ataque são melhor sucedidas quando o último passe é recebido e finalizado dentro da área restritiva na zona central do campo. Concluiu-se que é possível determinar padrões de comportamento na criação de situações de finalização e usá-las para melhorar o processo de treino (Fernández, et al., 2008).

No contexto de formação, ainda em Espanha, um estudo de caso (Lapresa, et al., 2013) realizado envolvendo jogadores sub13 e sub14 masculinos, participantes na Mini Copa 2012, teve como objetivo detetar padrões temporais e sequenciais, onde foram avaliadas a lateralidade, zona, ação, finalização e início da jogada. Recorreu-se à metodologia observacional, concebendo-se um desenho observacional pontual (três jogos da mesma equipa), ideográfico (a equipa funcionou como unidade) e multidimensional (combinação de formatos de campo e sistemas de categorias com cinco dimensões critério). O observador teve um nível de participação não participante, através de observação direta de um registo vídeo. Foram utilizados os “softwares” Match Vision Studio – versão 3 – o “software” THEME, e validados os dados sob um nível de significância $p < 0,05$. Os resultados obtidos segundo esta metodologia constituem informação relevante para o processo de treino. Verificaram-se semelhanças de comportamento (criação e concretização de situações de finalização) com o alto rendimento, com destaque para lançamentos efetuados pelo lado esquerdo e em zonas próximas do cesto. Não foram detetados padrões de comportamento em zonas distantes do cesto, o que vai de acordo com a relação inversa entre distância e efetividade do lançamento, nomeadamente em escalões de formação. A receção imediatamente antes ao lançamento bem-sucedido foi mais frequente do lado esquerdo da área restritiva e linha final, coincidindo com o lado da finalização.

Novamente em Espanha (Ortega, Cárdenas, Sainz de Baranda, & Palao, 2006) num estudo envolvendo 184 jogadores, 16 equipas em 24 jogos das finais do Campeonato de sub-16 Masculinos da Andaluzia (idade média: 15,6 anos e desvio padrão: 0,2 anos), teve como objetivo determinar diferenças em ações de finalização e de participação técnica e tática entre equipas vencedoras e vencidas, posse de bola e tipo de fase de ataque. Foram tidas como variáveis o resultado do jogo (vitória, derrota) em função do tipo de posse bola e padrão de jogo. Dois grupos de três observadores (um analisou os eventos de finalização por cada posse de bola, outro observou o tempo de posse de bola e o padrão da movimentação). Os resultados evidenciaram que as equipas vencedoras têm maior percentagem de cestos de campo de 2 pontos concretizados, lances livres concretizados, utilização do drible com oposição, tempo de movimento, tempo de drible, utilização de bloqueios, contra-ataques e ações com 2 ou mais jogadores. As equipas vencedoras usam menos drible de forma geral e menos drible de deslocamento, no particular e equilibram contra-ataques com fases longas de ataque.

Seleção de lançamento

“Uma equipa deverá lançar apenas quando a qualidade da oportunidade que dispõe naquele momento é maior que o valor esperado de reter a posse de bola e de ter mais uma oportunidade de lançamento” (Skinner, 2011, p.2).

Um estudo (Lorenzo, Gómez, Ortega, Ibáñez, & Sampaio, 2010) envolvendo equipas de formação, com o objetivo de determinar diferenças entre ações técnicas e táticas de finalização entre equipas vencedoras e perdedoras, determinou-se que as equipas que ganham apresentam valores

mais elevados nos cestos de 2 pontos concretizados, lances livres concretizados e drible com oposição. Além destes indicadores, as equipas vencedoras são aquelas que apresentam mais tempo de movimento, tempo de drible, utilizam mais bloqueios, mais contra-ataques, fases de ataque com 1-5 segundos, fases de ataque em que participam 2 jogadores e fases de ataque em que 5 jogadores participam. De forma geral são equipas que têm padrões de jogo que se caracterizam por pouca utilização de drible (em geral) e pouco drible de deslocamento (em particular) (Lorenzo, et al., 2010).

5.1.3 – Fundamentação científica

A metodologia observacional permite ao observador apropriar conhecimento sobre um contexto complexo, dotado de variabilidade e a aleatoriedade, onde duas equipas em campo buscam alcançar os mesmos objetivos, disputando a bola. No Basquetebol, a ação dos jogadores em ataque é ainda influenciada pelas regras relativas ao tempo de ataque e as formas de pontuar em função da distância ao cesto.

Ao longo da intervenção na entidade Rio Maior Basket, junto da equipa de sub-18 masculinos analisou-se a capacidade da equipa para criar situações de finalização, seguindo os constrangimentos criados pelas normas e regras do jogo e ainda pela ação do adversário.

Sendo a função do treinador ajudar os seus jogadores a evoluir, as ações de análise da equipa em jogo devem fazer das atividades a desenvolver. Esta é fundamental para caracterizar o estado momentâneo da equipa e ainda para criar pontos de partida para o planeamento a efetuar de seguida. Assim a análise seguiu um conjunto de critérios essenciais para a concretização do objetivo do estudo e desta forma ajudar à melhoria da equipa no que diz respeito à criação de situações de finalização.

5.2 – Metodologia e Procedimentos

5.2.1 – Problema

Muitos estudos são concretizados, nomeadamente em contextos de alto rendimento (Camerino, et al., 2009; Farias, 2008; Gudberg et al., 2010). Estes devem ser apreciados como orientadores do processo de formação, já que é o alto rendimento que expõe a nu as tendências a curto e a longo prazo, tanto a nível técnico, como tático, quer defensivo quer ofensivo. No entanto, nos escalões de formação, deve ser também aferida se estes acompanham ou não o sentido das tendências que o alto rendimento parece indicar. Ou seja, se estamos ou não a progredir no sentido em que o jogo a nível mundial está a avançar, tanto ao nível da intervenção dos treinadores sobre os jogadores, como ao nível do ensino aprendizagem da técnica e tática e de que forma essas ações se traduzem em campo, nomeadamente em situações de ataque.

Como tal, a questão que deu sentido ao presente estudo foi:

- Quais os padrões de conduta de criação de situações de finalização ofensiva são mais eficazes no jogo de Basquetebol no escalão de sub-18 masculinos?

Perante a questão levantada e como se pretende apenas reportar apenas a uma parte da complexa e dinâmica da realidade, onde se insere o jogo de Basquetebol, os objetivos a definir são:

1. Identificar seqüências de conduta no sistema ofensivo, nomeadamente em relação a criação de situações de finalização que com maior probabilidade, induzem a eficácia da fase ofensiva;
2. Perceber quais as condutas comportamentais ou regulares (ações) mais frequentemente associadas à eficácia ofensiva durante um jogo de Basquetebol no escalão sub-18 masculino;

Desta forma, ao longo das semanas de competição e na condição de observador participante, foram observados indiretamente os jogos e feita a análise dos mesmos. De semana para semana, foram recolhidos os dados e os mesmos analisados junto dos jogadores através dos vídeos anteriormente categorizados, sob a forma das variáveis analisadas.

5.2.2 – Design

Quanto ao seu desenho, o presente estudo tem o carácter nomotético (vários jogos), de seguimento (Anguera, et al., 2000) (dois jogos por cada par de equipas ao longo de uma prova, de um jogo gravado e observado à *posteriori*, após este acontecer), e multidimensional (as dimensões correspondem aos critérios definidos no instrumento de observação) (Camerino, et al., 2009).

Tabela 3: Desenho Observacional do Estudo

N _E	O1	O2	O3	O4	O5	O6	O7	O8
----------------	----	----	----	----	----	----	----	----

5.2.3 – Variáveis estudadas e formas de avaliação das variáveis

O presente estudo, apresenta um desenho observacional com o qual se pretende observar a realidade de forma sistemática, mediante categorias que serão traduzidos em dados quantitativos. A estes dados foram conferidos um nível de fidelidade e validade no sentido de poder prever o comportamento de um jogador em situação de competição. O valor obtido para o índice de *kappa* foi de 0,973 para um nível de significância inferior a 0,05.

Tabela 4: Valores do Índice de Kappa.

Valores do Índice de Kappa	
Período de Jogo	1.0
Lateralidade	0.912
Zona	0.910
Ação	0.993
Finalização	1.0
Seleção de Lançamento	0.959
Local no Campo	0.977
Início da Jogada	1.0
Tipo de Ataque	1.0
Número de jogador	0.975
Média	0.973

5.2.4 – Participantes

Fez parte do estudo a equipa de sub-18 do Rio Maior Basket que participou na época 2014/2015 no Campeonato Distrital de Sub-18 Masculinos da Associação de Basquetebol de Santarém. Os protocolos utilizados seguiram os conceitos da Metodologia Observacional de Anguera. Para realizar as recolhas em contexto natural, foi utilizada uma câmara de filmar, um tripé, sendo esta colocada sempre que possível no local mais favorável à qualidade da gravação.

5.2.5 – Instrumento

O instrumento de análise teve por base o sistema de observação concebido por Camerino (Camerino, et al., 2009) e se encontra referido na tabela abaixo, com os seguintes critérios fixos e variáveis.

Tabela 5: Critério Fixo Local.

Critério Fixo Local: Corresponde ao lugar onde está a ser realizada a partida e dependendo da localidade em que joga a equipa observada. É composto por três subcategorias.		
Catálogo	Código	Descrição
Casa		O jogo realiza-se no pavilhão da equipa observada;
Fora		O jogo realiza-se no pavilhão da equipa adversária;
Neutro		Neutro: O jogo realiza-se em pavilhão neutro à equipa observada e da equipa adversária

Tabela 6: Critério Fixo Sistema de Competição.

Critério Fixo Sistema de Competição: O sistema de disputa corresponde como a competição está a ser disputada. É composto por três subcategorias.		
Catálogo	Código	Descrição
Todos Contra Todos		As equipas jogam todas contra todas em sistema de casa e fora;
Grupos Todos contra Todos		Num sistema de disputa em grupos, as equipas jogam todas contra todas em sistema de casa e fora;
Eliminatórias		As equipas defrontam-se num sistema de disputa a eliminar;

Tabela 7: Critério Fixo Fase de Competição.

Critério Fixo Fase de Competição: Corresponde ao momento em que a competição está a ser disputada. É composto por quatro subcategorias.		
Catálogo	Código	Descrição
Regular		Fase em que as equipas procuram através da sua classificação apurar-se para uma fase posterior;
Play-off		Fase que pode acontecer na fase final ou regular em que as equipas se defrontam à melhor de 3/5/7 jogos;
Semi-Final		Fase em que as equipas procuram através da sua classificação apurar-se para a final;
Final		Fase final da competição;

Análise sequencial de criação de situações de finalização no Basquetebol

Tabela 8: Critério Variável Período de Jogo.

Critério Variável Período de Jogo: O período corresponde a uma parte regulamentar em que se encontra o jogo no momento da observação. É composto por cinco categorias.		
Catálogo	Código	Descrição
1º Período	1P	Corresponde ao primeiro período de 10 minutos que compõe o jogo;
2º Período	2P	Corresponde ao segundo período de 10 minutos que compõe o jogo;
3º Período	3P	Corresponde ao terceiro período de 10 minutos que compõe o jogo;
4º Período	4P	Corresponde ao quarto período de 10 minutos que compõe o jogo;
Prolongamento	Prol	Corresponde ao período extra de 5 minutos caso no final do tempo regulamentar se verifique igualdade pontual;

Tabela 9: Critério Variável Lateralidade.

Critério Variável Lateralidade: Lateralidade da jogada ou movimento de ataque. Esta categoria divide o campo em cinco zonas.		
Catálogo	Código	Campograma
Lado Direito	Ld	
Lado Direito Linha Final	Ldlf	
Zona Central	C	
Lado Esquerdo	Le	
Lado Esquerdo Linha Final	Lelf	

Tabela 10: Critério Variável Zona

Critério Variável Zona: Determinada pelas zonas do campo de basquetebol. Seguindo as regras do Basquetebol, existem três zonas.		
Catálogo	Código	Descrição
Fora da Linha de 3 Pontos	E	Todos os lançamentos concretizados valem três pontos;
Entre a Linha de 3 Pontos e a Área Restritiva	Z	Não se aplica a regra dos três segundos e todos os pontos obtidos valem dois pontos;
Área Restritiva	P	Zona de aplicação da regra dos três segundos e todos os pontos obtidos dentro desta valem dois pontos;
Reposição da Bola em Campo	Bf	A equipa observada repôs a bola em campo;

Análise sequencial de criação de situações de finalização no Basquetebol

Tabela 11: Critério Variável Ação

Critério Variável Ação: Descrição das diferentes ações que foram registadas durante a criação de oportunidades para marcar cesto.		
Catálogo	Código	Descrição
Roubo de bola	Rb	A equipa observada roubou a bola;
Recuperação da Bola	Rec	A equipa observada recuperou a posse de bola;
Ressalto Ofensivo	Ro	A equipa observada obteve um ressalto ofensivo;
Ressalto Defensivo	Rd	A equipa observada obteve um ressalto defensivo;
Penúltimo Passe	P1	Passe anterior ao último realizado observado quando a equipa tenta marcar o lançamento;
Penúltima Recepção	R1	A receção depois de P1;
Último Passe	P2	O último passe antes da equipa observada realizar o lançamento;
Última Recepção	R2	A última receção antes da equipa observada realizar o lançamento;
Finalização	Fn	A equipa observada lançou ao cesto;

Tabela 12: Critério Variável Finalização.

Critério Variável Finalização: Corresponde às diferentes ocorrências após um jogador concretizar a ação técnica de lançar a bola ou de lançamento na passada.		
Catálogo	Código	Descrição
Laçamento Convertido	En	O jogador lançou a bola e marcou;
Laçamento não Convertido	Er	O jogador lançou a bola e falhou;
Falta Cometida	Fc	O jogador no ato de lançamento cometeu falta atacante;
Falta Sofrida	Fr	O jogador no ato de lançamento sofreu falta;
Cesto e Falta	A1	O jogador no ato de lançamento marcou e sofreu falta;

Tabela 13: Critério Variável Seleção de Lançamento.

Critério Variável Seleção de Lançamento: Corresponde à forma como a equipa trabalha no movimento atacante tendo em vista a obtenção de um momento para um qualquer jogador concretizar um lançamento. Subdivide-se em duas subcategorias.		
Catálogo	Código	Descrição
Lançamento Desarmado	Tp	Durante o ato de lançamento o defensor consegue desarmar o lançamento;
Perda de Bola	To	O jogador da equipa observada perde a posse de bola;
Lançamento Aberto	Os	O jogador que lança está sozinho ou numa posição em que o defensor mais próximo não o consegue impedir de concretizar o lançamento;
Lançamento Pressionado	Ps	O jogador lançador encontra-se pressionado pela proximidade do defensor (inferior a um braço) no momento em que concretiza o lançamento;

Tabela 14: Critério Variável Local no Campo.

Critério Variável Local no Campo: Designação usada para distinguir entre meio campo ofensivo e meio campo defensivo.		
Catálogo	Código	Descrição
Meio Campo Ofensivo	Mco	A ação observada aconteceu no meio campo ofensivo;
Meio Campo Defensivo	Mcdef	A ação observada aconteceu no meio campo defensivo;

Tabela 15: Critério Variável Início da Jogada.

Critério Variável Início da Jogada: Ponto de partida de qualquer jogada de finalização criada pela equipa observada.		
Catálogo	Código	Descrição
Reposição da Bola em Campo a Partir da Linha Lateral	Rbll	A equipa observada começa a ação de ataque a partir da reposição da bola em campo pela linha lateral;
Reposição da Bola em Campo a Partir da Linha Final	Rblf	A equipa observada começa a ação de ataque a partir da reposição da bola em campo pela linha final;
Lance-Livre	LI	A equipa observada começa a ação de ataque a partir de uma situação de lance livre ofensiva;
Bola Viva	Bv	A equipa observada começa a ação de ataque a partir de uma situação bola dividida;

Tabela 16: Critério Variável Método de Jogo Ofensivo.

Critério Variável Método de Jogo Ofensivo: Tipo de ataque em função do número de jogadores, quantidade de passe e posicionamento e número de defensores adversários.		
Catálogo	Código	Descrição
Estático (5x5 em meio campo)	Est	A ação observada acontece durante uma ação de 5x5 em meio campo com a defesa posicionada;
Contra-ataque	Ca	A ação observada acontece durante uma ação de superioridade numérica favorável ao ataque, 1 a 2 passes, com a defesa desposicionada envolvendo no máximo 3 jogadores atacantes;

Tabela 17: Critério Variável Resultado.

Critério Variável Resultado: Corresponde ao resultado da partida no momento de registo da ação ofensiva. É composto por três subcategorias.		
Catálogo	Código	Descrição
A Ganhar	Gh	No momento em que equipa realiza a ação observada encontra-se a ganhar;
A Perder	Prd	No momento em que equipa realiza a ação observada encontra-se a perder;
Empatadas	Emp	No momento em que equipa realiza a ação observada encontra-se empatada;

Tabela 18: Critério Variável Número de jogador.

Critério Variável Número de jogador: Corresponde ao número do jogador da equipa observada que realiza a ação;		
Catálogo	Código	Descrição
Número 7	#7	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 7;
Número 8	#8	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 8;
Número 9	#9	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 9;
Número 10	#10	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 10;
Número 11	#11	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 11;
Número 12	#12	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 12;
Número 13	#13	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 13;
Número 14	#14	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 14;
Número 15	#15	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 15;
Número 16	#16	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 16;
Número 19	#19	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 19;
Número 20	#20	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 20;
Número 25	#25	O jogador observado a realizar a ação foi o jogador com o número 25;
Número Oculto	#O	Não foi possível observar o número do jogador que realizou a ação;

Tabela 19: Critério Variável Pontos da Equipa Observada.

Critério Variável Pontos da Equipa Observada: Corresponde ao valor do ato de finalização realizado pela equipa observada. Esta categoria comporta os seguintes critérios.		
Catálogo	Código	Descrição
1 Ponto	1O	A equipa observada realizou uma ação de finalização de um ponto
2 Pontos	2O	A equipa observada realizou uma ação de finalização de dois pontos
3 Pontos	3O	A equipa observada realizou uma ação de finalização de três pontos.

Tabela 20: Critério Variável Pontos da Equipa Adversária.

Critério Variável Pontos da Equipa Adversária: Corresponde ao valor do ato de finalização realizado pela equipa adversária. Esta categoria comporta os seguintes critérios.		
Catálogo	Código	Descrição
1 Ponto	1A	A equipa adversária realizou uma ação de finalização de um ponto
2 Pontos	2A	A equipa adversária realizou uma ação de finalização de dois pontos
3 Pontos	3A	A equipa adversária realizou uma ação de finalização de três pontos.

5.2.6 – Procedimentos

O presente estudo levou à necessidade de observar e registar condutas de comportamento. O “*Software*” de recolha da informação foi o Lince 1.2.1, este permitiu definir os critérios ou dimensões, codificar, registar e analisar as situações que aconteceram em jogo, no qual os comportamentos dos jogadores é espontâneo. Este “*software*”, juntamente com “*VLC Media Player*” possibilitou ler os ficheiros de vídeo recolhidos.

Mais especificamente o “*Software*” o Lince 1.2.1. permite definir os critérios (fixos, mistos e variáveis), sendo possível também realizar uma descrição dos mesmos. Além disso, permite adicionar categorias e subcategorias aos critérios. Enquanto o evento é observado, é possível selecionar as categorias que o descrevem, para posteriormente, através numa visualização seletiva observar a compilação de todos os momentos que o observador enquadrou na categoria pretendida.

Além das capacidades anteriormente referidas, através do Lince 1.2.1, foi possível exportar os dados, para ficheiros compatíveis com o SDIS-GSEQ (Bakerman & Quera, 1995) (Evento, Estado, Evento com tempo, Intervalo e Multievento, SAS e Excel) e posteriormente tratar os dados e realizar a análise sequencial (retardos). Através do SDIS-GSEQ foi aferir a probabilidade de existência de relações de associações significativas entre as diferentes categorias do instrumento de observação. Somente os valores superiores a 1,96 serão tidos em conta, indicando que os critérios concorrem numa relação e que o instrumento realmente é robusto.

Adicionalmente, com “*Software*” Lince 1.2.1. foi possível determinar o índice *Kappa de Cohen*. A determinação deste índice permitiu validar a observação, nomeadamente o nível de concordância intra-observador (Camerino, et al., 2009; Farias, 2008) verificando-se a validade dos dados recolhidos pelo investigador.

Relativamente ao estudo, numa primeira fase foi observado apenas um jogo de preparação com o objetivo de conceber as adaptações necessárias no instrumento, visto que este resulta da adaptação de outros dois, anteriormente mencionados. Além disso, este procedimento serviu também para obter familiaridade com o “*Software*”, realizar duas recolhas, possibilitando aferir a validade da observação intra-observador.

Após realizadas as recolhas vídeo e introduzidos os dados mediante registo através do “*Software*” Lince 1.2.1, foi realizada a caracterização dos participantes (idade, anos de experiência), tendo em conta as medidas de tendência central e dispersão e distribuição de frequências. Além disso, foram ainda caracterizadas as variáveis relativas à idade, anos de experiência na prática da modalidade.

Já com os dados introduzidos no “*Software*” Lince 1.2.1. foram selecionados os critérios, “Zona”, “Lateralidade”, “Ação”, “Local no Campo”, “Finalização”, “Método de Jogo Ofensivo” e “Início da jogada” (Camerino, et al., 2009). Posteriormente e de modo a realizar a análise sequencial entre as referidas categorias, o ficheiro de registo foi exportado sob o formato exigido pelo “*Software*” SDIS-GSEQ, mediante a opção Multievento. A partir deste ficheiro e recorrendo às potencialidades do “*Software*” SDIS-GSEQ foram analisadas as sequências de movimento atacante de criação de situações de finalização.

Por fim, foi também realizada a análise descritiva do número de eventos registados de forma a permitir uma visão mais concreta em quantidade, do número de eventos registados da observação. Os critérios analisados foram a Finalização, Penúltimo Passe, Penúltima Recepção, Último Passe, Última Recepção, Percentagem de Concretização e Percentagem de Concretização de Lançamentos Abertos. Em cada um dos critérios foi ainda determinado o jogador que mais vezes foi identificado a realizar a ação.

Contatos desenvolvidos

Por se tratar de um estudo que envolve entidades oficiais, houve primeiramente a necessidade de esclarecer os interessados sobre a pertinência do mesmo e dos benefícios que poderiam resultar. Estabeleceu-se o contato com a Entidade de Estágio/Coordenadores Técnicos e ainda com os Encarregados de Educação com o intuito de expor os objetivos e procedimentos que viriam a ser adotados no estudo, por forma garantir a sua colaboração voluntária. Desta forma foi entregue um pedido de consentimento aos Encarregados de Educação para a participação na investigação. Mesmo após a aprovação dos Encarregados de Educação, os praticantes tiveram a

total liberdade para recusar a submeter-se à participação no estudo, sendo ainda informados que a qualquer momento e sem constrangimento poderiam abandonar o estudo.

Além disso, todos os intervenientes foram alertados para todas as especificidades do estudo e para a possibilidade de serem removidos do estudo por razões científicas relacionadas com o tratamento estatístico. Foi ainda explicado que as recolhas vídeo seriam realizadas durante as sessões de competição.

Em todo o processo foram tomadas todas as precauções no intuito de garantir máxima privacidade e os resultados obtidos seriam apresentados mantendo o anonimato quer das instituições quer dos envolvidos.

5.3 – Resultados

Do ponto de vista de resultados, considera-se que esta foi uma época negativa, já que a equipa nos jogos disputados não foi capaz de registar nenhuma vitória. No entanto, é importante referir que a equipa de Sub-18 Masculinos do Rio Maior foi composta por jogadores de primeiro ano de escalão, jogadores ainda em idade do escalão de Sub-16 Masculinos, contando apenas com dois jogadores de último ano de escalão.

Tabela 21: Calendário Fase Regular

Fase	Jornada	Dia	Local	Hora	Adversário	Resultado
Fase Regular	Jornada 1	11-10	Chamusca (F)	18:00	Chamusca BC	34-80
	Jornada 2	18-10	Rio Maior (C)	17:00	NST Basket	76-79
	Jornada 3	08-11	Torres Novas (F)	16:15	CDTN-OAB	32-80
	Jornada 4	14-11	Rio Maior (C)	21:00	Santarém Basket	59-70
	Jornada 5	22-11	Rio Maior (C)	18:00	Chamusca BC	30-74
	Jornada 6	06-12	Tomar (F)	18:15	NST Basket	34-60
	Jornada 7	13-12	Rio Maior (C)	18:00	CDTN-OAB	48-73
	Jornada 8	13-12	Santarém (F)	21:00	Santarém	66-62

Tabela 22: Classificação Fase Regular

Classificação								
	Equipa	J	V	E	D	P.M.	P.S.	Pontos
1	Chamusca BC	8	7	0	1	620	346	15
2	CDTN-OAB	8	7	0	1	558	365	15
3	NSTBasket	8	4	0	4	424	531	12
4	Santarém Basket	8	2	0	6	437	614	10
5	Rio Maior Basket	8	0	0	8	384	577	8

5.3.1 – Análise descritiva

No âmbito do estudo realizado, posteriormente à recolha dos dados foi possível obter os seguintes resultados relevantes. Relativamente às categorias “Zona”, “Lateralidade”, “Ação”, “Local no Campo”, “Finalização”, “Método de Jogo Ofensivo” e “Início da jogada” (Camerino, et al., 2009) obtiveram-se os seguintes resultados.

Zona

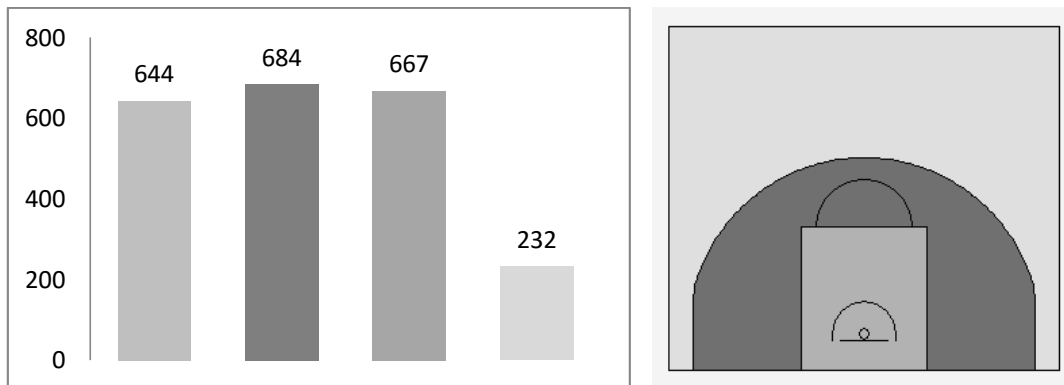


Gráfico 3: Registo de condutas por "Zona".

Os resultados obtidos relativos à “Zona” demonstram que há um equilíbrio entre as zonas do campo onde se registaram os eventos. Assim a zona exterior à linha de 3 pontos (E) registou-se 644 eventos, na zona de lançamento de 2 pontos, excluindo a área restritiva (Z) registou-se 684 eventos e 667 eventos foram registados na área restritiva (P). Estas três categorias representaram 90% dos eventos registados, os restantes 10% referem-se a ações de reposição da bola em campo.

Lateralidade

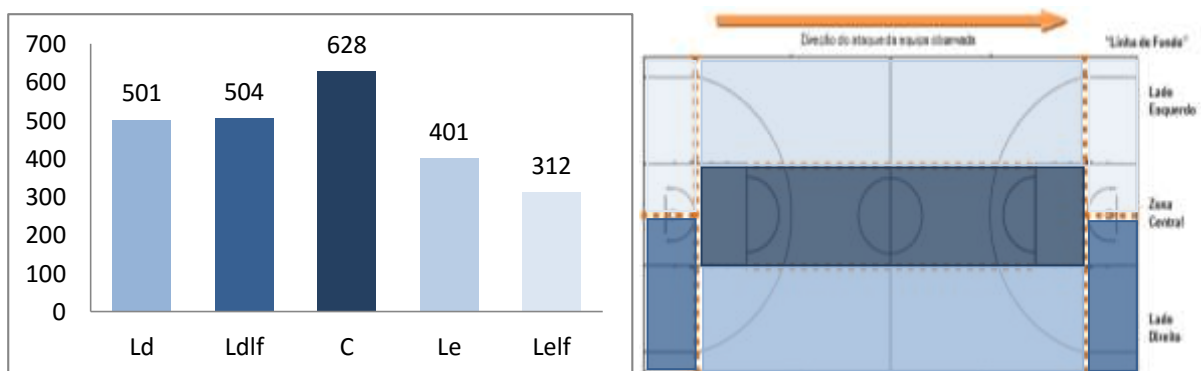


Gráfico 4: Registo de condutas por "Lateralidade".

No que à “Lateralidade” diz respeito, verifica-se que o corredor central do campo foi o que registou mais eventos (“C” = 628 / 27%), seguido do corredor lateral direito pela linha final (“Ldlf” = 504 / 21%) e ainda o corredor direito pela linha final (“Ld” = 501 / 21%). Em termos relativos cerca de 70% das ações registadas aconteceram entre o corredor central e o corredor lateral direito.

Ação

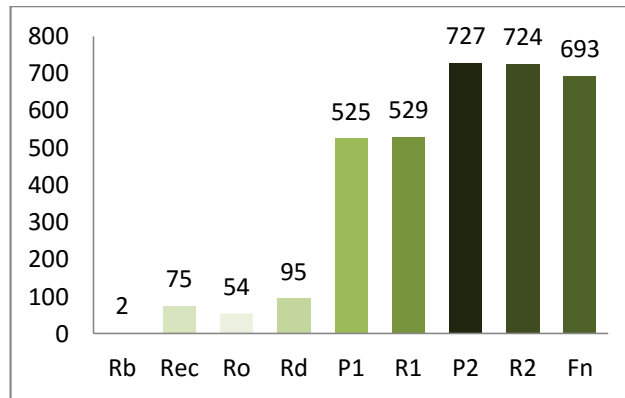


Gráfico 5: Registo de condutas "Ação".

A ação que foi mais frequentemente registada durante a observação dos jogos foi a ação “P2 - Último Passe”, seguido de “R2 - Última Recepção” com 727 e 724 eventos respetivamente. Estas duas ações representaram cerca de 42% das ações registadas.

Local do campo

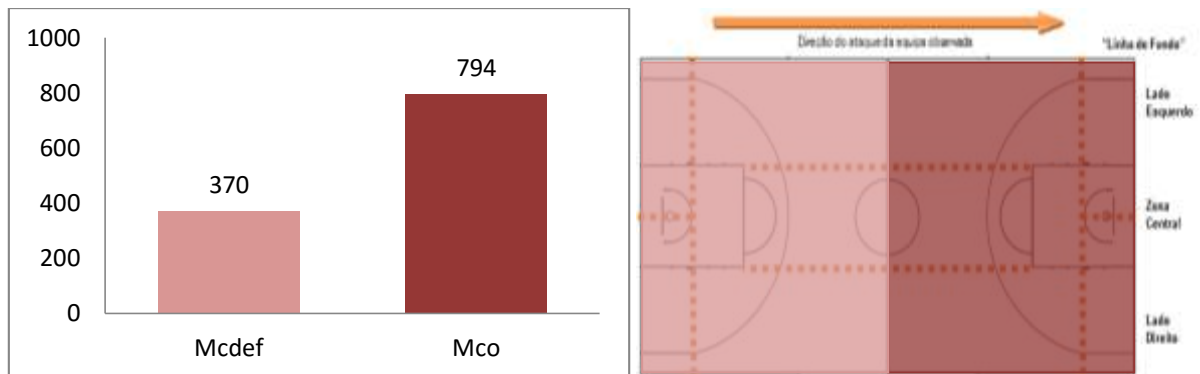


Gráfico 6: Registo de condutas por "Local do campo".

Quanto à categoria “Local do Campo”, foi no meio campo ofensivo em que se registaram cerca de 68% das ações de criação de situações de finalização, correspondendo a 794 em termos absolutos.

Finalização

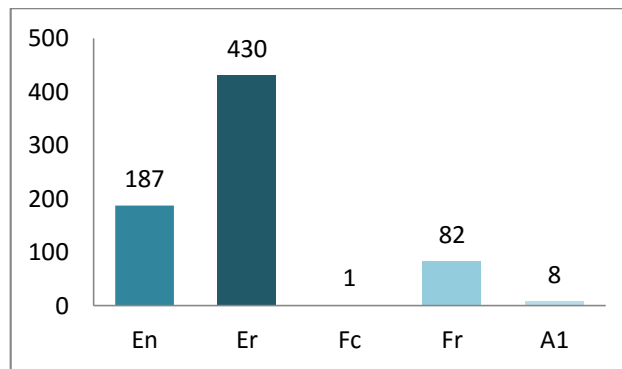


Gráfico 7: Registo de condutas "Finalização".

O critério de “Lançamento falhado” (Er) foi o evento mais registado representando cerca de 61% dos eventos da categoria “Finalização”. Já a quantidade de ações de finalização concretizadas (En) foram 187 (26%), 82 resultaram em faltas provocadas (Fr) (12%) e 8 delas em situações de cesto e falta (A1), possibilitando mais um lançamento livre, correspondendo a 1% de todas as ações de finalização.

Método de Jogo Ofensivo

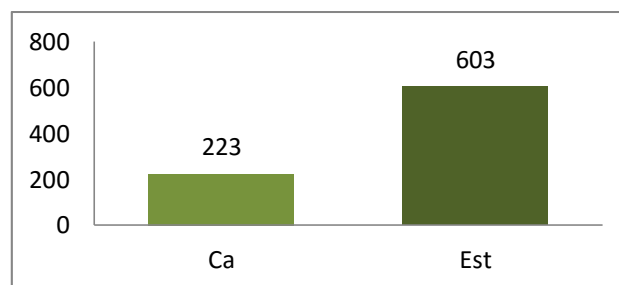


Gráfico 8: Registo de condutas por "Método de Jogo Ofensivo".

O Método de Jogo Ofensivo que permitiu criar mais situações de finalização foi o “Ataque Estático” (“Est” = 603). Assim foi em situações de cinco atacantes contra cinco defensores colocados no meio campo ofensivo, que foram criadas mais situações de finalização, representando cerca de 73%. Importa no entanto ainda fazer alguns destaques relativamente ao contra-ataque. As situações de finalização em contra-ataque aconteceram principalmente pelo lado direito, nomeadamente pela linha final (“Ldlf” = 88), seguindo o lado esquerdo pela linha final (“Lelf”=48) e corredor central com 39 registos.

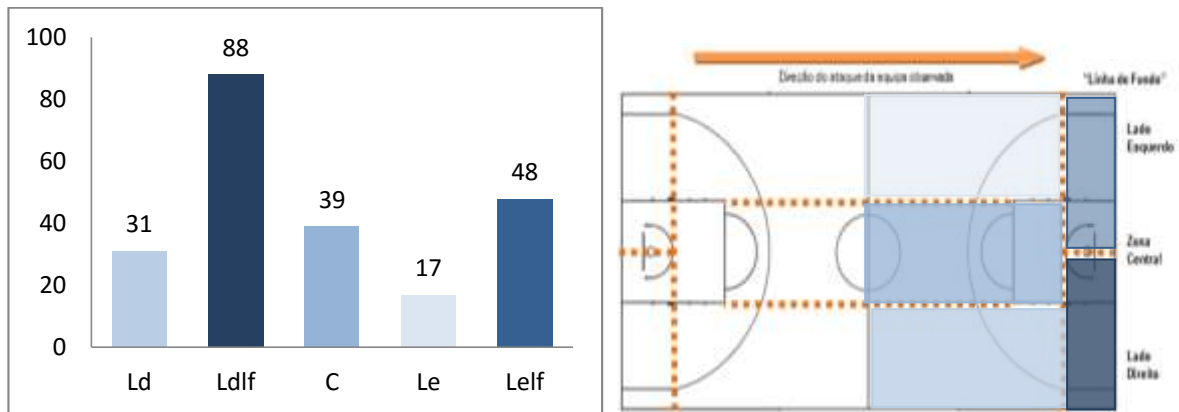


Gráfico 9: Registo de ações de Finalização em função da "Lateralidade".

Ainda relativo ao contra-ataque mas desta vez relacionado com a zona lado campo, o contra-ataque foi finalizado preferencialmente na área restritiva com o registo de 143 eventos, seguindo-se a área de 2 pontos delimitada pela linha de 3 pontos.

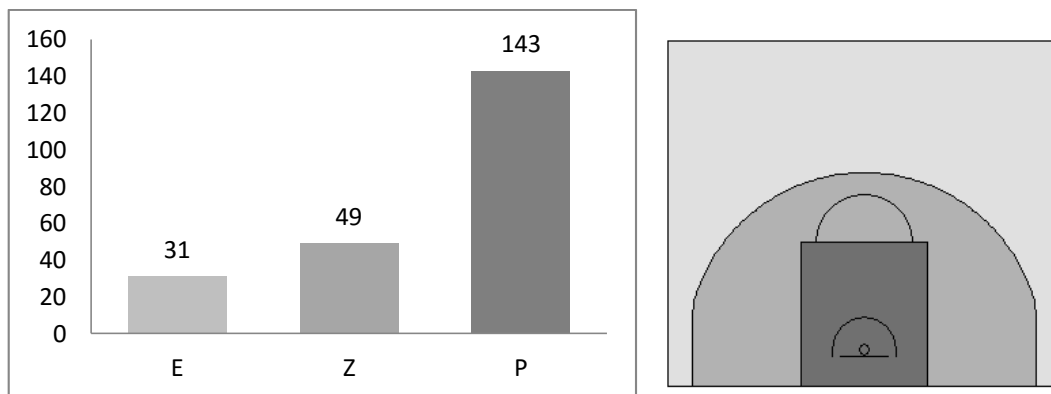


Gráfico 10: Registo de ações de Finalização em função da "Zona".

Início da jogada

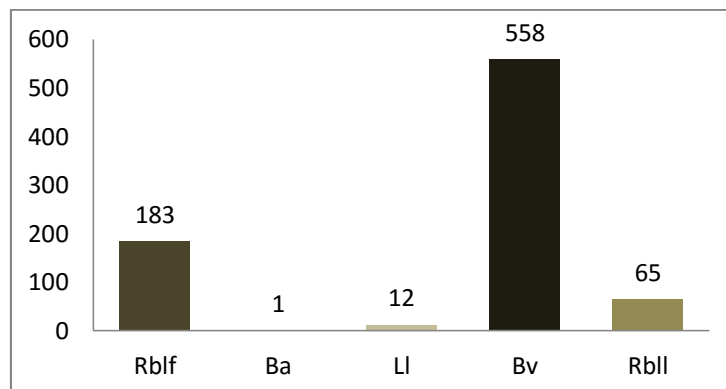


Gráfico 11: Registo da conduta da categoria "Início da jogada".

O gráfico acima permite verificar que foi em ações de “Bola Viva” que foi dada origem a mais situações de finalização. Assim foi a partir do jogo corrido que a equipa estudada criou oportunidades para finalizar. O evento “Reposição da bola pela linha final” registou 183, que em termos relativos representa que 22% ações de finalização tiveram origem a partida da reposição da bola em campo pela linha final, quer tenha sido esta realizada no meio campo defensivo ou no meio campo ofensivo.

Foi também realizada a análise descritiva do número de eventos registados de forma a permitir uma visão mais concreta em quantidade, do número de eventos registados da observação. Os critérios analisados foram o “P1 - Penúltimo Passe”, “R1 - Penúltima Recepção”, “P2 - Último Passe”, “R2 - Última Recepção”, Percentagem de Concretização e Percentagem de Concretização de Lançamentos Abertos. Em cada um dos critérios foi ainda determinado o jogador que mais vezes foi identificado a realizar a ação.

Penúltimo e último passe, penúltima e última recepção em função da lateralidade

Tabela 23: Penúltimo e último passe, penúltima e última recepção em função da lateralidade.

	P1	R1	P2	R2
Ld	146	183	196	210
Ldlf	103	55	111	120
C	133	106	216	130
Le	100	166	149	155
Lelf	43	19	55	108
Totais	525	529	727	723

Ao cruzar categorias é possível obter informações relevantes. As ações de penúltimo passe (“P1” = 146), penúltima recepção (“R1” = 183) e última recepção (“R2” = 210), registaram maior frequência sobre o lado direito. Adicionalmente, o critério “P2 – Último Passe” ocorreu mais vezes sobre o corredor lateral direito e menos vezes sobre o lado esquerdo pela linha final.

P1 – Penúltimo Passe;

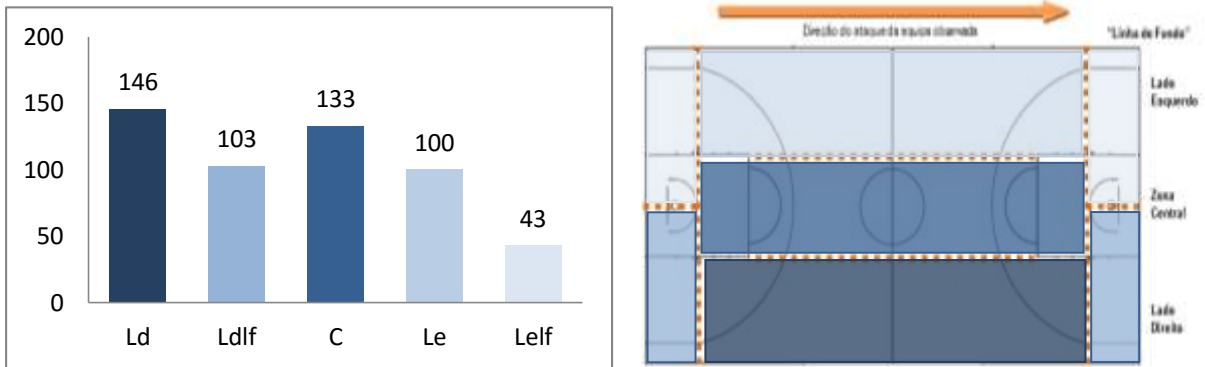


Gráfico 12: Penúltimo passe em função da lateralidade.

R1 – Penúltima Recepção;

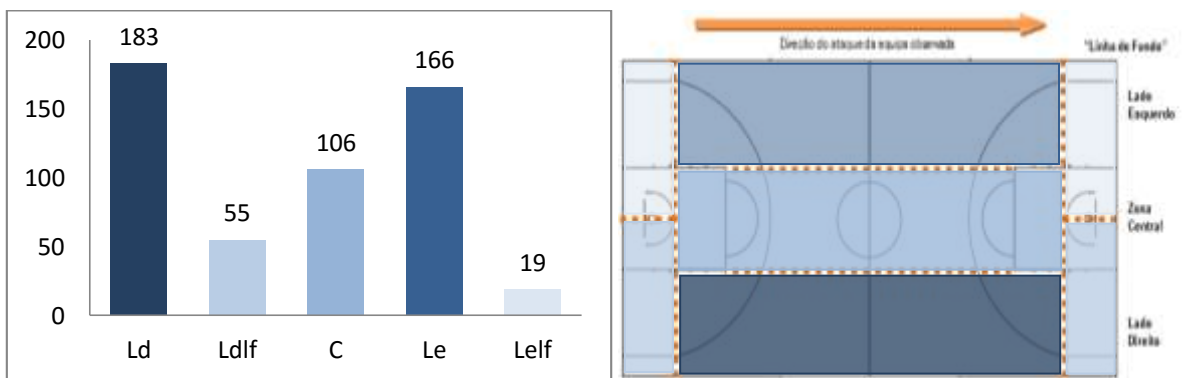


Gráfico 13: Penúltima recepção em função da lateralidade.

P2 – Última Recepção;

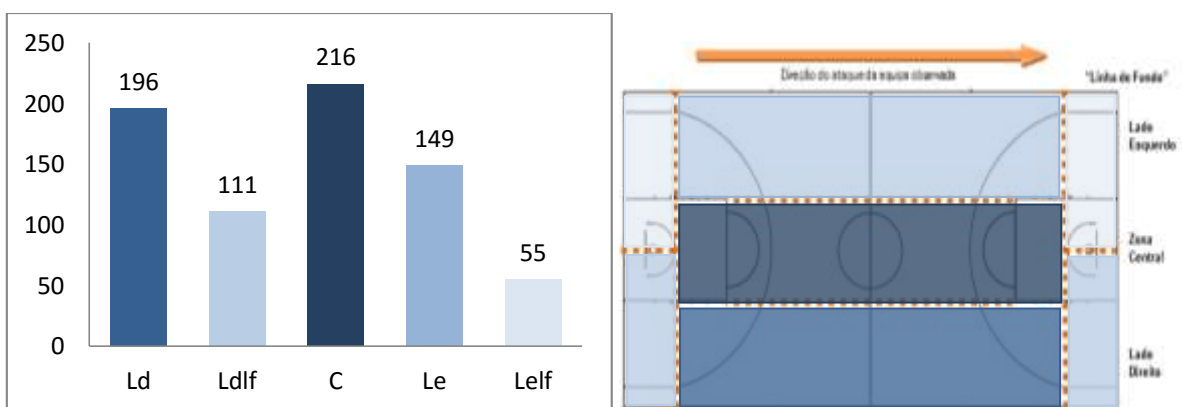


Gráfico 14: Última recepção em função da lateralidade.

R2 – Última Recepção;

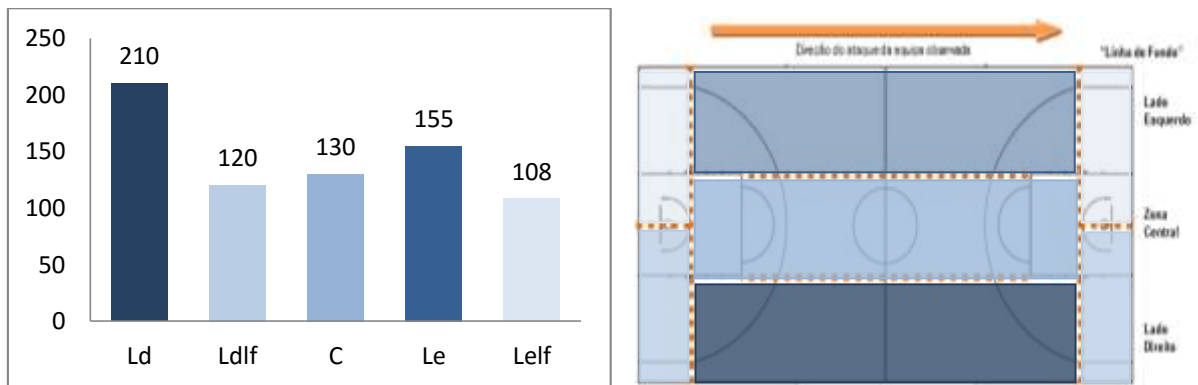


Gráfico 15: Última recepção em função da lateralidade.

Foi ainda possível obter resultados sobre as ações de “*Recuperação da posse de bola*”, que foram registadas mais vezes no corredor central, assim como as ações de “*Ressalto Ofensivo*”. Já 20 ações de ressalto defensivo que foram associadas à criação de situações de finalização aconteceram pelo lado direito pela linha final.

Tabela 24: Recuperações de bola, ressaltos ofensivos, finalizações e perdas de bola em função da lateralidade.

	Rec	Ro	Fn	To
Ld	6	3	62	61
Ldlf	13	16	206	33
C	26	20	146	71
Le	23	2	32	43
Lelf	7	13	125	22
Totais	75	54	571	230

Já as ações de finalização “Fn” aconteceram em maior número pelo lado direito pela linha final (“Ldlf” = 206), seguidas de finalizações a partir do corredor central do campo (“C” = 146) e em terceiro o lado esquerdo pela linha final (“Lelf” = 125).

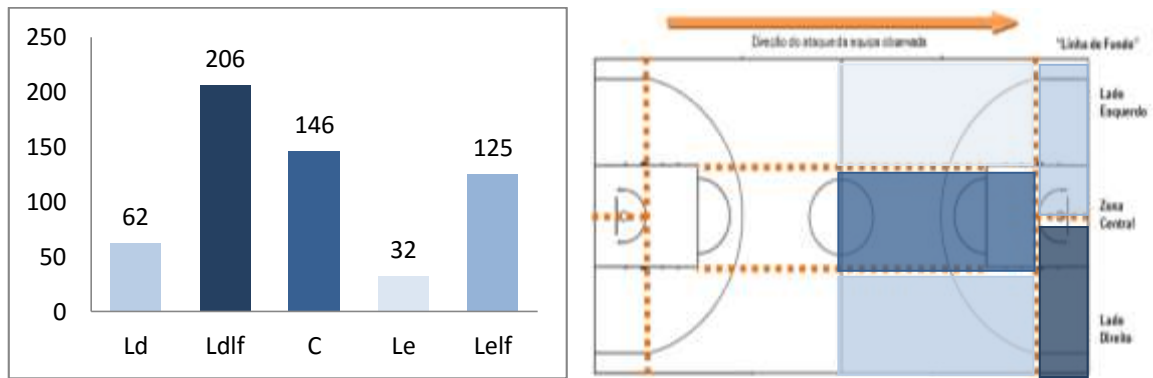


Gráfico 16: Finalização em função da lateralidade.

Relativamente às situações de criação de oportunidades finalização que culminaram em “Turn-Over”, 132 delas aconteceram entre o corredor central e o corredor lateral direito. Assim em conformidade com o dado anterior, não só a equipa procura criar mais situações de finalização pelo lado direito e pelo corredor central, mas também esse fato leva a que as situações em que não se verifica lançamento se verifiquem também nestes corredores de ataque.

To – Perdas de Bola

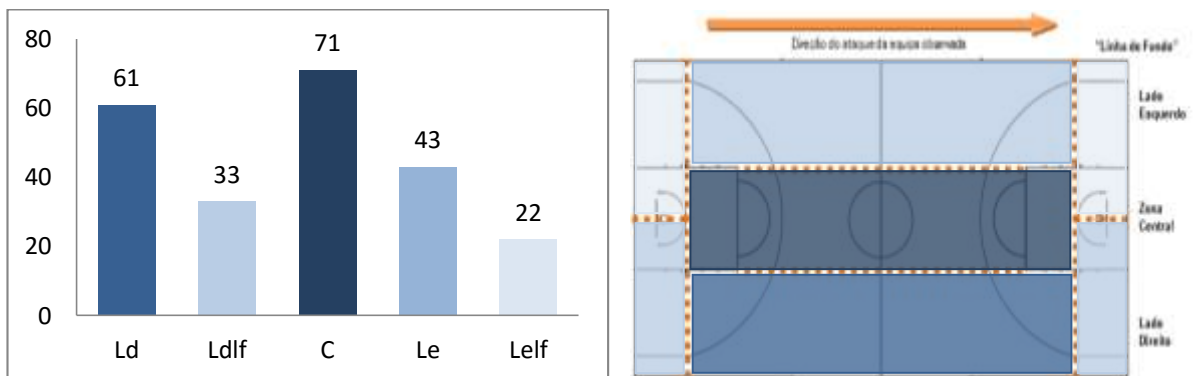


Gráfico 17: Perdas de bola em função da lateralidade.

Crítérios “P1 – Penúltimo Passe”, “R1 – Penúltima Recepção”, “P2 – Último Passe” e “Última Recepção” em função da zona do campo

Tabela 25: Critérios "P1 - Penúltimo Passe", "R1 - Penúltima Recepção", "P2 - Último Passe", "R2 - Última Recepção" em função da zona do campo.

	P1	R1	P2	R2
E	221	358	297	323
Z	121	142	177	295
P	69	29	141	105
Bf	114	0	112	0

Através da tabela acima verifica-se que as ações “P1 – Penúltimo Passe”, “Penúltima recepção” e “Última recepção” registaram mais eventos na zona exterior “e”, tendo sido registados, 221, 358 e 323 eventos respetivamente. A ação de “P2 - Último Passe” aconteceu mais vezes (“P2” = 297) na área fora exterior à linha de três pontos, seguida da zona entre a linha de três pontos e a área restritiva (“P2” = 177).

P1 – Penúltimo Passe;

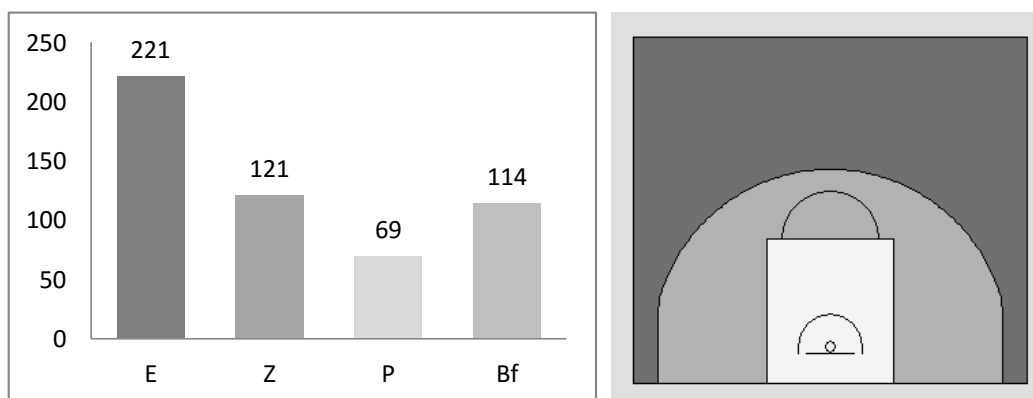


Gráfico 18: Penúltimo passe por zona do campo.

R1 – Última Recepção;

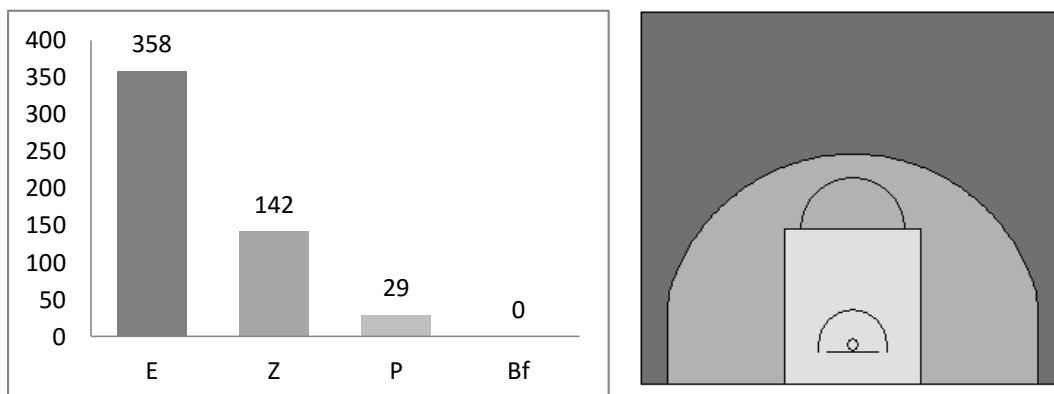


Gráfico 19: Última recepção por zona do campo.

P2 – Penúltimo Passe;

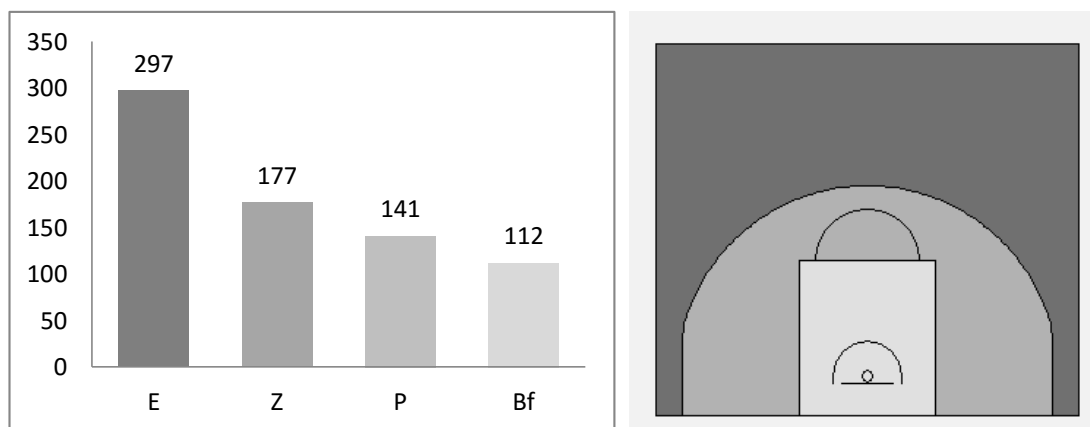


Gráfico 20: Penúltimo passe por zona do campo.

R2 – Última Recepção;

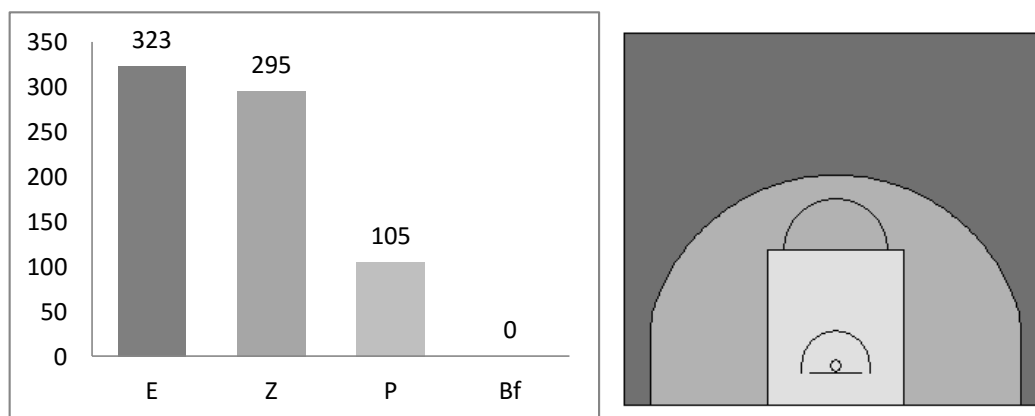


Gráfico 21: Última recepção por zona do campo.

Por fim, relativamente ao critério “Finalização” foi na área restritiva que se verificou mais ações de finalização (“Fn” = 354). Verifica-se inclusivamente um desequilíbrio por comparação com a zona exterior e de lançamento de dois pontos (excluindo a área restritiva e limitada pela linha de três pontos”. De salientar também que foi também na zona exterior que se verificaram mais situações de “Turn Over” ao criar situações de finalização.

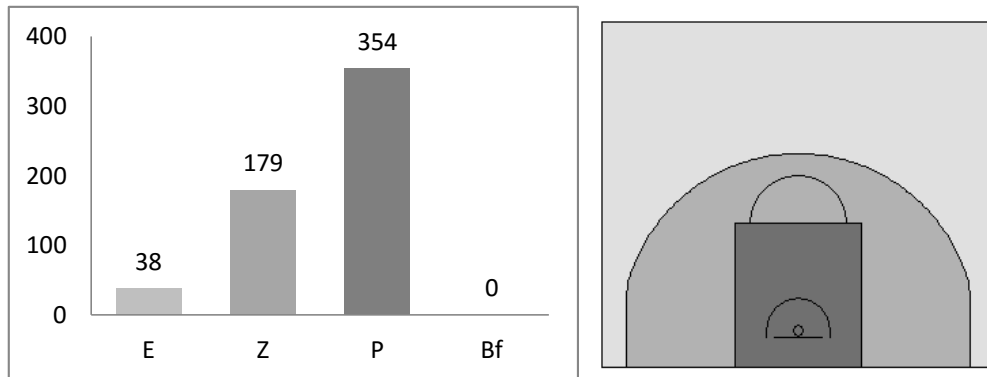


Gráfico 22: Ações de finalização em função da zona do campo.

Relativamente às perdas de bola mais frequentemente e os ressaltos ofensivos foram capturados mais vezes nas zonas perto do cesto (“Ro” = 49).

To – Perdas de Bola

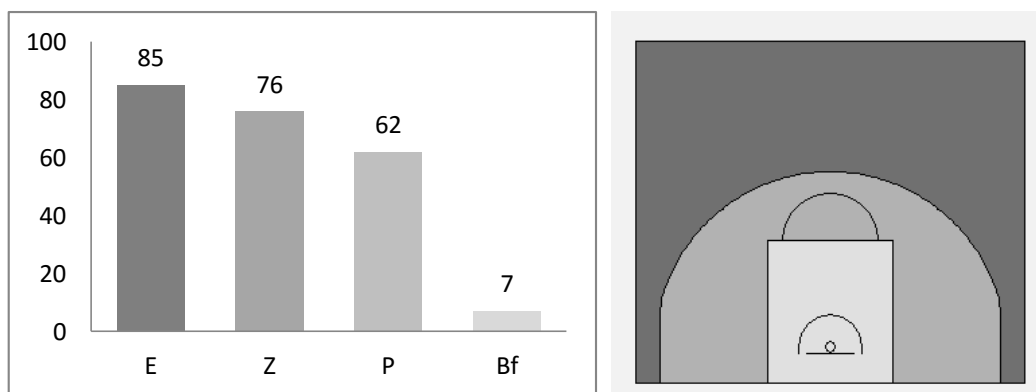


Gráfico 23: Perdas de bolas registadas em função da zona do campo.

Ro – Ressaltos Ofensivos

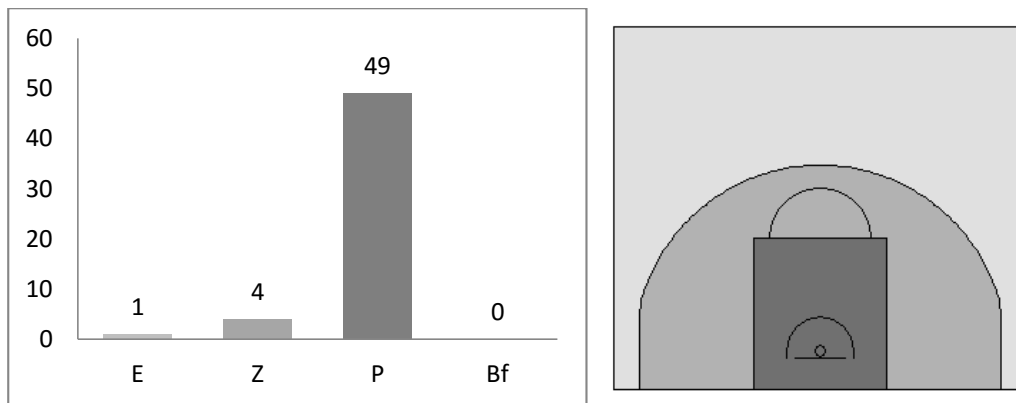


Gráfico 24: Ressaltos Ofensivos em função da zona do campo.

Critérios em função do local no campo

Tabela 26: Critérios "P1-Penúltimo Passe", "R1 - Penúltima Recepção", "P2 - Último Passe", "R2 - Última Recepção", "Fn - Finalização", "To - Turn Over" em função do local do campo.

	P1	R1	P2	R2	Fn	To
Mcdef	185	156	166	95	1	39
Mco	340	373	561	628	570	191
Totais	525	529	727	723	571	230

Como seria de esperar os eventos relevantes e que servem para caracterizar os critérios estudados e referidos na tabela acima, verificaram valores superiores no meio campo ofensivo.

Seleção de Lançamento

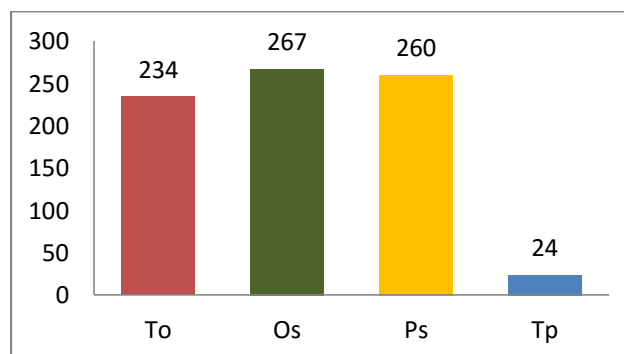


Gráfico 25: Seleção de lançamento

Durante a observação e registo, verificou-se que 267 dos lançamentos foram conseguidos sem oposição por parte de qualquer defensor contrário ("Os" = 34%), 260 foram realizados perante

oposição. Os resultados recolhidos dão destaque ainda aos “Turn-Overs” que foram 234, ao longo de 8 jogos, que em termos relativos representam 30% dos ataques com ausência de lançamento.

Seleção de lançamento em função da lateralidade

Tabela 27: Seleção de lançamento em função da lateralidade.

	To	Os	Ps	Tp
Ld	62	31	28	2
Ldlf	34	95	94	9
C	71	60	72	7
Le	45	21	11	0
Lelf	22	60	55	6
Totais	234	267	260	24

Ainda relativamente à seleção de lançamento, os “Os - Lançamentos Abertos” foram registados mais lançamentos pela linha final do lado direito (“Os” = 95), assim como os “Ps – Lançamentos Pressionados” (“Ps” = 94).

Seleção de Lançamento em função da zona do campo

Tabela 28: Seleção de lançamento em função da zona do campo.

	To	Os	Ps	Tp
E	86	31	7	0
Z	79	121	47	6
P	62	115	206	18
Bf	7	0	0	0
Totais	234	267	260	24

Analisando a seleção de lançamento em função da zona no qual foi obtido, verifica-se que 121 lançamentos abertos foram registados na zona de dois pontos (fora da área restritiva), já os

lançamentos pressionados aconteceram dentro da área restritiva (206), tendo ainda sido registados 18 desarmes de lançamento nesta zona do campo.

Seleção de lançamento em função do método de jogo

Tabela 29: Seleção de lançamento em função do método de jogo ofensivo.

	To	Os	Ps	Tp
Est	171	197	177	21
Ca	59	70	82	3
Totais	230	267	259	24

Tendo sido o ataque 5x5 no meio campo ofensivo, o método de jogo mais frequentemente observado, a seleção de lançamento verificou um número aproximado de ações de lançamento sem oposição e lançamento com oposição. Juntando ao reduzido recurso a situações de contra-ataque, verificou-se também que houve dificuldades para o conseguir finalizar sem oposição, já que o número de situações com oposição foi superior a situações sem oposição “Ps” igual 82 e “Os” igual 70 respetivamente.

Jogadores envolvidos na criação de situações de finalização

Primeiramente, antes de avançar para o contributo que os jogadores da equipa deram para a criação de situações de finalização, referir que os jogadores #8, #19, #9, #14 e #15 foram os que obtiveram a valorização de desempenho mais elevada. Este indicador de desempenho desportivo, foi obtido somando os contributos positivos para o jogo (pontos, assistências, ressaltos ofensivos, lances livres, roubos de bola), retirando os negativos (lançamentos de campo falhados, bolas perdidas, lances-livres falhados)

Tabela 30: jogadores com mais condutas registadas.

	Eventos
#8	305
#9	253
#15	375
#16	277
#19	329

Dos jogadores que foram incluídos no 5 ideal, quatro deles foram os que mais participações tiveram, já que viram as suas condutas registadas através do sistema de observação. Somente se verificou a entrada do jogador #16, para o lugar do jogador #12. Ao ser incluída uma categoria com o número de cada jogador, foi possível discriminar qual o quinteto que mais participação teve na criação de oportunidades de finalização. O jogador #15 (375), #19 (329), #8 (305), #16 (277) e #9 (253) foram os que mais participaram, representando em termos relativos cerca de 69%. Os demais jogadores participaram em 31% das ações que contribuíram para a criação de oportunidades de finalização.

Participação dos jogadores em função da lateralidade

Tabela 31: Participação dos jogadores em função da categoria "Lateralidade".

	Ld	Ldlf	C	Le	Lelf	Totais
#8	130	75	168	80	50	503
#9	57	97	86	69	48	357
#13	35	29	69	79	27	239
#14	26	102	96	41	83	348
#15	205	115	148	89	55	612
#16	65	78	108	109	49	409
#19	208	71	94	105	45	523

Tendo em conta a tabela acima, verifica-se que os jogadores mais influentes na criação de situações de finalização pelo corredor central foram os jogadores #8 (168), #15 (148) e #16 (108). Pelo lado direito, novamente os jogadores #8 (130), o jogador #15 (205), juntamente com o jogador #19 (208). Pelo lado esquerdo somente o jogador #13 (“Le” = 79 e “Lelf” = 27) registou mais ações do que pelo lado direito, assim como o jogador #16 (“Le” = 109 e “Lelf” = 49).

Participação dos jogadores em função da zona

Tabela 32: Participação dos jogadores em função da zona do campo.

	E	Z	P	Bf	Totais
#8	209	153	119	22	503
#9	114	93	94	56	357
#13	112	60	63	4	239
#14	46	106	172	24	348
#15	263	182	148	19	612
#16	138	124	101	46	409
#19	239	169	89	26	523

Relativamente às zonas de ação, os jogadores mais intervenientes na criação de situações de finalização na zona exterior assim como na área limitada pela linha de três pontos (excluindo a área restritiva) foram o jogador #15 (“E” = 263, “Z” = 182), o jogador #19 (“E” = 239, “Z” = 169) e o jogador #8 (“E” = 207, “Z” = 153). Já na área restritiva os jogadores que mais eventos registaram foram o jogador #14 (“P” = 172), seguido pelo jogador #15 (“P” = 148) e o jogador #8 (“P” = 119).

Participação dos jogadores em função do local do campo

Tabela 33: Participação dos jogadores em função do local do campo.

	Mcdef	Mco	Totais
#8	132	371	503
#9	86	271	357
#13	29	210	239
#14	105	243	348
#15	106	506	612
#16	88	321	409
#19	144	378	522

Todos os jogadores registaram mais ações relacionadas com a criação de situações de finalização no meio campo ofensivo. O jogador #15 foi o jogador que registou mais ações (506) no meio campo ofensivo, já o jogador #19 foi o que registou mais ações, 144 no total.

Critério ressalto ofensivo, penúltimo e último passe, penúltima e última receção, finalização e "Turn-over" e em função dos jogadores

Tabela 34: Valores registados nas condutas "Ro - Ressalto Ofensivo", "P1 - Penúltimo Passe", "R1 - Penúltima Receção", "P2 - Último Passe", "R2 - Última Receção" e ainda "To - Turn-Over" por jogador.

	Ro	P1	R1	P2	R2	Fn	To
#8	4	67	106	133	80	66	33
#14	10	34	31	56	81	95	21
#15	2	94	89	103	142	137	33
#16	10	73	52	76	75	86	35
#19	4	83	90	129	100	69	31

Analisando agora os resultados obtidos em função dos jogadores, verifica-se que o jogador que realizou mais ações de "P2 - último passe" foi o jogador #8 (133), seguido do jogador #19 (129)

e por fim o jogador #15 (103). Os jogadores que realizaram mais ações de recuperação da posse bola e diretamente relacionadas com a criação de situações de finalização foram os jogadores #15 (15), o jogador #9 (10) e jogador #14 (10).

Os jogadores que conquistaram mais ressaltos ofensivos foram o jogador #14 e o jogador #16, ambos com 10 ressaltos ofensivos que deram origem a situação de finalização.

Relativamente ao critério de “P1 - Último passe”, os jogadores #15 realizou 94, o jogador #19 realizou 83 e o jogador #16 com 73. Os jogadores que realizaram mais ações de “R1- Penúltima Recepção” foram o jogador #8 (106), o jogador #19 (90) e o jogador #15 (89).

Finalmente, os jogadores que realizaram mais ações de “R2 – Última recepção” foram o jogador #15 (142), o jogador #19 (100), o jogador #14 (81) e o jogador #8 (80). Já os jogadores #15 (135), #14 (95) e #9 (94) que ficaram envolvidos em ações de “Fn – Finalização”

De destacar também o critério “Turn Over”, no qual o jogador #16, #15 e #8, verificaram entre 33 e 35 perdas de bola em momentos de criação de situações de finalização (representando mais de 50% do total registado).

Seleção do lançamento em função dos jogadores

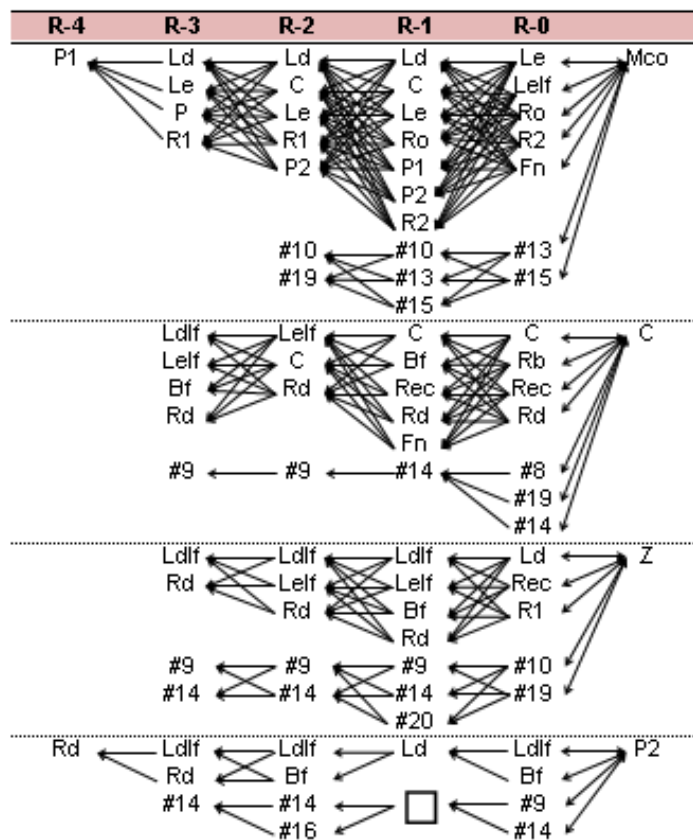
Tabela 35: Valores recolhidos relativos à seleção de lançamento tendo em conta os jogadores.

	Os	Ps	Tp	Totais	%
#8	34	15	0	49	69,4
#12	11	6	0	17	64,7
#13	26	20	4	50	52%
#16	28	27	1	56	50
#20	10	5	1	16	62,5

Em termos relativos é possível verificar na que o jogador que apresentou melhor capacidade para seleccionar os seus lançamentos foi o jogador #8, já que dos 49 eventos registados, 34 foram sem oposição, já o jogador #9 foi o jogador que apresentou um valor mais baixo, dos 63 lançamentos registados 20 foram sem oposição.

5.3.2 – Análise sequencial

Tabela 36: Análise sequencial e retardos relativos aos dados recolhidos.



De forma a conferir a robustez do instrumento e adicionar qualidade aos dados recolhidos, realizou-se a análise sequencial. Através desta, pretendeu-se ainda determinar a existências de seqüências de condutas e quais foram as mais frequentes ao longo dos jogos observados.

Dos dados recolhidos foi possível distinguir os critérios “Mco” (Meio Campo Ofensivo), “C” (Corredor central), “Z” (zona de dois pontos excluindo a área restritiva) e “P2” (último passe), como os que mais vezes foram registados, nomeadamente nas categorias “Local do campo”, “Lateralidade”, “Zona” e “Ação”. A partir daqui, foi possível determinar até -4 retardos, ou seja os quatro momentos anteriores ao evento mais frequentemente observado e ficar a conhecer que condutas os antecederam.

Começando pelo critério “Mco” (Meio Campo Ofensivo), este no retardo zero teve relação com o lado esquerdo do campo (“Le” e “Lelf”), ações de ressalto ofensivo, de última receção e finalização. De fato e seguindo os dados recolhidos esta informação, fica reforçada a criação de ações de finalização a partir do ressalto ofensivo e também pelo lado esquerda. Já no retardo -1, surge já ligação com o corredor lateral direito e central, mas também com ações de penúltimo e último passe. Revelando alguma tentativa em movimentar a bola à largura do campo, nomeadamente pelo perímetro. No retardo -4 é possível determinar relação com ações de penúltimo passe, o que

reforça a ideia de que grande parte da criação de situações de finalização começaram no meio campo ofensivo. Ao longo dos retardos, os jogadores que mais se encontraram relacionados nestas condutas anteriormente referidas foram, o jogador #10, #19, #13 e #15.

De seguida o critério “C”, no retardo zero, encontrou relação com ações de roubos e recuperações da bola, assim como de ressalto defensivo. Adicionalmente encontrou relação com ações concretizadas também no corredor central, nomeadamente passe, 1x1 e 2x2. No retardo -1, o mesmo critério, relacionou-se com ações de finalização. Já no retardo -3, este encontrou também com condutas registadas pela linha final, quer do lado direito, quer do lado esquerdo (nomeadamente ações de reposição da bola em campo, de lançamento). Ao longo dos retardos, os jogadores mais implicados foram o jogador #8, #19, #14 e o jogador #9.

Relativamente ao critério “Z”, no retardo zero, teve implicado com ações registadas no corredor do lado direito, mas também de ações de penúltima receção. Estas ações realizaram-se a partir de um momento inicial de 1x1 ou 2x2. No entanto, revela também alguma incapacidade para abrir o campo, já que seria preferível e em virtude das características dos jogadores, que estas ações fossem concretizadas na zona exterior da linha de três pontos. Adicionalmente, ao longo dos retardos este critério encontrou relação com ações desenvolvidas pela linha final quer do lado direito, quer do lado esquerdo. Algumas destas ações foram registadas no meio campo defensivo, nomeadamente após reposição da bola em campo. Verificando que as primeiras receções foram realizadas dentro da linha de três pontos, tornou-se mais difícil para a equipa ter sucesso na concretização de ações de finalização em situações de contra-ataque, não sendo eficiente, nem eficaz neste método de jogo. Contudo, os jogadores mais implicados nestas condutas foram os jogadores #9, #10, #14, #19 e #20.

Por último, relativamente ao critério “P2 – Último passe”, os jogadores mais implicados foram o jogador #9, #14 e #16, nomeadamente em ações pelo lado direito, mas também pela linha final, em ações de reposição da bola pela linha final. Daqui é possível diferenciar dois momentos, as reposições de bola realizadas no meio campo defensivo, a partir das quais a equipa criou situações de finalização, com pouco tempo de ataque e que poucas vezes são eficazes, resultando também em perdas de bola. Mas, também foram registadas situações de finalização criadas a partir da reposição de bola pela linha final no meio campo ofensivo, após situações de saída de bloqueios indiretos.

5.4 – Discussão dos resultados

Ao longo da frequência da licenciatura e mais recentemente do programa de mestrado em Desporto da Escola Superior de Desporto de Rio Maior muitos foram os conhecimentos adquiridos e grande o esforço realizado para aquisição de competências. Como inicialmente foi referido, enquanto treinador estas aquisições só farão sentido se beneficiarem os jogadores. O estudo efetuado surgiu também nesse sentido, como forma de obter um melhor conhecimento do estado atual de participação da equipa, para poder criar uma base que permita de forma progressiva incluir melhorias, com uma metodologia adequada. O estudo realizado fez parte de um conjunto de estratégias tomadas, mas que se tornou útil face aos resultados evidenciados. A experiência no contexto de intervenção no Club Estudantes possibilitou reforçar conhecimentos, competências sobre meios e métodos de treino que poderão futuramente ajudar os jogadores.

Do ponto de vista dos resultados desportivos coletivos, estes ficaram aquém do pensado, no entanto outros foram alcançados decorrente do investimento realizado, entre os quais o aumento do número de praticantes, a melhoria das condições e possibilidades de treino que se traduziram no aumento do número de horas de treino, muitas delas fora do contexto de basquetebol. Em género de reflexão global, tanto esforço realizado quer por treinadores, quer por jogadores teve um rendimento mínimo, mas por outro lado se não fossem tomadas todas as medidas efetuadas provavelmente na época 2015-2016 seria menos uma equipa a participar na Associação de Basquetebol de Santarém. Mesmo com poucos jogos oficiais, com poucas vitórias, os níveis de participação aos treinos superaram o objetivo previsto (superior a 90%).

De acordo com os resultados obtidos pela aplicação do instrumento de observação, foram possíveis discriminar algumas condutas coletivas e individuais que explicam o insucesso. Os resultados obtidos revelam um desequilíbrio entre as zonas de finalização, algo que é característico de equipas de formação (Ajamil, et al., 2014; Camerino, et al., 2009). Apesar da melhoria face aos dados recolhidos na época anterior na percentagem de lançamento perto do cesto, houve um decréscimo na eficácia em zonas de lançamento de dois pontos fora da área restritiva e também de três pontos.

Adicionalmente, referindo a ocupação de corredores de ataque, estudos demonstram que as situações de finalização foram finalizadas pelo lado esquerdo, tendo também tido origem pelo lado direito a partir da zona exterior (Ajamil, et al., 2014; Camerino, et al., 2009). Relativamente à lateralidade a criação de situações de finalização teve mais condutas registadas pelo lado direito e também pela linha final. Isto revela uma tendência clara para exploração do lado direito, mas também dificuldade em mudar o lado da bola e fazer esta chegar perto do cesto, quer por passe, quer por drible. Ao não ser capaz de mudar o lado da bola rapidamente a defesa será capaz de pressionar e ajustar mais facilmente às dificuldades criadas pelo ataque. Além disso, ao ser mais difícil fazer a bola chegar próximo do cesto, menos oportunidades haverá para jogadores interiores e exteriores de finalizarem sem oposição de um defensor e até realizarem situações de 1x1. Estes indicadores foram

sugeridos como diferenciadores de equipas vencedoras em escalões de formação (Fernández, et al., 2008).

Adicionalmente, a estes indicadores verificou-se que o contra-ataque não só foi pouco utilizado enquanto método de jogo de criação de oportunidades de finalização, mas também pouco eficaz (Ortega, et al., 2006). O aproveitamento de situações de contra-ataque é decisivo para que uma equipa seja competitiva (Lorenzo, et al., 2010), assim como a capacidade de selecionar bons lançamentos. Apesar de alguns jogadores apresentarem alguma capacidade para selecionar os lançamentos, de forma geral e decorrentes das dificuldades evidenciadas para criar espaço e desequilibrar a equipa sempre que lançou, fê-lo pressionada, nomeadamente na área restritiva e nos lançamentos de dois pontos (Lapresa, et al., 2013).

Relativamente aos indicadores “P1- Penúltimo passe”, “R1 – Penúltima Recepção”, “P2 – Último passe” e “R2 – Última recepção”, o mais frequente foi o “P2 – Último passe”. Este revela que a criação de situações de finalização, envolveram poucos jogadores (2 no máximo) o que mais dificultou a eficácia das mesmas. Mesmo em equipas de formação, estudos revelam que as melhores são capazes de envolver 2 jogadores ou mais durante o processo de criação de situações de finalização (Ortega, et al., 2006). Relativamente ao penúltimo passe, penúltima e última recepção foram verificadas sempre na zona exterior ao longo dos três corredores de ataque, isto reforça o que foi dito anteriormente, embora a equipa demonstre capacidade para fazer a bola movimentar-se de um corredor para outro, não significa que isto lhe confira eficácia, pois é necessário fazer a bola aproximar-se do cesto, quer em drible, quer por passe (Camerino, et al., 2009; Lapresa, et al., 2013).

Relativamente aos jogadores, implicados verificou-se que os que registaram melhor valorização nos jogos surgem também implicados na criação de situações de finalização. Relativamente à participação de destacar o elevado número de bolas perdidas, registadas também por estes jogadores.

Por fim foi possível determinar sequências de condutas que levam à criação de situações de finalização, tendo estas conferido qualidade e robustez ao instrumento aplicado, reforçando também os valores obtidos relativamente às condutas e jogadores implicados.

5.5 – Conclusões e recomendações

5.5.1 – Conclusões

Com a realização deste estudo e integrado na função de treinador principal pretendeu-se avaliar o desempenho da equipa e posteriormente discriminar sequências de atuação no ataque. Como foi referido anteriormente, não interessou somente avaliar no global mas compreender quais os jogadores mais influentes no processo ofensivo, nomeadamente ao nível da criação de situações de finalização. Com o auxílio de outros instrumentos de “scouting”, de cariz quantitativo foi possível fundamentar a análise qualitativa permitida por este instrumento de observação e dessa forma ter uma melhor perceção de uma parte da realidade em contexto de competição natural.

Através do processo que envolveu a realização do estágio e com a concretização do estudo foi possível alcançar as seguintes conclusões:

- Os jogadores e as suas necessidades de desenvolvimento deverão ser colocados à frente de qualquer resultado desportivo;
- A formação de treinadores deverá possibilitar a aquisição de conhecimentos e competências que permitam de forma efetiva desenvolver as capacidades e competências dos jogadores;
- Os jogadores deverão ser acompanhados, estimulados e motivados de forma constante e progressiva ao longo das diversas etapas de formação. Deverão por isso passar a ter uma intervenção sobre o processo de tomada de decisão consciente sobre o seu processo de formação;
- As sessões de preparação e competição deverão ser repensadas de modo a permitir uma experiência desportiva que seja atraente e estimule a vontade de participação dos jovens;
- Verificou-se que os meios e métodos da metodologia observacional podem contribuir em muito para a melhoria do conhecimento dos treinadores e dos jogadores, relativamente à forma como atuam em campo. No entanto é indispensável haver as condições que posteriormente permitam a concretização das medidas e recomendações propostas;
- Os dados do estudo permitiram revelar sequências de condutas coletivas de criação de situações de finalização;
- A reduzida e ineficaz utilização do contra-ataque, a dificuldade em utilizar o campo à sua largura total, o desequilíbrio quanto à utilização das zonas interiores e exteriores para concretizar situações de finalização explicam em parte os resultados obtidos e o porquê da pouca concretização em termos pontuais. Mais ainda, a dificuldade para fazer a bola chegar perto do cesto, dificultou ainda mais a criação de espaços e dificultar ainda mais a concretização de situações de finalização sem oposição tanto perto, como longe do cesto. Por fim estes indicadores parecem ter contribuído para o grande número de bolas perdidas, nomeadamente pelos jogadores mais implicados nestas ações;

5.5.2 – Recomendações

À luz do que foi referido pelos autores, aquando do estudo realizado por altura do campeonato mundial júnior de 1999, sugere-se que a continuação da análise da forma como realmente as equipas de formação estão a jogar, no contexto da modalidade em Portugal. O mesmo tipo de estudos deverão por isso ser realizados em todos os escalões de formação e géneros de modo a permitir a obter uma fiel caracterização do jogo de formação, para que se possa tomar melhores decisões quanto aos meios de treino a utilizar, assim como ao nível das opções técnico-táticas.

Adicionalmente, replicar o estudo mediante diferentes sistemas de forma a compreender qual beneficia mais realmente a formação do jogador português. Mais do que seguir modelos aplicados noutros contextos de prática por todo o mundo deverão ser procuradas estudar e caracterizar o jogo que atualmente praticamos e depois estabelecer metas a alcançar em torno de um modelo de jogo ajustado à realidade e às capacidades técnicas e físicas do jogador português. Este melhor conhecimento do jogo, permitirá tomar as medidas necessárias em termos de regulamento técnico pedagógico a nível nacional, na melhoria das capacidades dos nossos jogadores.

De forma mais concreta decorrente dos resultados, discussão e conclusões atingidos, deverão ser tomadas algumas medidas futuras, nomeadamente:

- O treino do contra-ataque e em exercícios que promovam a ideia de a ação em jogo é algo que acontece de forma continuada e com poucas interrupções;
- Continuar a realizar exercícios de 1x1, 2x2, 3x3, 4x4 mas sempre que possível em campo todo, potenciando desta forma a ligação entre a fases do jogo. Estas situações deverão servir de base para a aprendizagem, treino e aperfeiçoamento de conteúdos de defesa, ataque e lançamento;
- Ao nível ainda do treino de lançamento, deverão ser incluídos de forma progressiva os exercícios competitivos, que estimulem a capacidade de concretização em lançamentos principalmente das zonas e ações em que os jogadores revelaram mais dificuldade;
- Ao nível do sistema de jogo, como forma a dar continuidade ao estudo realizado, fazer adaptações que permitam corrigir as dificuldades sentidas ao nível da movimentação da bola pelos corredores de ataque e que permitam equilibrar a concretização de situações de finalização;

Para tal, poderá contribuir uma diferente disposição dos jogadores em campo, sem no entanto colocar em causa os princípios orientadores e conceitos de jogo utilizados. Na presente temporada foi dada preferência à seguinte organização, com quatro jogadores exteriores e um interior. Com a seguinte disposição base foram alcançados os resultados revelados no estudo.

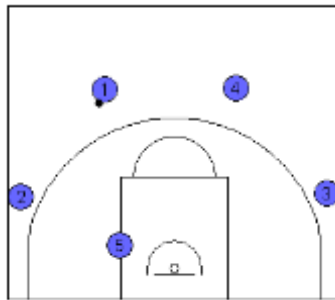


Figura 19: Organização tática base adotada na época 2014-2015.

Face aos resultados, conhecimentos adquiridos e reflexões realizadas, sem fugir aos conceitos de jogo, será útil realizar de novo estudo mas em que a mesma equipa adote a seguinte configuração ao nível do jogo em 5x5. A disposição tática apresentada abaixo, deverá potenciar a capacidade da equipa para mudar rapidamente o lado da bola, fazer uma melhor e mais ampla utilização do espaço. Ao mesmo tempo, manter um jogador interior, não perdendo a influência em zonas em apresentou níveis mais elevados de concretização (zona central, pela linha de fundo do lado direito e esquerdo, na área restritiva) e com esta promover mais desequilíbrios na defesa. Os possíveis benefícios desta estrutura deverão resultar em mais situações de 1x1 perto e em áreas afastadas do cesto, mais lançamentos sem oposição e fazer com que a defesa seja obrigada a realizar mais ajustes;

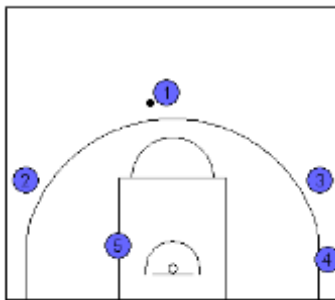


Figura 20: Organização tática em ataque tendo em conta as recomendações.

- Continuar a apostar numa intervenção que motive realmente os jogadores para a prática, que os faça sentir a necessidade de praticar a modalidade de como quem necessita de ar para viver. Tal deverão ser promovidas, dando tempo ao tempo, nunca colocando os resultados à frente de qualquer outro ganho de competências. Em etapas de formação, preferir sempre ganho de competências a ganho de competições, embora se o processo for corretamente aplicado uma coisa mais facilmente levará a outra;

6. Referências bibliográficas

- Ajamil, D., Santos, R., Idiákez, J., Anguera, M. T., & Echeverría, B. (2014). Análisis observacional de la construcción de las secuencias ofensivas que acaban en lanzamiento en baloncesto de categoría infantil. *Revista de Psicología del Deporte, 23*(2), 365-376.
- Anguera, M. T. (1992). *Metodología de la observación en las ciencias humanas*. Madrid: Cátedra.
- Anguera, M. T. (2003). Evaluación psicológica. Concepto, proceso y aplicación n en las áreas del desarrollo y de la inteligencia In C. M. Rosset (Ed.), *La observación* (pp. 271-308). Madrid: Sanz y Torres.
- Anguera, M. T., Villaseñor, A., López, J., & Mendo, A. (2000). La metodología observacional en el deporte: conceptos básicos. *EFdeportes - Revista Digital, 24*.
- Bakerman, R., & Quera, V. (1995). *Analyzing Interaction: Sequential Analysis with SDIS and GSEQ*. Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Camerino, J., Anguera, M. T., & Johnson, G. (2009). Identifying and analyzing the construction and effectiveness of offensive plays in basketball by using systematic observation. *Behaviour Research Methods, 41*(3), 12.
- Cipriano, M., & Sequeira, P. (2008). Os meios de ensino/treino: do Basquetebol de Formação ao de Alta Competição. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, 7*(2), 27-36.
- Dicionário da Língua Portuguesa. (2014). Porto.
- Farias, R. (2008). *Análise Sequencial de padrões de jogo relativos ao Campeonato Mundial Feminino de Basquetebol 2006*. Mestrado, Universidade de Trás os Montes e Alto Douro, Vila Real.
- Fernandes, J. (2002). *Análise da estrutura ofensiva da seleção de basquetebol de Portugal de Juniores Masculinos*. Mestrado, Universidade do Porto, Porto.
- Fernández, J., Camerino, O., & Anguera, M. T. (2008). *Identifying and analyzing the construction and effectiveness of offensive plays in basketball by using systematic observation*. Paper presented at the Proceedings of Measuring Behaviour 2008, Maastricht.
- Garganta, J. (1997). *Modelação Tática do Jogo de Futebol. Estudo da Organização da Fase Ofensiva em Equipas de Alto Rendimento*. Dissertação de Doutoramento, FCDEF-UP, Porto.
- Garganta, J. (1998). *Analisar o jogo nos jogos desportivos coletivos*: Horizonte.
- Gomes, M. (2008). As tendências do jogo e o Basquetebol Português. Retrieved from
- Gudberg, J., Anguera, M. T., Sánchez-Algarra, P., Olivera, C., Campaniço, J., Castañer, M., . . . Magnusson, M. (2010). Application of T-Pattern Detection and Analysis in Sports Research. *The Open Sports Sciences Journal, 3*, 95-104.
- Lapresa, D., Anguera, M. T., Alsasua, R., Arana, J., & Garzón, B. (2013). Comparative analysis of T-patterns using real time data and simulated data by assignment of conventional durations: the construction of efficacy in children's basketball. *International Journal of Performance Analysis in Sport, 13*, 321-339.
- Lorenzo, A., Gómez, M., Ortega, E., Ibáñez, S., & Sampaio, J. (2010). Game related statistics which discriminate between winning and losing under-16 male basketball games. *Journal of Sports Science and Medicine, 9*, 664-668.
- Madrid, C. E. d. B. (2004). www.clubestudiantes.com Retrieved 06 de Dezembro, 2014
- Mitchell, S., Oslin, J., & Griffin, L. (2006). *Teaching Sport Concepts and Skills - A Tactical Games Approach for Ages 7 to 18* (3 ed.). Champaign: Human Kinetics.
- Moreno, J. (1998). *Análisis de las estructuras del juego deportivo* (Vol. 2). Barcelona: Inde.
- Ortega, E., Cárdenas, D., Sainz de Baranda, P., & Palao, J. M. (2006). Differences between winning and losing teams in youth basketball games (14-16) years old. *International Journal of Applied Sports Sciences, 18*(2), 1-11.
- Pruden, V. (1987). *A conceptual approach to basketball*. Illinois, USA: Champaign.
- Regulamento de Estágio do Mestrado em Desporto (2009).
- Sarmiento, P., Rosado, A., Rodrigues, J., Veiga, A., & Ferreira, V. (1990). *Pedagogia do Desporto II – Instrumentos de Observação sistemática de educação Física e Desporto - Elementos de Apoio*. Lisboa.: F.M.H.
- Skinner, B. (2011). The problem of shot selection in basketball: "The shooter's sequence". *PLoS ONE, 7*(1), 8.
- Teodorescu, L. (1984). *Problemas de teoria e metodologia de treino nos jogos desportivos*. Lisboa: Horizonte.

Foram ainda obtidas informações dos seguintes sites:

www.desmor.pt

www.clubestudiantes.com