

**Instituto Politécnico de Santarém**

**Escola Superior de Desporto de Rio Maior**

**MESTRADO EM DESPORTO COM ESPECIALIZAÇÃO EM  
TREINO DESPORTIVO**

*Relatório de Estágio*

**Intervenção Profissional numa Equipa Feminina Sub-19**

*Construção, Validação e Aplicação de um Sistema de Observação num  
Estudo Piloto sobre o Processo Ofensivo*

**Lara Andreia Viegas da Cruz**

*Relatório de Estágio apresentado para a obtenção do grau  
de Mestre em Desporto com especialização em Treino  
Desportivo – Futebol, sob a orientação do Professor  
Mestre/Especialista **Eduardo Filipe Magalhães Teixeira**  
da Escola Superior de Desporto de Rio Maior*

Rio Maior, 2019

**Cruz, L. (2019).** Intervenção Profissional numa Equipa Feminina Sub-19. Construção, Validação e Aplicação de um Sistema de Observação num Estudo Piloto sobre o Processo Ofensivo. Dissertação de Mestrado apresentada à Escola Superior de Desporto de Rio Maior do Instituto Politécnico de Santarém.

*“Being a good leader requires three things: Connection to my team; A direction; Humility.”*

***Jill Ellis***

*“Showing off and meeting important old men and women doesn’t particularly fascinate me. I’m at my happiest on the pitch in a pair of football shoes.”*

***Pia Sundhage***

*“It sounds like a cliché but there are no short cuts. You have to be very dedicated and challenge yourself everyday to be better.”*

***Casey Stoney***

*“Ain't really trip on the credit, I just paid all of my dues I just respected the game, now my name all in the news trippin' on all of my moves, quote me on this, got a lot more to prove.”*

***Megan Rapinoe***

## **Dedicatória**

## **Agradecimentos**

Neste momento reflito e agradeço a todos os que me ajudaram a alcançar este objetivo, por nunca me deixarem de apoiar, qualquer que fosse o caminho que iria traçar.

Ao Professor Eduardo Teixeira por toda a transmissão de saberes, disponibilidade, incentivo, rigor e orientação para a realização desta dissertação.

Ao Professor Nuno Loureiro pelo apoio e facilidade de acesso aos instrumentos necessários.

Ao clube que me recebeu e disponibilizou para realizar o estágio.

Aos experts Professor Nuno Loureiro, Professor João Paulo Costa, Professor Mauro Miguel pela disponibilidade demonstrada, pelas sugestões e correções efetuadas permitindo, assim, a validação do instrumento de observação.

Às minhas atletas por toda a aprendizagem que retirei desta época e por todos os momentos em treino e em competição, tendo a certeza que esta é a minha profissão.

A todos os meus amigos que sempre me apoiaram.

Por fim, a toda a minha família que apesar de estar longe, e as visitas serem poucas, nunca deixam de me apoiar, dando-me sempre a possibilidade de cumprir os meus sonhos.

Em especial um agradecimento à minha mana, por toda a paciência e pela ajuda que sem ela era impossível este trabalho ser realizado.

A todos... muito obrigada!

## Resumo

**Título:** Intervenção Profissional numa Equipa Feminina Sub-19. Construção, Validação e Aplicação de um Sistema de Observação num Estudo Piloto sobre o Processo Ofensivo.

O presente relatório de estágio visa a obtenção do grau de Mestre em Desporto, com especialização em Treino Desportivo na modalidade de Futebol. São apresentadas as práticas pedagógicas vivenciadas durante o processo de estágio, bem como o desenvolvimento de um estudo aplicado em três equipas da Liga BPI (1ª divisão de futebol feminino em Portugal), durante a época de 2018/2019.

O trabalho organiza-se em três capítulos. Inicialmente é realizado um enquadramento pessoal e uma contextualização do Futebol Feminino. De seguida é realizado um enquadramento profissional, onde se exploram temas relacionados com a posterior análise do estágio realizado no Grupo Desportivo e Cultural de A-dos-Francos, na equipa de Juniores Femininos sub-19. Nesta análise refere-se as funções, principais e secundárias, dentro da entidade como treinadora principal da equipa de juniores femininos, seniores masculinos e de benjamins “A” sub-10.

No segundo capítulo desenvolve-se um estudo caso, compreendendo as várias etapas de criação, validação e aplicação de um instrumento *ad hoc*. Este, através da Metodologia Observacional, é desenvolvido com parâmetros adequados em contextos naturais ou ambientais em função de objetivos planeados onde se manifesta a ocorrência de condutas perceptíveis para se proceder a um registo organizado (Anguera & Hernández-Mendo, 2013).

O sistema de observação permitiu registar as ações relacionadas com o Processo Ofensivo, o que revela que o instrumento é eficiente em relação ao objetivo para o qual foi desenvolvido. A análise dos dados foi suportada pela perspetiva descritiva dos resultados relativos aos lances decorrentes da competição. A fiabilidade intra-observadores, enquanto requisito para se obter validade, foi atendida na sua totalidade, com todos os critérios a apresentarem um valor de  $k$  superior a 0.75.

Foram definidos e desenvolvidos 4 critérios, 22 subcritérios e 145 categorias, analisando 6 jogos. Esta análise teve como resultado 893 ações, com uma média de 148,8(3) de ações por jogo.

**Autores:** Lara Cruz

**Palavras-chave:** Análise, futebol feminino, metodologia observacional, processo ofensivo.

## **Abstract**

**Title:** *Professional Intervention in a U19 Women's Team. Construction, Validation and Application of an Observation System in a Pilot Study on the Offensive Process.*

*This internship report aims to obtain the degree of Master in Sport, with specialization in Sports Training in Football. The pedagogical practices experienced during the internship process are presented, as well as the development of a study applied in three teams of Liga BPI (1st division of female soccer in Portugal), during the 2018/2019 season.*

*The work is organized in three chapters. Initially, a personal framing and contextualization of Women's Football is performed. Next, a professional framework is conducted, where themes related to the subsequent analysis of the internship held at the A-dos-Francos Sports and Cultural Group, in the under-19 Women's Juniors team, are explored. In this analysis we refer to the main and secondary roles within the entity as head coach of the team of female juniors, male seniors and under-10 grassroots.*

*In the second chapter a case study is developed, comprising the various steps of creating, validating and applying an ad hoc instrument. This, through the Observational Methodology, is developed with appropriate parameters in natural or environmental contexts in function of planned objectives where the occurrence of perceptible conducts to proceed to an organized record is manifested (Anguera & Hernández-Mendo, 2013).*

*The observation system allowed to record the actions related to the Offensive Process, which reveals that the instrument is efficient in relation to the objective for which it was developed. The data analysis was supported by the descriptive perspective of the results related to the bids resulting from the competition. Intra-observer reliability as a requirement for validity was fully met, with all criteria having a k-value greater than 0.75.*

*Four criteria were defined and developed, 22 sub-criteria and 145 categories, analyzing 6 games. This analysis resulted in 893 actions, with an average of 148.8 (3) actions per game.*

**Authors:** *Lara Cruz*

**Key-words:** *Analysis, women's football, observational methodology, offensive process.*

# Índice Geral

|   |                                     |
|---|-------------------------------------|
| Dedicatória .....   | iv                                  |
| Agradecimentos.....   | v                                   |
| Resumo.....   | vi                                  |
| Abstract .....  | vii                                 |
| Índice Geral.....   | viii                                |
| Índice de Figuras .....   | xi                                  |
| Índice de Tabelas.....  | xii                                 |
| Índice de Anexos.....   | <b>Erro! Marcador não definido.</b> |
| Lista de Abreviaturas .....   | xiii                                |
| CAPÍTULO I.....   | 1                                   |
| Introdução .....  | 2                                   |
| 1. Parte I - Enquadramento Pessoal.....   | 3                                   |
| 2. Futebol Feminino .....   | 4                                   |
| 2.1. História.....  | 4                                   |
| 2.2. As Organizações.....   | 8                                   |
| 3. Parte II – Enquadramento Profissional.....   | 10                                  |
| <b>3.1. Enquadramento do Jogo.....</b>  | <b>10</b>                           |
| <b>3.2. Treinador de Futebol .....</b>  | <b>11</b>                           |
| <b>3.3. Conhecimentos e Competências do Treinador .....</b>                                   | <b>13</b>                           |
| <b>3.4. Planificação segundo as tarefas do treinador .....</b>                                | <b>14</b>                           |
| <b>3.5. Modelo de Jogo e a sua Operacionalização.....</b>                                     | <b>15</b>                           |
| 4. Entidade de Estágio – O Clube .....  | 18                                  |
| <b>4.1. Palmarés do Clube .....</b>   | <b>19</b>                           |
| <b>4.2. Análise do Envolvimento .....</b>   | <b>19</b>                           |
| 4.2.1. Recursos Espaciais .....   | 20                                  |
| 4.2.2. Recursos Materiais .....   | 20                                  |
| 5. O Estágio.....   | 21                                  |
| <b>5.1. Funções dentro da Entidade.....</b>   | <b>21</b>                           |
| 5.1.1. Atividade Principal: Treinadora Principal na Equipa de Júniores Femininos sub-19<br>22 |                                     |
| 5.1.1.1. Descrição da Atividade na Equipa de Júniores Femininos .....                         | 22                                  |
| 5.1.1.2. Equipa Técnica e Funções.....  | 23                                  |

|                    |   |           |
|--------------------|---|-----------|
| 5.1.1.3.           | Plantel.....  | 24        |
| 5.1.1.4.           | Caracterização do Contexto Competitivo.....                                 | 25        |
| 5.1.1.5.           | Análise das Tarefas e Funções .....   | 27        |
| 6.                 | Apresentação e Reflexão do Modelo de Jogo .....                             | 30        |
| 7.                 | Atividades Secundárias .....  | 48        |
| <b>7.1.</b>        | <b>Treinadora Principal na Equipa de Seniores Masculinos INATEL .....</b>   | <b>48</b> |
| <b>7.2.</b>        | <b>Treinadora Principal na Equipa de Benjamins “A” Sub-10 .....</b>         | <b>48</b> |
| 8.                 | Objetivos e Estratégias de Intervenção .....                                | 50        |
| <b>8.1.</b>        | <b>Análise e Reflexão Global da Intervenção em Estágio.....</b>             | <b>50</b> |
| <b>8.2.</b>        | <b>Objetivos a atingir com a população alvo .....</b>                       | <b>56</b> |
| <b>8.3.</b>        | <b>Objetivos Pessoais .....</b>   | <b>58</b> |
| 9.                 | Reflexão Final do Capítulo .....  | 60        |
| CAPÍTULO II .....  |   | 61        |
| 1.                 | Enquadramento do Estudo .....   | 62        |
| <b>1.1.</b>        | <b>Introdução.....</b>  | <b>62</b> |
| <b>1.2.</b>        | <b>Enquadramento Teórico.....</b>   | <b>62</b> |
| <b>1.3.</b>        | <b>Estudos de aplicação já realizados.....</b>                              | <b>65</b> |
| 1.3.1.             | Síntese do enquadramento teórico e ligação com os objetivos de estudo ..... | 66        |
| 2.                 | Objetivos Gerais.....   | 67        |
| 3.1.               | <b>Objetivos Específicos.....</b>   | <b>67</b> |
| 3.                 | Metodologia .....   | 68        |
| <b>3.1.</b>        | <b>Caracterização da Amostra .....</b>                                      | <b>68</b> |
| <b>3.2.</b>        | <b>Materiais a Utilizar e Recursos Necessários .....</b>                    | <b>68</b> |
| <b>3.3.</b>        | <b>Tarefas, Procedimentos e Protocolos.....</b>                             | <b>68</b> |
| <b>3.4.</b>        | <b>Construção do Sistema de Observação .....</b>                            | <b>69</b> |
| 4.                 | Sistema de Observação.....  | 71        |
| <b>4.1.</b>        | <b>Desenho Experimental .....</b>   | <b>84</b> |
| 5.                 | Resultados .....  | 84        |
| <b>5.1.</b>        | <b>Análise e Discussão dos Resultados .....</b>                             | <b>85</b> |
| <b>5.2.</b>        | <b>Análise e Discussão do Sistema de Observação .....</b>                   | <b>91</b> |
| 6.                 | Conclusões .....  | 110       |
| 7.                 | Limitações .....  | 113       |
| CAPÍTULO III ..... |   | 114       |
| 1.                 | Balanço Final .....   | 115       |

|                       |     |
|-----------------------|-----|
| 2. Bibliografia ..... | 116 |
|-----------------------|-----|

## Índice de Figuras

|  |    |
|--|----|
| Figura 1 - Emblema do G.D.C. A-dos-Francos .....   | 18 |
| Figura 2 - Campograma das diferentes etapas/fases da Organização Ofensiva e Defensiva<br>(Castelo, 2004) ..... | 83 |
| Figura 3 - Campograma das zonas definidas pelos corredores e setores (Castelo, 2009) .....                     | 83 |
| Figura 4 - Total de ações observadas por equipa .....  | 91 |

## Índice de Tabelas

|  |    |
|--|----|
| Tabela 1 - Palmarés do G.D.C. A-dos-Francos.....   | 19 |
| Tabela 2 - Recursos Espaciais durante um Microciclo Competitivo .....  | 20 |
| Tabela 3 - Recursos Materiais Disponíveis.....   | 20 |
| Tabela 4 - Funções dentro da Entidade .....  | 21 |
| Tabela 5 - Plano de Trabalho Semanal.....  | 22 |
| Tabela 6 - Tarefas e Responsabilidades da Equipa Técnica .....   | 23 |
| Tabela 7 - Constituição do Plantel da Equipa de Júniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos na época de 2018/2019 .....  | 24 |
| Tabela 8 - Classificação Final do Campeonato Nacional de Júniores Femininos na Época de 2018/2019.....   | 26 |
| Tabela 9 - Classificação Final na 1ª Fase da Taça Nacional de Júniores Feminino na Época de 2018/2019.....   | 26 |
| Tabela 10 - Resultados da 1ª Fase Eliminatória da Taça Nacional de Júniores na Época de 2018/2019.....   | 26 |
| Tabela 11 - Análise do Planeamento.....  | 27 |
| Tabela 12 - Análise da Operacionalização .....   | 28 |
| Tabela 13 - Análise da Reflexão .....  | 30 |
| Tabela 14 - Princípios de Jogo utilizados pela Equipa de Júniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019.....  | 31 |
| Tabela 15 - Sistemas Táticos utilizados pela Equipa de Júniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019 .....   | 32 |
| Tabela 16 - Sistemas de Linhas utilizados pela Equipa de Júniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019.....  | 34 |
| Tabela 17 - Modelo de Jogo: Processo Ofensivo e conseqüente Organização Ofensiva desenvolvida pela Equipa de Júniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019 .....   | 37 |
| Tabela 18 - Modelo de Jogo: Processo Defensivo e conseqüente Organização Defensiva desenvolvida pela Equipa de Júniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019 ..... | 42 |
| Tabela 19 - Síntese de estudos já aplicados .....  | 66 |
| Tabela 20 - Materiais Necessários e Função .....   | 68 |
| Tabela 21 - Resultados da Análise Intra-Observador.....  | 69 |
| Tabela 22 – Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos para a caracterização momentânea do jogo. ....   | 72 |
| Tabela 23 - Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos relacionados com o início da construção de jogo.....   | 76 |
| Tabela 24 - Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos relacionados com o desenvolvimento da fase de criação de situações ofensivas.....  | 78 |
| Tabela 25 - Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos relacionados com a conclusão da construção de jogo.....  | 80 |
| Tabela 26 - Desenho Experimental .....   | 84 |

|  |    |
|--|----|
| Tabela 1 - Palmarés do G.D.C. A-dos-Francos.....   | 19 |
| Tabela 2 - Recursos Espaciais durante um Microciclo Competitivo .....  | 20 |
| Tabela 3 - Recursos Materiais Disponíveis.....   | 20 |
| Tabela 4 - Funções dentro da Entidade .....  | 21 |
| Tabela 5 - Plano de Trabalho Semanal.....  | 22 |
| Tabela 6 - Tarefas e Responsabilidades da Equipa Técnica .....   | 23 |
| Tabela 7 - Constituição do Plantel da Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos na época de 2018/2019 .....  | 24 |
| Tabela 8 - Classificação Final do Campeonato Nacional de Juniores Femininos na Época de 2018/2019.....   | 26 |
| Tabela 9 - Classificação Final na 1ª Fase da Taça Nacional de Juniores Feminino na Época de 2018/2019.....   | 26 |
| Tabela 10 - Resultados da 1ª Fase Eliminatória da Taça Nacional de Juniores na Época de 2018/2019.....   | 26 |
| Tabela 11 - Análise do Planeamento.....  | 27 |
| Tabela 12 - Análise da Operacionalização .....   | 28 |
| Tabela 13 - Análise da Reflexão .....  | 30 |
| Tabela 14 - Princípios de Jogo utilizados pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019 .....   | 31 |
| Tabela 15 - Sistemas Táticos utilizados pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019 .....   | 32 |
| Tabela 16 - Sistemas de Linhas utilizados pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019 .....   | 34 |
| Tabela 17 - Modelo de Jogo: Processo Ofensivo e consequente Organização Ofensiva desenvolvida pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019 .....   | 37 |
| Tabela 18 - Modelo de Jogo: Processo Defensivo e consequente Organização Defensiva desenvolvida pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019 ..... | 42 |
| Tabela 19 - Síntese de estudos já aplicados .....  | 66 |
| Tabela 20 - Materiais Necessários e Função .....   | 68 |
| Tabela 21 - Resultados da Análise Intra-Observador.....  | 69 |
| Tabela 22 – Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos para a caracterização momentânea do jogo. ....   | 72 |
| Tabela 23 - Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos relacionados com o início da construção de jogo.....   | 76 |
| Tabela 24 - Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos relacionados com o desenvolvimento da fase de criação de situações ofensivas.....  | 78 |
| Tabela 25 - Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos relacionados com a conclusão da construção de jogo.....  | 80 |
| Tabela 26 - Desenho Experimental .....   | 84 |
| Tabela 27 – Informações relativas às equipas em Estudo .....   | 84 |
| Tabela 28 - Ocorrências das categorias do subcritério "Local do Jogo", critério “Caracterização Momentânea do Jogo”.....   | 85 |
| Tabela 29 - Análise da Caracterização Momentânea do Jogo.....  | 87 |

|  |     |
|--|-----|
| Tabela 30 - Análise da Caracterização da Fase de Construção .....  | 88  |
| Tabela 31 - Análise da Caracterização da Fase de Criação.....  | 89  |
| Tabela 32 - Análise da Caracterização da Fase de Finalização.....  | 90  |
| Tabela 33 – Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Estado do Resultado”,<br>critério “Caracterização Momentânea do Jogo” .....                    | 91  |
| Tabela 34 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Período”, critério<br>“Caracterização Momentânea do Jogo” .....                                | 92  |
| Tabela 35 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Relação Numérica de<br>Jogadores em Campo”, critério “Caracterização Momentânea do Jogo”.....  | 93  |
| Tabela 36 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Iniciação com a Bola<br>Corrida”, critério “Caracterização Momentânea do Jogo” .....           | 94  |
| Tabela 37 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Iniciação com a Bola<br>Parada”, critério “Caracterização Momentânea do Jogo” .....            | 95  |
| Tabela 38 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Zona de Terreno de<br>Jogo”, critério “Caracterização da Fase de Construção” .....             | 96  |
| Tabela 39 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Quantidade de Passes”,<br>critério “Caracterização da Fase de Construção” .....                | 97  |
| Tabela 40 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Número de Jogadores<br>Intervenientes”, critério “Caracterização da Fase de Construção” .....  | 98  |
| Tabela 41 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Duração”, critério<br>“Caracterização da Fase de Construção” .....                             | 99  |
| Tabela 42 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Conclusão da Fase de<br>Construção”, critério “Caracterização da Fase de Construção” .....     | 100 |
| Tabela 43 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Zona de Terreno de Jogo<br>Utilizadas”, critério “Caracterização da Fase de Criação” .....     | 101 |
| Tabela 44 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Quantidade de Passes”,<br>critério “Caracterização da Fase de Criação” .....                   | 102 |
| Tabela 45 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Número de Jogadores<br>Intervenientes”, critério “Caracterização da Fase de Criação” .....     | 102 |
| Tabela 46 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Duração”, critério<br>“Caracterização da Fase de Criação” .....                                | 103 |
| Tabela 47 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Zona de Assistência”,<br>critério “Caracterização da Fase de Criação” .....                    | 104 |
| Tabela 48 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Conclusão da Fase de<br>Criação”, critério “Caracterização da Fase de Criação”.....            | 105 |
| Tabela 49 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Zona de Terreno de Jogo<br>Utilizadas”, critério “Caracterização da Fase de Finalização” ..... | 106 |
| Tabela 50 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Resultado da Ação”,<br>critério “Caracterização da Fase de Finalização” .....                  | 107 |
| Tabela 51 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Duração”, critério<br>“Caracterização da Fase de Finalização” .....                            | 108 |
| Tabela 52 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Alteração do Resultado”,<br>critério “Caracterização da Fase de Finalização” .....             | 109 |

## **Lista de Abreviaturas**

**FIFA** – *Fédération Internationale de Football Association*

**UEFA** – *Union of European Football Associations*

**FPF** – Federação Portuguesa de Futebol

**FA** – *Football Association*

**USWNT** – *United States Women's National Team*

**ESDRM** – Escola Superior de Desporto de Rio Maior

**JDC** – Jogo Desportivo Coletivo

**GR** – Guarda Redes

**DC** – Defesa Central

**DLE** – Defesa Lateral Esquerdo

**DLD** – Defesa Lateral Direito

**MD** – Médio Defensivo

**EE** – Extremo Esquerdo

**ED** – Extremo Direito

**PL** – Ponta de Lança

**P** – Processo Ofensivo

# **CAPÍTULO I**

## **O Estágio**

## **Introdução**

Este relatório surge no âmbito da disciplina de Estágio Curricular, inserido no plano de estudo do Mestrado em Desporto, com especialização em Treino Desportivo, lecionado na Escola Superior de Desporto de Rio Maior.

Estruturalmente encontra-se dividido três capítulos, onde são apresentados os componentes em avaliação e sua reflexão.

Inicialmente é apresentado um enquadramento pessoal com o objetivo de conhecer de forma reduzida a estagiária e as suas vivências. Posteriormente é apresentado o tema “Futebol Feminino”, a sua história, a explicação da sua origem e as organizações que atualmente coordenam esta modalidade a nível mundial, europeu e nacional.

Seguidamente são referidos os aspetos relacionados com o estágio e a entidade eleita para a sua realização, especificando as funções, o grupo de trabalho, a caracterização do contexto competitivos, os objetivos delimitados para a época e a sua reflexão.

O segundo capítulo é iniciado por uma caracterização teórica do projeto desenvolvido, progredindo para o estudo propriamente dito e conseqüente apresentação de resultados e conclusões.

Por fim, insere-se um capítulo denominado “Balanço Final”, onde existe a reflexão sobre todo o trabalho, expectativas, objetivos e tarefas futuras a desenvolver, continuando o processo de evolução, superação profissional e pessoal nesta área profissional.

## 1. Parte I - Enquadramento Pessoal

Lara Andreia Viegas da Cruz, nascida a 1 de dezembro de 1995, licenciada pela Escola Superior de Desporto de Rio Maior, no curso de Treino Desportivo, modalidade de Futebol, atualmente encontra-se no processo de obtenção do grau de mestre, na variante de Mestrado em Desporto com especialização em Treino Desportivo.

Contando com apenas 3 anos de experiência direta como treinadora, sempre esteve ligada ao desporto, sendo o futebol a modalidade de eleição. Foi praticante federada entre as épocas de 2008 e 2013, ano em que ingressou no ensino superior. Enquanto profissional, o estágio de licenciatura foi realizado no Clube de Futebol “Os Belenenses”, durante a época de 2016/2017, na equipa sénior de futebol feminino. Na época de 2017/2018 foi contratada pelo Grupo Desportivo e Cultural A-dos-Francos, na qualidade de treinadora principal da equipa de juniores femininos, competindo no Campeonato e Taça Nacional de Juniores Femininos. A ligação permaneceu com a mesma entidade desportiva, adquirindo também as funções de treinadora principal da equipa de benjamins sub-10, e da equipa de seniores masculinos do campeonato da Fundação INATEL na presente época.

O desejo de contribuir para a evolução do futebol feminino leva à necessidade de aumentar o conhecimento sobre a modalidade e sobre o desporto em geral, sendo este o principal motivo para ingressar em mestrado. A partir deste, foram criados vários trabalhos académicos, onde dois deles foram aprovados para apresentação em congresso, nomeadamente “*Análise Observacional do Golo, Detecção de Padrões na Finalização Concretizada*” apresentado no Congresso Internacional da Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém e 7.º Congresso da Sociedade Científica de Pedagogia do Desporto. Neste último também foi apresentado o estudo “*Conhecimentos e Competências Profissionais dos Treinadores de Futebol em Relação à sua Formação de Base*”. De referir que ambos os trabalhos tiveram os seus resumos publicados no Journal of Sport Pedagogy & Research – Volume 4, Nº. 2 no ano de 2018.

Quando defrontada pela decisão de realizar o relatório de estágio em prol de tese, chegou à conclusão que, devido ao objetivo de progredir na carreira profissional na qualidade de treinadora de futebol, seria preferencial a primeira opção, obtendo assim a componente específica da qualificação de grau II – UEFA B no final do mestrado.

## **2. Futebol Feminino**

O futebol feminino apesar de ser uma modalidade que atualmente se encontra em grande evolução, poucos conhecem a sua origem e o seu desenvolvimento até aos dias de hoje. De seguida é apresentado um resumo da sua história e uma breve descrição das organizações, que coordenam esta modalidade, descrevendo os principais projetos que se encontram em funcionamento.

### **2.1. História**

Falar no futebol feminino sem analisar a sua história seria realizar uma análise incompleta, sendo que a evolução desta modalidade acompanhou vários pontos importantes da história mundial.

O seu início é difícil de datar, no entanto várias fontes referem a Escócia como sendo o seu local de origem (Williamson, 1991; McGuain, 2000). Williamson (1991) refere o seu início durante o século XVIII, com localização nas colinas de Inverness, onde as mulheres praticavam um futebol popular. O jogo era disputado entre mulheres casadas e mulheres solteiras de Caledonia, onde os homens solteiros iam assistir ao jogo, admirando as capacidades físicas das jogadoras, para a escolha de uma futura noiva (Williamson, 1991). Durante o século XIX existem também relatos no Japão e na América Central. No primeiro caso as mulheres de classe alta praticavam uma versão mais cortês e no segundo existia uma maior inclinação para o futebol popular (Williams, 2007).

Williamson (1991) e McCuaing (2000) afirmam que a década de 1890 foi uma das mais importantes para esta modalidade na Escócia. A modalidade foi evoluindo na sua organização, originando, no ano de 1892, o primeiro jogo segundo as diretrizes da Associação Escocesa de Futebol (SFA), em Shawfields Ground, Glasgow (McCuaing, 2000).

Em Inglaterra o futebol feminino também foi definido como um concurso físico institucionalizado, altamente estruturado e com regras estipuladas, o que origina um maior ênfase na tradição internacional como uma competição (Williams, 2007). Não obstante de Inglaterra de ter sido um dos primeiros países a estruturar o futebol feminino, o início da participação feminina deveu-se somente à abertura dos estádios às senhoras, com o objetivo de melhorar o comportamento masculino durante a competição (Russel, 1997). Sendo assim, em abril de 1885, o Preston North End anunciou que as mulheres teriam permissão para entrar de forma gratuita

nos jogos em casa, originando a comparência de mais de duas mil adeptas no primeiro jogo (Lewis, 2009).

Esta aproximação das mulheres ao futebol, aparentemente inofensiva, originou em 1894, a colocação de um anúncio na imprensa à procura de jogadoras. Nettie Honeyball, a autora do anúncio, viu o seu objetivo cumprir-se, juntando-se 30 mulheres, criando conseqüentemente o “*British Ladies Football Club*” (Fédération Internationale de Football Association, 2013).

Tendo como treinador J.W. Julian, antigo jogador do Tottenham Hotspur, os treinos iniciaram-se no hipódromo de Alexandra Park, em Hornsey, ficando conhecidas como a Equipa Feminina do Norte, *Northern Women’s Team* (Butler, 2010).

O primeiro jogo oficial foi organizado por Nettie Honeyball, no dia 23 de março de 1895 em Crouch End, Londres. O jogo foi disputado entre as equipas de Londres do Norte, que viria a vencer por 7 - 1, contra o Sul (Williams, 2007). Este primeiro jogo teve uma assistência de dez mil espetadores, sendo seguido por mais de cem jogos por toda a Grã-Bretanha (Brennan, 2007).

A história do futebol feminino acompanhou de certo modo a história mundial, e conseqüentemente a história dos direitos das mulheres. A 4 de agosto de 1914, a Inglaterra declara guerra à Alemanha, o que originou a alteração do papel das mulheres drasticamente. Com os homens assalariados perdidos para as forças armadas, as mulheres encontraram emprego numa escala nunca antes vista. As variedades dos empregos passavam desde fábricas militares, bancos, até negócios locais (Grayzel, 2002). Nas fábricas de munições, várias mulheres começaram a jogar futebol durante os intervalos do almoço, esta prática originou o nome pelo qual passariam a ficar conhecidas, as *Munitionettes Football*. Trabalhavam na manufatura de armamento durante o dia e nos “tempos livres” realizavam jogos solidários, onde a audiência atingiu os cinquenta e cinco mil espetadores, entre os anos de 1914 e 1921 (Brennan, 2007).

Em 1921 existiam aproximadamente 150 equipas femininas a jogar regularmente, embora ainda não existisse uma estrutura de competição definida. A Federação Inglesa, *Football Association* (FA), entendeu este aumento de equipas como uma ameaça ao futebol masculino, não considerando o futebol feminino como um jogo suficientemente sério, apresentando um carácter ambíguo.

Considerando este critério, o futebol feminino foi banido entre 5 de dezembro de 1921 e 29 de novembro de 1971.

Apesar do impedimento, os jogos solidários continuaram a ser realizados, no entanto, de modo a recuperar a credibilidade da modalidade, começaram a associar-se a apelos ao patriotismo (Williams, 2003). Barbara Jacobs (2004) refere que o futebol feminino passou a ser associado à

caridade e alcançou a sua própria credibilidade, servindo como uma ferramenta de apoio ao Movimento Trabalhista e sindicatos. A mesma autora refere ainda este tornou-se um desporto politicamente perigoso, pois a sociedade queria que as mulheres voltassem aos seus papéis antes da guerra. Pelas palavras da própria autora: “As moças de Lancashire estavam perturbando a ordem social. Não era aceitável. ”

Newsham (1997) acredita que a origem de toda esta oposição residia no desvio da atenção do público que antes estava focado nos jogos masculinos. As mulheres ao voltarem-se para a caridade, atraíam muito mais espetadores que os homens, e esta situação criou um descontentamento dentro da FA. Para legitimar essa insatisfação, procuraram-se opiniões de profissionais ligados à área de saúde, abordando os riscos que a prática do futebol acarretaria às mulheres, como por exemplo os comprometimentos à fertilidade (Júnior, 2018). O mesmo autor destaca algumas das opiniões de médicos, onde de acordo com a Dr.<sup>a</sup> Elizabeth Sloan Chesser: "Há razões físicas pelas quais o jogo é prejudicial às mulheres. É um jogo difícil a qualquer momento, mas é muito mais prejudicial para as mulheres do que para os homens. Elas podem sofrer lesões que nunca poderão recuperar". A Dr.<sup>a</sup> Mary Scharlieb, médica da Harley Street, também afirmava que: "Considero um jogo muito inadequado, demais para a estrutura física de uma mulher". Contrariando estas opiniões, a Dr.<sup>a</sup> Mary Lowry foi convidada a assistir a um jogo das *Dick Kerr Ladies*, onde comentou: "Pelo que vi, não é mais provável que o futebol cause lesões às mulheres do que a lavagem pesada do dia-a-dia".

Apesar das contradições, a 5 de dezembro de 1921, a FA emitiu uma declaração onde referia que o futebol não é adequado para as mulheres e não poderiam utilizar nenhum campo dos seus afiliados. A continuação da existência do futebol feminino estava ameaçada. Como Williamson (1991) apontou em *Belles of the Ball*: "O que a maioria das mulheres que jogavam futebol sempre quiseram fazer, foi simplesmente jogar futebol! Ao longo dos anos, desde a Primeira Guerra Mundial, elas deram tanto e pediram muito pouco em troca."

Relativamente ao impedimento da prática do futebol feminino por parte da FA, foi criado a ELFA – *English Ladies' Football Association* (Associação de Futebol de Mulheres Inglesas). A primeira reunião aconteceu a 10 de dezembro de 1921. Os representantes de 25 clubes participaram da reunião inicial, subindo para 60 na reunião seguinte, realizada em Grimsby. Esta associação existiu aproximadamente dois anos, onde organizaram um torneio com 24 equipas, saindo como equipa vencedora as *Stoke Ladies*, derrotando Doncaster & Bentley Ladies por 3-1 no dia 24 de junho de 1922 (Lennox, 2009).

A ação da FA reduziu consideravelmente a popularidade do futebol feminino na Grã-Bretanha, como Melling (2002) refere em *Women and Football*: "A proibição marcou o início de um

declínio no jogo e, durante as décadas de 1920 e 1930, o futebol feminino foi reduzido a uma subcultura menor".

Apesar da proibição não se ter espalhado a todas as associações de futebol da FIFA (definidas em 1904), só no ano de 1969 é que as mulheres foram integradas no sistema existente na altura. Esta proibição foi levantada a partir de 1970 em diferentes momentos, por diversas associações nacionais, sendo de referir que na Inglaterra, este acontecimento só existiu em 1971 (Hughson, Moore, Spaaij & Maguire 2016).

Em novembro de 1970, a Fédération Internationale Européenne de Football Féminine (FIEFF), organizou um “campeonato do mundo” com a participação da Inglaterra, França, Dinamarca e consequentemente a Itália, como país organizador. Este foi sucedido no ano seguinte no México. Apesar de não ser reconhecido pela FIFA, significou um aumento de comercialização do futebol feminino.

Devido a este aumento, a FIFA foi levada a assumir a responsabilidade de todas as atividades do futebol (Hargreaves & Anderson, 2014).

Nos Estados Unidos da América (EUA), o desenvolvimento também se encontrava a decorrer com a Emenda de Igualdade de Direitos (Equal Rights Amendment) da Constituição dos EUA, em 1972. Neste mesmo ano, o “Título IX”, exigiu que o financiamento fosse igual aos desportos masculinos e femininos nas faculdades (Hughson, Moore, Spaaij & Maguire, 2017). A nova lei significava que mais mulheres poderiam ir para a faculdade com uma bolsa de estudos desportiva, ou seja, o futebol feminino foi-se tornando mais comum em faculdades em todo os Estados Unidos (Jezek, 2014).

Falando sobre uma das competições mais importantes e significativas do futebol feminino, o Campeonato do Mundo FIFA, este teve a sua primeira edição sediada na República Popular da China em 1991 com a participação de 12 equipas (Fédération Internationale de Football Association, 2007). Atualmente com 8 edições, este campeonato conta com a 24 equipas de todo o mundo, sendo a seleção Americana a atual campeã, com uma vitória por 2-0 contra a Holanda, atual campeã da europa (Fédération Internationale de Football Association, 2019).

## 2.2. As Organizações

O futebol origina benefícios para a sociedade como um todo, não apenas só sobre o jogo em si, existindo vários valores inculcados, como o trabalho em equipa, desenvolvimento social, saúde, fitness e realização pessoal. O jogo é um veículo para o desenvolvimento educacional, social e desportivo e, como tal, a Union of European Football Association (UEFA) está a investir severamente na formação, onde se garante a todos oportunidade de participar, independentemente de idade, habilidade, etnia, raça, religião ou identidade sexual (UEFA, 2017).

Em todo o mundo, cada vez mais meninas e mulheres jogam futebol com paixão e têm a liberdade para o fazer, quer seja em estádios ou em campos improvisados – o Futebol é um jogo para Todos!

O Futebol Feminino como modalidade em constante crescimento atual, é visto como um “potencial ilimitado”, segundo o presidente da UEFA Aleksander Čeferin. Este referiu no Congresso em Bratislava, em 2018, o dever da UEFA de traçar objetivos ambiciosos, através o lançamento de iniciativas para continuar a inculcar esperança, e desenvolver o futebol feminino no seu máximo (UEFA, 2018).

A UEFA com o Programa de Desenvolvimento do Futebol Feminino (WFDP), tem o objetivo de apoiar o contínuo progresso do jogo no feminino, tendo como principal ideologia a criação de oportunidades iguais para todas as meninas e mulheres que querem praticar futebol dentro das suas comunidades, independente das capacidades e talento, oferecendo-lhes um ambiente seguro para praticar a modalidade de acordo com as suas ambições (UEFA, 2010). Segundo a mesma fonte, existem aproximadamente 1,2 milhões de jogadoras registadas nas associações europeias, com o objetivo de aumentar cada vez mais este número.

O consumo de futebol feminino varia significativamente de país para país, mas o método usado para gerar novos interesses é predominantemente “grassroots football”, ou seja, futebol não profissional e não-elite, jogado por massas populacionais, onde o objetivo é orientado para a participação e para a paixão pelo jogo (UEFA, 2017).

Tendo as mesmas convicções, a FIFA, sendo o órgão máximo do futebol, desenvolveu o Plano Estratégico do Futebol Feminino (FIFA Women’s Football Strategy) e a criação do programa FIFA 2.0, onde pretende aumentar e melhorar o jogo de futebol, proteger a sua integridade e levar o jogo a todos. No contexto da realização dos objetivos deste programa a organização definiu como o aumento da participação, o melhoramento do valor comercial e a construção de fundações para governar e regulamentar o de futebol feminino, como metas específicas para futebol feminino.

Em Portugal, a Federação Portuguesa de Futebol (FPF) tem como missão coordenar, dinamizar, desenvolver e organizar o Futebol em todas as suas dimensões e categorias, num todo harmonioso, assegurando a respetiva continuidade e crescimento em todo o território nacional, em todos os meios sociais e faixas etárias, com o objetivo de se posicionar como uma das filiações mais competitivas do panorama internacional (FPF, 2019).

Após uma iniciativa relacionando a FPF e a Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM), foi criado um Plano Estratégico de Desenvolvimento do Futebol Feminino. Recolheu-se uma base de dados entre os anos 2000 e 2013, onde a partir desses números foram criadas estratégias para aumentar o número de raparigas envolvidas na prática de futebol, proporcionar atividades desafiantes à evolução formativa e competitiva das jogadoras e, por fim, aperfeiçoar as condições que suportam a chegada ao alto rendimento (Santos, Silva, Costa, 2014). Segundo dados da FPF, de 1990 até 2018 o número de jogadoras, a nível sénior, subiu de 375 para 1073. Já a nível de atletas com idades de formação, no mesmo espaço temporal referido anteriormente, os números evoluíram de 77 para 3701, concluindo que a formação é essencial à sobrevivência de um clube, mantendo-o sustentável.

Por fim, a FPF, também organiza várias campanhas para a divulgação do futebol feminino, uma delas denominadas por “Responde em Campo” divulgada em 2017. Esta tem o objetivo de divulgar a realidade do futebol feminino e incentivar o aumento da participação feminina por todos o país a praticar a modalidade. O projeto é mais um passo para tornar o futebol a modalidade mais praticada por mulheres em Portugal (Coelho, 2018).

Além das iniciativas/campanhas acima referidas, existem muitas mais a ser desenvolvidas, quer sejam a nível nacional, europeu ou internacional, tendo como base o desenvolvimento desta modalidade. Tendo as federações e os clubes definido qual o seu objetivo interno, parte de cada um trabalhar para a criação de melhores e mais condições para todas as atletas.

### **3. Parte II – Enquadramento Profissional**

Neste capítulo inicia-se a referência ao contexto onde foi realizada a intervenção profissional. É apresentado o historial da entidade, o palmarés, a análise das atividades que se realizaram, uma análise do envolvimento e, por fim, uma análise do grupo de trabalho.

Posteriormente, são definidos os objetivos, entre os quais, objetivos da intervenção profissional e objetivos a ter com a equipa de intervenção.

Nos dois últimos pontos, são desenvolvidos os processos de avaliação e controlo, e os conteúdos e estratégias de intervenção profissional.

#### **3.1. Enquadramento do Jogo**

Segundo Castelo (2009), o jogo de futebol define-se como simples no entendimento dos seus objetivos, no entanto, existe uma complexidade em virtude da contextualidade que envolve cada momento, fruto de inúmeras fontes de informação que leva à tomada de múltiplas decisões, ações e interações. O jogo é classificado como um Jogo Desportivo Coletivo (JDC), onde os intervenientes estão agrupados em duas equipas numa relação de adversidade, numa luta constante pela posse da bola com o objetivo de a introduzir, o maior número de vezes possível, na baliza adversária evitando que esta seja introduzida na sua própria baliza, com vista à obtenção da vitória.

O jogo possui assim uma lógica interna própria, conferida pelo caráter de ordem e desordem, equilíbrio e desequilíbrio, que lhe distingue de todas as outras modalidades desportivas (Castelo, 2009).

A ação do jogo é condicionada pela interpretação de diversas dimensões. Uma determinada decisão durante o jogo (dimensão tática), origina uma ação motora (dimensão técnica), que exigiu um determinado movimento (dimensão fisiológica) e que foi condicionada e direcionada por estádios volitivos e emocionais (dimensão psicológica). Sendo assim, podemos concluir que a dimensão tática apenas tem sentido quando se manifesta através da interação das outras três dimensões (Oliveira 2004). Tendo em conta estas dimensões, e distintamente do que acontece noutras modalidades com a dominante energético-funcional ou caráter técnico combinado, nos JDC, a componente tática condiciona de um forma bastante importante a prestação dos jogadores e das equipas (Teoduresco, 1977; Konzag, 1983; Schnabel, 1988; Frade, 1990; Faria & Tavares 1992; Gréhaigne, 1992; Castelo, 1993; Dufour, 1993; Bayer, 1994).

Segundo Frade (2004), citado por Dias (2009), o futebol é um jogo de dinâmicas cuja invariante estrutural é a interação e o modelo do jogo em que estes interagem entre si. Dentro das previsibilidades que sejam reconhecidas, a interação das imprevisibilidades e que se relacionem com os constantes estados de equilíbrio e de desequilíbrios característicos do sistema.

### **3.2. Treinador de Futebol**

Os treinadores, como figuras muito importantes no mundo do desporto, são responsáveis por jovens e por equipas de alto nível, onde têm uma grande influência servindo de modelo exemplar (Willmann & Zipprich, 1995).

Sendo a equipa de intervenção uma equipa em processo de formação, foi possível presenciar a responsabilidade de transmitir o conhecimento para os atletas de forma a que eles o consigam interpretar, e de seguida, o por em prática de forma a que eles próprios percebam e acreditem no processo realizado em treino. Um treinador capaz de realizar este processo de aprendizagem e liderança deverá conter um grande conjunto de conhecimento e experiências, onde a formação e saberes, a atividade competitiva e eficiência dos atletas, juntamente com fatores influenciadores do rendimento, contribuem para a evolução de um sistema muito mais complexo de saberes (Pereira, 2003).

Segundo Araújo (2009), o treinador assume um papel dividido em três componentes, a formação integral dos jogadores, a sua atualização profissional constante e a participação no desenvolvimento da sua modalidade e desporto em geral. Sendo uma equipa de formação de futebol feminino, é ainda mais crucial este papel.

Nesta modalidade os treinadores deparam-se com um número de anos de formação muito reduzido, ainda existindo casos onde o primeiro ano de prática é no escalão júnior ou até sénior. O tempo de formação reduzido e a necessidade de preparar as atletas quase para o imediato, requer uma necessidade e uma disposição do treinador para a formação e para a sua constante atualização. Sendo o futebol feminino uma modalidade em evolução, origina que tanto a formação como a oferta competitiva seja cada vez mais fácil de adquirir.

Treinar significa aprender e desenvolver ações e/ou capacidades, com um objetivo específico. Este treino é orientado por um profissional que tem a função específica de conduzir esse processo, fazendo-o no quadro de um conjunto de saberes sustentam a capacidade de desempenho profissional (Rosado & Mesquita, 2014).

As concepções do desporto têm-se alterado ao longo dos tempos. Igualmente acontece com a denominação de treinador de desporto e o seu processo de profissionalização (Almeida, 2001). No início de século XX, em Portugal considerava-se que o desporto não era um meio de aperfeiçoamento individual, mas sim uma deformação física e até perversão moral (Decreto nº21.11., de 16 de Abril de 1932). Este modo de pensar marcou efetivamente o processo de profissionalização dos treinadores e do desporto. Apenas em 1974, após a Revolução é criado um setor de formação, dentro da Direção-Geral dos Desportos, com o objetivo de fomentar as Federações na organização de ações de formação e cursos para os diversos agentes desportivos. Em 1977, foi criado o Instituto Nacional do Desporto, que ficou responsável pelo setor da formação, e institui-se um modelo de formação dos agentes desportivos, onde o Estado ficava com o dever da “formação de quadros técnicos desportivos, com exceção de professores de educação física” (Decreto-Lei nº 553/77 de 31 de Dezembro). Poucos anos depois, em 1985, define-se os princípios e estabelecem-se as regras que condicionam o acesso e o exercício da atividade dos treinadores de desportivos no âmbito do desporto federado (Decreto-Lei nº163/85, de 15 Maio). Posteriormente, constata-se a grande necessidade de formação do sistema desportivo, onde o modelo instaurado se demonstrou incapaz de executar. Desde então, a formação dos agentes desportivos, nomeadamente dos treinadores, passou a estar ao encargo das Federações Desportivas (Decreto-Lei nº 350/91 e Decreto-Lei nº 351/91, ambos de 19 de Setembro) (Almeida, 2001).

Segundo o Decreto-Lei nº 407/99 de 15 de Outubro, que enquadra a formação dos treinadores no âmbito da formação profissional, os treinadores são “indivíduos que intervêm diretamente na realização de atividades desportivas a quem se exige domínio teórico-prático da respetiva área de intervenção” e que “conduzem o treino de praticantes desportivos com vista a desenvolver condições para a prática e reconhecimento da modalidade ou otimizar o seu rendimento desportivo, independentemente da denominação que lhe seja atribuída”. Sendo assim Teotónio Lima questiona “se não se aceita que, no sistema educativo, a função de docente seja exercida por quem não tenha habilitação própria, como é que vamos admitir que, no sistema desportivo, aqueles que ensinam, treinam e dirigem crianças e jovens sejam dispensados de uma habilitação apropriada?” (Lima, 2001).

Segundo Côtê & Gilbert (2009), a efetividade da ação do treinador desportivo é conceituada como a “[...] aplicação consistente de conhecimentos profissionais, interpessoais e intrapessoais de forma integrada, no sentido de ampliar a competência, confiança, caráter e conexão de atletas/praticantes em contextos específicos”.

Atualmente, segundo a Lei n.º 40/2012 de 28 de agosto, que estabelece o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto, a Assembleia da República decreta como objetivos gerais do treinador de desporto a promoção da ética desportiva, o desenvolvimento do espírito desportivo e a defesa da saúde e segurança dos praticantes nas demais atividades

desportivas. Nomeadamente, os objetivos específicos do exercício de treinador, são bastante diversificados, indo desde a fomentação e o favorecimento da aquisição de conhecimentos gerais e específicos que garantam competência técnica e profissional na área da intervenção desportiva, à impulsionalização da utilização de instrumentos técnicos e científicos para a melhoria qualitativa da intervenção no sistema desportivo, ao incentivo do aperfeiçoamento qualitativo e desenvolvimento quantitativo da prática desportiva, à dignificação das profissões e ocupações do desporto e fazer observar a respetiva deontologia, à contribuição para facilitar o reconhecimento, o recrutamento e a promoção de talentos com vista ao desenvolvimento do desporto, até à contribuição para o reconhecimento público da importância social do exercício da atividade e da profissão de treinador de desporto.

A função do treinador implica a tomada de decisões, organizadas com base em indicadores e segundo critérios que obedecem a uma certa ordem e em diferentes domínios, como a organização do treino, liderança, estilo e formas de comunicação (com os jogadores, dirigentes, árbitros, jornalistas), opções estratégicas e táticas decorrentes da observação e análise do jogo, da gestão das pressões contidas na competição, do controlo da capacidade de concentração e emoções, entre outras (Araújo, 1997).

### **3.3. Conhecimentos e Competências do Treinador**

O papel de treinador de desporto enquanto atividade profissional, acarreta consigo um amplo conjunto de funções, pelas quais é solicitado conhecimentos e competências diversificadas (Cunha, Mesquita, Rosado, Sousa & Pedro, 2010).

Treinadores que entendem diferentes estilos de aprendizagem e preferências tendem ser mais eficazes, o que tem implicações para o conteúdo da educação dos atletas (Cassidy, Potrac & McKenzie, 2006). Os comportamentos do treinador são importantes para a implementação do processo de treino (Price & Weiss, 2000), os atletas percebem que os treinadores que não dão suficiente feedback instrucional são menos eficazes, já o reforço positivo foi visto como um comportamento positivo dos treinadores (Smith, Smoll & Barnett, 1995). No entanto, quando os atletas atingem um certo estágio de desenvolvimento, ficam dispostos a aceitar o treino duro se considerarem que os resultados são favoráveis (Cushion & Jones, 2006).

Segundo Resende, Sequeira & Sarmiento (2016), as competências que o treinador deve manusear reúnem-se nas dimensões dos “saberes”, mais especificamente o “saber-fazer”, o “saber-ser” e “saber-estar”, do referencial de formação geral de Grau I, II e III de treinador.

No estudo realizado por Nógic, Carvalhinho, Sequeira & Resende (2015), com uma amostra de 119 treinadores de basquetebol em Portugal, representativos de 70% dos treinadores membros da Associação Nacional de Treinadores de Basquetebol (ANTB), os treinadores de Grau I,

apresentam maiores necessidades de formação na área dos primeiros socorros, no relacionamento com os familiares e à postura comportamental dos praticantes. Relativamente aos treinadores de Grau II, salienta-se também a área dos primeiros socorros, os conhecimentos nutricionais e a gestão comportamental dos praticantes; por fim, nos treinadores de Grau III, destaca-se uma maior necessidade para o conhecimento científico e tecnológico, gestão de carreiras desportivas e otimização do rendimento desportivo.

No estudo de Cunha et al. (2010) consideram que os treinadores sem formação federativa identificaram maiores necessidades de formação nos domínios do Treino, da Competição e do Papel de Formador relativamente aos treinadores com formação de nível II e III, particularmente, no que se refere a competências relacionadas com a planificação e gestão das competições e a competências de orientação da formação de outros treinadores.

### **3.4. Planificação segundo as tarefas do treinador**

A planificação conceptual define-se pelo estabelecimento de linhas gerais e específicas que procuram direcionar e orientar a trajetória da organização da equipa, no futuro próximo e exprime-se no modelo de jogo da equipa (Castelo 2009). Segundo o mesmo autor, a eficiência da organização de uma equipa de futebol é resultado de um método de análise, definição e sistematização das diferentes operações inerentes à construção e desenvolvimento de uma equipa. O treinador deverá conceptualizar e adaptar a planificação de forma mais ou menos criativa e com maior ou menor eficácia à especificidade dos jogadores, maximizando assim, as suas potencialidades como um conjunto, procurando estabelecer as condições vantajosas à concretização das finalidades e dos objetivos pré-estabelecidos.

Oliveira (2004), refere que o processo de planificação é parte fundamental das diferentes tarefas do treinador, o que implica que seja feito um esforço de sistematização das ideias de jogo para poder maximizar as suas funções. Na sistematização das ideias de jogo é utilizado o conceito de “processo fractal” cujo objetivo é decompor a organização do jogo. Esta divisão origina quatro pontos, o primeiro refere os diferentes momentos, sendo eles a organização defensiva, transição ofensiva, organização ofensiva e transição defensiva, o segundo refere o modelo de jogo adotado pelo treinador, o terceiro refere o entendimento da especificidade e por último refere a modelação dos exercícios de treino.

### **3.5. Modelo de Jogo e a sua Operacionalização**

O modelo de jogo parte de uma ideia ou conceção de jogo que se define num projeto de ações individuais e coletivas de uma equipa, e é desenvolvido através de ferramentas operacionais específicas que direcionam os efeitos do processo de treino num determinado sentido e avalia a interação treino/competição em função da sua eficácia, através da análise diagnóstica e prognóstica dos jogos efetuados (Castelo, 2009).

No jogo de futebol não é possível prever a sequência de ações que se irá realizar devido à imprevisibilidade e aleatoriedade dos acontecimentos, no entanto, as ações dos jogadores da mesma equipa tendem a ser convergentes, podendo ser categorizáveis no sentido de se satisfazer objetivos comuns (Garganta & Gréhaigne 1999, citado por Sousa 2006).

Castelo (1994 e 1996), define o modelo de jogo como um ensaio, sendo este uma aproximação que representa os aspetos fundamentais de uma ou várias situações de uma realidade, neste caso o jogo. É considerado como uma construção teórica que procura definir e reproduzir todo um sistema de relações consubstanciando pelos elementos que formam uma realidade. A criação de um modelo de jogo para uma equipa, deve ter em conta aspetos como a conceção de jogo do treinador (Castelo, 1998), as capacidades e características dos jogadores (Castelo 1996, 1998), os princípios de jogo, as organizações estruturais e a organização funcional (Guilherme Oliveira 2003 citado por pereira 2006).

Segundo Bompa (1990) o processo de construção e organização do modelo de jogo é constituído por cinco fases, a Fase da Contemplação - O treinador observa e analisa o atual nível de prestação no treino; a Fase da Inferência - Reflexão sobre as conclusões da observação, decidindo quais os elementos (técnico-táticos, físicos e psicológicos) do seu modelo de treino que deverão ser extinguidos, e os que devem ser desenvolvidos e aperfeiçoados; a Fase da Construção - O treinador introduz os elementos qualitativos (aspectos da intensidade do treino, aspectos técnico-táticos, estratégicos e psicológicos) e os quantitativos (aspectos relativos ao volume de treino, duração e número de repetições necessárias para desenvolver e aperfeiçoar os aspectos qualitativos); a Fase Avaliativa - O treinador testa o modelo organizativo da equipa em treino e caso seja possível em competições de menor importância; a Fase da Validação - O treinador volta a retirar as conclusões do modelo de jogo, introduzindo as alterações necessárias, que à partida deverão ser pequenas alterações; e por últimos a Fase Final - O modelo deverá ser aplicado no treino, para se tornar eficaz nas competições.

Segundo Frade (2004) citado por Dias (2009), o modelo de jogo representa o desenvolvimento de princípios que levam à construção daquilo que pretendemos, tratando-se da construção de algo

inicialmente pensado e relacionado com a conceção de jogo do treinador, considerando vários aspetos de orientações, ideias e regras organizacionais de uma equipa, com o objetivo de a preparar para reagir à variedade de situações que surgem durante a competição.

Segundo Carvalhal (2002), o modelo de jogo constitui-se sempre como o futuro, aquilo que pretendemos alcançar e que estamos constantemente a visualizar, sendo a ideia de jogo que nos dá as coordenadas para poder trabalhar, para guiar o processo e poder chegar ao nível máximo de jogo.

Um dos objetivos principais do treino deverá ser fomentar a possibilidade de transmissão e aquisição dos conhecimentos específicos coletivos e individuais à equipa e jogadores, para desta forma aumentar a qualidade de desempenho. O processo de treino representa o meio fundamental de preparação dos jogadores e equipa, onde compete ao treinador apetrechar os jogadores de conhecimentos, que irão permitir a resolução dos problemas de jogo dentro de uma determinada forma de resolução. Esta resolução dos problemas representa-se como a forma específica de jogar da equipa e permite criar uma lógica comum entre todos os elementos e consequentemente uma idêntica. Assim, quanto maior for a identidade entre o processo de treino e o modelo de jogo que se pretende atingir, maior será a coerência do processo, orientando a ação de quem transmite (treinadores) e de quem aprende (jogadores e equipa) (Guedes, 2012).

O modelo de treino deverá conter em si, meios, métodos e formas que proporcionem a apropriação (aprendizagem e aperfeiçoamento) de comportamentos técnico-táticos sustentados no desenvolvimento das qualidades físicas específicas, dentro de quadros próximos das situações reais de competição (Ferreira e Queiroz, retirado de Castelo, 1996).

Segundo Guilherme Oliveira (2004), a concretização do processo de treino é indispensável na elaboração, potencialização e desenvolvimento de conhecimentos específicos nos jogadores e equipa, permitindo mais facilmente o reconhecimento do jogo, apreensão, decisão e atuação sobre e durante a competição. O processo de treino deve estimular os jogadores de forma contextualizada de acordo com um referencial, um projeto de jogo coletivo, proporcionando estados emocionais positivos para que os jogadores possam na altura do jogo, agir e responder conforme aquilo que aprenderam. O treino funciona assim, como o gerador de todo o processo de rendimento e exige que sejam definidos os objetivos e conteúdos a fornecer, no sentido de possibilitar adaptações à equipa de forma a possibilitar a aprendizagem de um “jogar” específico. Neste sentido, todas as tarefas que os jogadores se submetem devem exigir uma alta especificidade e identidade com o modelo de jogo do treinador.

Segundo Castelo (2006), a cada modelo de jogo corresponde um modelo específico de preparação (treino) da equipa. Uma vez que o modelo de jogo representa o guia de todas as tarefas de

operacionalização do processo de treino, existe a necessidade de criar uma periodização que contemple fundamentalmente treinos específicos de forma, a que exista articulação e um conjunto de relações que certamente só serão otimizadas sendo treinadas, criando nos jogadores o hábito de jogar numa determinada forma (Carvalho, 2002).

Araújo (2009) refere que o treinador tem de relacionar todo o seu saber teórico e prático da modalidade, adquirindo experiência profissional, de modo a gerir todos os agentes que estão envolvidos no processo de treino. A este, cabe também, a transmissão de valores, a promoção de autoestima, inculcando noções de liderança (Penney, 2006). Nas diversas tomadas de decisão, estão inculcadas a formação profissional e pessoal, para posteriormente influenciar positivamente os jogadores intervenientes no contexto desportivo (Costa, 2009).

Considerando os fundamentos referidos anteriormente, foi construído um Modelo de Jogo, onde se teve em atenção a equipa em contexto de estágio procedendo-se a uma melhor definição da ideia de jogo que se iria praticar de acordo com os objetivos traçados.

## 4. Entidade de Estágio – O Clube

Tendo noção que a entidade de estágio representa um dos clubes com mais anos na história da primeira divisão feminina, existiu uma preocupação de conhecer a sua história, sendo esta encontrada em documentos antigos e nos estatutos do clube.

### Grupo Desportivo e Cultural de A-dos-Francos

*“Garra, Ambição, Sacrifício, União!”*

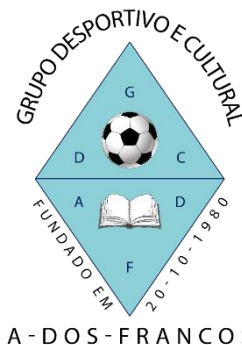


Figura 1 - Emblema do G.D.C. A-dos-Francos

O Grupo Desportivo de A-dos-Francos foi fundado no ano de 1975, tendo os seus estatutos reconhecidos apenas a 20 de outubro de 1980. O clube iniciou a sua atividade com equipas constituídas por jogadores com “formação” de rua.

O clube passou por algumas perturbações de direção durante o período 25 de Abril, onde era muito pretendido devido a disputas partidárias. Posteriormente existiu uma época, onde, não havendo candidatos para as direções, a continuidade do clube foi assegurada por uma comissão de gestão. Após o trabalho e persistência de dois elementos que conseguiram mobilizar a população, foram apresentadas duas listas para os órgãos diretivos. Face a esta eleição surgiu uma nova época da vida do clube.

Esta nova fase começou com uma secção de ginástica, e mais tarde uma secção de patinagem e ciclo turismo que duraram vários anos.

O futebol e as equipas de formação surgiram na época de 2004/2005 com a criação de equipas a partir dos traquinas. Na época de 2005/2006, devido a várias raparigas demonstrarem interesse no jogo, quando iam acompanhar os irmãos aos treinos, surgiu a vontade de se criar uma equipa de futebol feminino. Esta começou por ser formada por raparigas da localidade, mas rapidamente começaram a surgir interesse de zonas mais distantes. A impossibilidade das jogadoras, a partir dos 13 anos, não jogarem nas equipas masculinas, facilitou a aderência a este projeto.

Surgiu assim, a equipa de futebol feminino de A dos Francos mais conhecida por ADF, que desde o ano de 2013 se mantém na 1ª divisão Nacional.

#### 4.1. Palmarés do Clube

Desde o início, o clube conseguiu alcançar alguns títulos, tais como:

**Tabela 1 - Palmarés do G.D.C. A-dos-Francos**

| <b>Época</b> | <b>Descrição</b>  |
|--------------|---|
| 2007/2008    | Subida de Divisão da equipa de Iniciados Masculinos para a Divisão de Honra da A. F. Leiria                                       |
| 2008/2009    | Conquista do Campeonato Distrital de Seniores de Futebol Feminino (AF Leiria)   |
| 2009/2010    | Conquista do Campeonato Distrital de Seniores de Futebol Feminino (AF Leiria)   |
| 2009/2010    | Conquista da Taça de Promoção de Futebol de Onze Feminino, a nível Nacional   |
| 2010/2011    | Conquista do Campeonato Distrital de Seniores de Futebol Feminino (AF Leiria)   |
| 2011/2012    | Conquista do Campeonato Distrital de Seniores de Futebol Feminino (AF Leiria)   |
| 2011/2012    | Conquista da Taça de Promoção de Futebol de Onze Feminino, a nível Nacional   |
| 2012/2013    | Conquista do Campeonato Distrital de Seniores de Futebol Feminino (AF Leiria)   |
| 2012/2013    | Conquista da 1ª Edição da Taça Distrital de Futebol Feminino (AF Leiria)  |
| 2012/2013    | Conquista do Campeonato de Promoção de Futebol Feminino (2ª Divisão Nacional) e consequente subida à 1ª Divisão Nacional Feminina |
| 2012/2013    | Presença nas Meias-Finais da Taça de Portugal de Futebol Feminino   |
| 2013/2014    | Conquista do Campeonato Distrital de Seniores de Futebol Feminino (AF Leiria)   |
| 2013/2014    | Conquista da 2ª Edição da Taça Distrital de Futebol Feminino (AF Leiria)  |
| 2015/2016    | Finalista no Campeonato Nacional Juniores Sub-19 Feminino   |
| 2017/2018    | Finalista na Taça de Juniores Sub-19 Feminino   |

#### 4.2. Análise do Envolvimento

A entidade acolhedora possui sede no Campo das Barreiras, na vila de A-dos-Francos, distrito das Caldas da Rainha. Esta, concentra um campo de relvado sintético com as medidas de 95 m x 49,5 m, uma bancada com a capacidade para 150 pessoas e um bar com serviço nos dias de jogo. Devido às reduzidas medidas, apenas os escalões de benjamins sub-10 e seniores masculinos competem neste local. Os escalões de juniores e seniores femininos, participantes em campeonatos nacionais, competem no Campo Luís Duarte situado nas Caldas da Rainha, com as medidas totais de 100 m x 64 m.

A sede dispõe também, de um espaço dedicado aos trabalhos da direção, uma sala de armazenamento de vestuário desportivo, uma sala com serviço de cozinha e bar, uma sala de troféus, um posto médico, uma arrecadação de material desportivo e quatro balneários, sendo um deles apropriado para a equipa de arbitragem.

### 4.2.1. Recursos Espaciais

Na tabela seguinte são apresentados os espaços disponibilizados durante o microciclo de treinos e jogo.

**Tabela 2 - Recursos Espaciais durante um Microciclo Competitivo**

| Atividade   | Dia de Semana | Localização                          | Horário                                       |
|-------------|---------------|--------------------------------------|---|
| Treino      | Terça-feira   | Campo das Barreiras (A-dos-Francos)  | 20 horas 30 minutos - 22 horas                |
|             | Quarta-feira  | Campo Luís Duarte (Caldas da Rainha) | 20 horas 30 minutos - 22 horas                |
|             | Sexta-feira   | Campo das Barreiras (A-dos-Francos)  | 20 horas 30 minutos - 22 horas                |
| Jogo (Casa) | Sábado        | Campo Luís Duarte (Caldas da Rainha) | 13 horas e 30 minutos - 17 horas e 30 minutos |

### 4.2.2. Recursos Materiais

Na tabela seguinte é descrito o material que se encontra disponível para utilização nas unidades de treinos. De referir que o clube apresenta uma grande variedade de material e em bom estado para uso das atletas.

**Tabela 3 - Recursos Materiais Disponíveis**

| Material                           | Quantidade   | Material                          | Quantidade   |
|------------------------------------|--------------|-----------------------------------|--------------|
| Arcos (pequenos e médios)          | 20 unidades  | Bolas Nike Tamanho 5              | 1 unidades   |
| Balizas Futebol 11 (Fixas)         | 2 unidades   | Bola de Pilates                   | 1 unidades   |
| Balizas de Futebol (amovíveis)     | 7 2 unidades | Caixa de Pliometria               | 5 unidades   |
| Balizas de Futebol (amovíveis)     | 5 2 unidades | Cintos de Tração Duplos           | 50 unidades  |
| Barreiras (pequenas e médias)      | 12 unidades  | Garrafas de Água (conjuntos de 8) | 3 unidades   |
| Bola Medicinal 3 Kg                | 1 unidades   | Mini Balizas                      | 8 unidades   |
| Coletes (4 cores)                  | 14 unidades  | Minitrampolim                     | 1 unidades   |
| Cones (grandes, médios e pequenos) | 8 unidades   | Sinalizadores (4 cores)           | 100 unidades |
| Escadas de Coordenação             | 15 unidades  | Varas e Bases                     | 10 unidades  |

## 5. O Estágio

O estágio decorreu entre os dias de 1 de setembro de 2018 e 30 de junho de 2019, no Grupo Desportivo e Cultural de A-dos-Francos. Sendo uma entidade já conhecida pela estagiária o processo de ambientação praticamente não existiu. A direção do clube manteve a sua estrutura, existindo apenas alterações nas equipas técnicas e respetivas equipas.

### 5.1. Funções dentro da Entidade

Durante a época desportiva de 2018/2019 a estagiária em questão exerceu funções de treinadora principal em três equipas distintas. Estas foram divididas hierarquicamente, onde se privilegiou o tipo de campeonato, o nível competitivo e o compromisso dentro de cada equipa. Sendo assim a equipa com maior destaque foi a equipa de juniores femininos sub-19, equipa eleita para o presente relatório. Simultaneamente, e por ordem hierárquica, foram realizadas as funções de treinadora principal na equipa sénior masculina e equipa de benjamins sub-10. Posteriormente, passou-se também a exercer a função de treinadora de guarda-redes da equipa sénior masculina.

**Tabela 4 - Funções dentro da Entidade**

| <b>Função</b>        | <b>Equipa</b>                       |
|----------------------|-------------------------------------|
| Treinadora Principal | Juniores Femininos sub-19 (Estágio) |
| Treinadora Principal | Seniores Masculinos INATEL          |
| Treinadora Principal | Benjamins “A” sub-10                |

O plano de trabalho pessoal de uma semana padrão, como apresentado na tabela 4, foi constituído, por treinos de benjamins sub-10 às terças e sextas-feiras, no Campo das Barreiras, às 19h, treinos de juniores femininos sub-19 às terças, quartas e sextas-feiras, no Campo das Barreiras e Campo Luís Duarte (quarta-feira) às 20h30m e por treinos de seniores masculinos às segundas e quintas-feiras, no Campo das Barreiras às 20h30m, precedidos de treino de guarda-redes 1 hora e 30 minutos antes. Durante o fim-de-semana, os jogos do escalão mais jovem iniciam-se às 11h de sábado, e do escalão de juniores às 15h, sendo o jogo de seniores ao domingo às 11h em casa e 15h fora.

**Tabela 5 - Plano de Trabalho Semanal**

| Dia<br>Horário   | 2ª feira | 3ª feira    | 4ª feira | 5ª feira | 6ª feira    | Sábado      | Domingo               |
|------------------|----------|-------------|----------|----------|-------------|-------------|-----------------------|
| 11h00m<br>12h00m |          |             |          |          |             | J<br>11h00m | J<br>11h00m<br>(Casa) |
| 12h00m<br>13h00m |          |             |          |          |             | RJ          |                       |
| 13h00m<br>14h00m |          |             |          |          |             |             |                       |
| 14h00m<br>15h00m |          | PT          |          |          |             | PT          |                       |
| 15h00m<br>16h00m |          | PT          | PT       |          |             | PT/ PJ      | J<br>15h00m<br>(Fora) |
| 16h00m<br>17h00m | PT       |             |          | PT       |             | J<br>15h00m | J<br>15h00m<br>(Fora) |
| ...              | ...      |             |          |          |             |             |                       |
| 19h00m<br>20h00m | T GR     | T<br>19h00m |          | T GR     | T<br>19h00m | RJ          | RJ                    |
| 20h00m<br>21h00m | T        | T           | T        | T        | T           | PJ          |                       |
| 21h00m<br>22h00  | 20h30m   | 20h30m      | 20h30m   | 20h30m   | 20h30m      |             |                       |
| 22h00m<br>23h00m |          |             |          |          | PJ          |             |                       |

**Legenda:**

|      |                           |
|------|---------------------------|
|      | Benjamins sub-10          |
|      | Juniores Femininos sub-19 |
|      | Seniores Masculinos       |
| PT   | Planeamento do Treino     |
| PJ   | Planeamento do Jogo       |
| RJ   | Reflexão do Jogo          |
| RT   | Reflexão do Treino        |
| T    | Treino                    |
| T GR | Treino de Guarda Redes    |

### 5.1.1. Atividade Principal: Treinadora Principal na Equipa de Juniores Femininos sub-19

De seguida é apresentada uma descrição da atividade como treinadora principal da equipa de juniores femininos sub-19 do Grupo Desportivo e Cultural de A-dos-Francos. Identificou-se o grupo de trabalho e respetivas características, refletindo sobre as alterações e estratégias do processo competitivo e respetivos.

#### 5.1.1.1. Descrição da Atividade na Equipa de Juniores Femininos

O exercício da função de treinadora principal na equipa de juniores femininos do Grupo Desportivo e Cultural de A-dos-Francos, é inserida nas competições designadas como Campeonato Nacional de Juniores Femininos e Taça Nacional de Juniores Femininos. Pretendeu-se aplicar um conjunto de conhecimentos adquiridos ao longo do percurso académico, tendo a vertente de Estágio Académico, com vista à obtenção do grau de Mestre em Desporto com especialização em Treino Desportivo na Modalidade de Futebol.

A planificação, a organização, a gestão, a condução e avaliação do treino e competição serão as áreas específicas de intervenção ao longo do estágio.

Sendo o grupo de trabalho essencial para coordenar, selecionar e aplicar os melhores métodos de trabalho, de forma a atingir determinados objetivos, apresentamos de seguida a equipa técnica e as suas funções.

### 5.1.1.2. Equipa Técnica e Funções

A equipa técnica ao longo da época desportiva foi sofrendo diversas alterações, onde no seu início, era apenas constituída por um elemento, a treinadora principal. Durante a pré-época iniciou-se o trabalho com o treinador de guarda redes e uma treinadora adjunta. Devido a incompatibilidade de horários esta última não continuou o acompanhamento da equipa. Semanas depois surgiu a oportunidade de adquirir um treinador em formação académica que participava nos treinos da equipa sénior feminina, este aceitou a proposta e iniciou a função de treinador adjunto. Nos dias de jogo, a equipa era acompanhada por um massagista e um técnico de material.

A relação treinadora principal – treinador adjunto foi rapidamente estabelecida, baseando-se no compromisso e cooperação para alcançar os objetivos já definidos. Sendo um treinador ainda em formação académica e por decisão da treinadora, foi dada a liberdade de planeamento de determinados exercícios e a sua gestão durante o treino.

A intervenção realizada ao longo da época desportiva compreendeu-se em três aspetos, o planeamento, a operacionalização e a reflexão.

Na seguinte tabela é descrita, de forma esquematizada, as respetivas funções para cada elemento da equipa técnica.

**Tabela 6 - Tarefas e Responsabilidades da Equipa Técnica**

| Treinadores          | Planeamento |             | Operacionalização |                   |                 |                           |                  | Reflexão      |             |      |
|----------------------|-------------|-------------|-------------------|-------------------|-----------------|---------------------------|------------------|---------------|-------------|------|
|                      | Macro ciclo | Micro ciclo | Unidade de Treino | Exercícios Treino | Feedback Treino | Preleção Jogo e Intervalo | Aquecimento Jogo | Feedback Jogo | Micro ciclo | Jogo |
| Treinadora Principal | ✓           | ✓           | ✓                 | ✓                 | ✓               | ✓                         | ✓                | ✓             | ✓           | ✓    |
| Treinador Adjunto    | -           | -           | ✓                 | ✓                 | ✓               | ✓                         | -                | ✓             |             | ✓    |
| Treinador GR         | -           | -           | ✓                 | ✓                 | ✓               | ✓                         | ✓                | ✓             | -           | ✓    |

### 5.1.1.3. Plantel

A equipa de juniores femininos sub-19 constitui-se por 16 atletas, com idades compreendidas entre 13 e os 18 anos com uma média de  $15,375 \pm 2,63$ . Agregando à média de idades baixa, juntamos a quantidade reduzida de anos de formação, como poderemos verificar no seguinte quadro.

O plantel sofreu alterações desde a época desportiva anterior, tendo duas atletas desistido devido a motivos académicos e três atletas subido ao escalão superior. Não tendo só perdas, a equipa adquiriu uma jogadora proveniente do Sporting Clube de Portugal, duas jogadoras do Ginásio Clube de Alcobaça e três jogadoras que iniciaram a prática desportiva.

**Tabela 7 - Constituição do Plantel da Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos na época de 2018/2019**

| <b>Nome</b> | <b>Posição em que utilizada</b> | <b>Idade</b> | <b>Anos de Formação Anteriores</b> |
|-------------|---------------------------------|--------------|------------------------------------|
| Jogadora 1  | GR                              | 17           | 1                                  |
| Jogadora 2  | DC                              | 17           | 1                                  |
| Jogadora 3  | DC                              | 16           | 1                                  |
| Jogadora 4  | DLE                             | 15           | 2                                  |
| Jogadora 5  | DLE/MD                          | 15           | 3                                  |
| Jogadora 6  | DLD/ED                          | 15           | 3                                  |
| Jogadora 7  | DLD/ED                          | 15           | 1                                  |
| Jogadora 8  | MD/O                            | 15           | 5                                  |
| Jogadora 9  | MO/PL                           | 17           | 3                                  |
| Jogadora 10 | ED                              | 16           | 0                                  |
| Jogadora 11 | ED                              | 16           | 2                                  |
| Jogadora 12 | EE                              | 15           | 3                                  |
| Jogadora 13 | EE                              | 14           | 0                                  |

|             |    |    |   |
|-------------|----|----|---|
| Jogadora 14 | PL | 15 | 1 |
| Jogadora 15 | PL | 13 | 0 |
| Jogadora 16 | PL | 15 | 1 |

#### **5.1.1.4. Caracterização do Contexto Competitivo**

A equipa de juniores femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos integrou na época desportiva de 2018/2019, participando no Campeonato e Taça Nacional de Juniores Femininos organizado pela Federação Portuguesa de Futebol.

O Campeonato é organizado numa 1ª Fase, com seis séries a nível nacional, onde os 1º Lugares de todas as séries e melhor 2º Lugar em geral, passa para a 2ª Fase. Esta é dividida em Série Norte e Sul, na Fase de Apuramento de Campeão, e por fim, com os vencedores de cada série referida, é realizada uma final a duas mãos. As equipas que não atingem os lugares referidos são automaticamente encaminhadas para a Taça Nacional.

Sabendo de antemão que seria muito complicado a passagem para a 2ª Fase, a época dividir-se-ia em duas partes.

No Campeonato o percurso foi muito equivalente nas duas voltas, com um total de 16 jogos disputados na “Série E”, tendo apenas mais uma derrota na 2ª volta, apresentando 9 Vitórias, 7 Derrotas e 0 Empates. Considerando o 4º Lugar na prova, a equipa ficou a 3 pontos do lugar acima, e apresentou os mesmos 27 pontos da equipa com classificação inferior. O critério de desempate apresentado primeiramente foi o número de vitórias, onde a equipa em questão apresentou mais uma em relação à equipa no lugar inferior.

Não tendo os critérios necessários para passar para a 2ª Fase do Campeonato, a equipa foi direcionada para a Taça Nacional. Esta competição foi organizada inicialmente em seis séries a nível nacional e posteriormente em duas fases eliminatórias e uma final a duas mãos.

Nesta competição a equipa passou em 1º lugar na “Série F”, tendo como curiosidade o último jogo na fase de grupos, o jogo que iria decidir que equipa passaria para a fase eliminatória ser contra a mesma equipa que disputou o 4º Lugar no Campeonato Nacional. Saindo vitoriosas com um resultado 1-0, transitou-se para a 1ª Fase de Eliminação.

Tendo uma deslocação difícil ao campo do União Recreativa de Cadima, e após um jogo muito disputado não conseguiram ultrapassar finalizar, perdendo assim, com a equipa que acabaria por vencer a Taça.

**Tabela 8 - Classificação Final do Campeonato Nacional de Juniores Femininos na Época de 2018/2019**

| Posição | Clube             | JGS | V  | E | D  | GM  | GS | PTS |
|---------|-------------------|-----|----|---|----|-----|----|-----|
| 1º      | SL Benfica        | 16  | 15 | 1 | 0  | 140 | 5  | 46  |
| 2º      | Sporting CP, SAD  | 16  | 14 | 1 | 1  | 106 | 11 | 43  |
| 3º      | CF Benfica        | 16  | 9  | 3 | 4  | 38  | 16 | 30  |
| 4º      | GDC A-dos-Francos | 16  | 9  | 0 | 7  | 35  | 49 | 27  |
| 5º      | CA Ouriense       | 16  | 8  | 3 | 5  | 26  | 21 | 27  |
| 6º      | CSU Torreense     | 16  | 5  | 3 | 8  | 21  | 39 | 18  |
| 7º      | GD Rio Mouro      | 16  | 3  | 0 | 13 | 11  | 97 | 9   |
| 8º      | GC Alcobaça       | 16  | 2  | 1 | 13 | 9   | 75 | 7   |
| 9º      | Lisboa SC         | 16  | 1  | 0 | 15 | 8   | 81 | 3   |

**Tabela 9 - Classificação Final na 1ª Fase da Taça Nacional de Juniores Feminino na Época de 2018/2019**

| Posição | Clube             | JGS | V | E | D | GM | GS | PTS |
|---------|-------------------|-----|---|---|---|----|----|-----|
| 1º      | GDC A-dos-Francos | 5   | 4 | 1 | 0 | 15 | 2  | 13  |
| 2º      | CA Ouriense       | 5   | 4 | 0 | 1 | 18 | 1  | 12  |
| 3º      | ACR Maceirinha    | 5   | 2 | 2 | 1 | 19 | 5  | 8   |
| 4º      | GC Alcobaça       | 5   | 1 | 2 | 2 | 7  | 15 | 5   |
| 5º      | AR Meirinhas      | 5   | 1 | 1 | 3 | 14 | 15 | 4   |
| 6º      | GD Os Vidreiros   | 5   | 0 | 0 | 5 | 0  | 35 | 0   |

**Tabela 10 - Resultados da 1ª Fase Eliminatória da Taça Nacional de Juniores na Época de 2018/2019**

| Data    | Hora   | Equipa Visitada | Equipa Visitante  | Resultado |
|---------|--------|-----------------|-------------------|-----------|
| 25 Maio | 16h00m | SC Freamunde    | Boavista FC       | 0 – 5     |
| 25 Maio | 16h00m | UR Cadima       | GDC A-dos-Francos | 1 – 0     |
| 25 Maio | 16h00m | Âncora-Praia FC | AMCH Ringe        | 3 – 0     |
| 26 Maio | 16h00m | CF Benfica      | Ourique DC        | 4 – 1     |

As tarefas como treinadora principal abrangiam 3 aspetos mais gerais, o planeamento, a operacionalização e a reflexão. Estes dividiam-se em tarefas mais específicas que dividiam e tarefas de treino e de jogo.

Sendo temporalmente e logicamente, o planeamento a primeira tarefa a ser desenvolvida, começaremos a análise por este aspeto.

### 5.1.1.5. Análise das Tarefas e Funções

Tabela 11 - Análise do Planeamento

| <b>Planeamento</b>  |   |
|---------------------|---|
| Descrição           | Planeamento do Macroциclo   |
| Análise/Estratégias | <p>O planeamento do Macroциclo foi um dos primeiros aspetos a ser realizado. Tendo como base o Comunicado Oficial nº1 da FPF bem como as datas da época transata, foram definidas as datas de início de pré-época e conseqüentemente os momentos de treino técnico-tático defensivo e ofensivo, bem como das capacidades físicas.</p> <p>Sendo um documento realizado na generalidade para a orientação de calendário e conseqüentes treinos, sofreu diversas alterações devido a alterações de calendário e a necessidades urgentes de aperfeiçoar e de inserir.</p> |
| Descrição           | Planeamento do Microциclo   |
| Análise/Estratégias | <p>O planeamento do Microциclo realizava-se baseado no momento da época desportiva em que se situava.</p> <p>Não utilizando mesociclo para a organização intermédia, o microциclo era a principal forma de organização da semana de treinos. Este era definido à segunda-feira, onde era inserido os treinos e quais os principais aspetos a trabalhar, qual o adversário de jogo e respetivo local e hora.</p>   |
| Descrição           | Planeamento da Unidade de Treino  |
| Análise/Estratégias | <p>A unidade de treino era baseada no planeamento do microциclo, adequando as necessidades sentidas de melhoramento do jogo anterior e pensando no jogo seguinte. O primeiro treino da semana era mais focado para a parte física, o segundo como geralmente era o treino com menor número de atletas, decidiu-se focar no trabalho técnico e por fim, o terceiro treino, sendo na noite anterior ao dia de jogo apresentando uma intensidade mais reduzida, trabalhava-se características mais táticas direcionadas para estratégias de jogo.</p>                    |

De seguida ir-se-á analisar a operacionalização durante os treinos e jogos, e conseqüente feedback.

**Tabela 12 - Análise da Operacionalização**

| <b>Operacionalização</b> |   |
|--------------------------|---|
| Descrição                | Exercícios de Treino  |
| Análise/Estratégias      | <p>A montagem dos exercícios da unidade de treino era coordenada entre os treinadores, juntamente com a gestão entre exercícios. Os exercícios eram sempre montados 30 minutos antes do início da sessão de treino dando um intervalo de tempo para conversar com as jogadoras sobre o seu dia-a-dia.</p> <p>Quando não era possível a montagem total dos exercícios, existia a coordenação de montagem quando existia a pausa para hidratação. Em treinos de capacidade física, devido à utilização de muito material, as atletas ajudam na sua recolha.</p> |
| Descrição                | Feedback de Treino  |
| Análise/Estratégias      | <p>Durante a unidade de treino, durante o período de aquecimento, o feedback era maioritariamente orientado para a correção técnica das jogadoras, indo sempre que necessário à explicação básica dos movimentos e a sua demonstração. Nos exercícios mais táticos, o feedback era dividido com o treinador adjunto, onde um era orientado para o processo ofensivo e outro para o processo defensivo. No final, os alongamentos eram sempre exemplificados, e quando necessário os treinadores auxiliavam as atletas para um melhor desempenho.</p>          |
| Descrição                | Preleção do Jogo e Intervalo  |
| Análise/Estratégias      | <p>A preleção do jogo era iniciada com uma mensagem de confiança e de união entre campo, sempre colocando a equipa em primeiro lugar. Posteriormente era indicada a equipa titular, onde se indicava as missões específicas para cada posição, juntamente com a organização ofensiva e defensiva adequando com algum feedback da equipa adversária. Por fim voltava-se a uma mensagem orientada para o “querer dar tudo dentro de campo” e “lutar até ao fim”.</p>  |

---

No intervalo, era sempre dado cerca de três/quatro minutos para as jogadoras poderem hidratar e normalizar a respiração. Após este momento eram feitas as correções necessárias. Neste momento era muito utilizado questões às jogadoras como por exemplo “O que é que vocês estão a sentir dentro de campo?”, “Dificuldades que estão a sentir?” e a partir das suas respostas orientava-se as correções.

---

Descrição

Aquecimento de Jogo

---

Análise/Estratégias

O aquecimento de jogo das jogadoras de campo era orientado pela treinadora principal e o aquecimento da guarda redes pelo treinador adjunto. Este apesar de sofrer alteração a meio da época era baseado na mesma estrutura. Iniciava-se com uma mobilização articular (8 a 10 minutos), técnica de passe e receção, como bola rasteira e aérea (5 minutos), posse de bola (7 minutos no total - 3 minutos de atividade, paragem de 1 minuto para alongamentos dinâmicos, 3 minutos de atividade) e por fim finalização pura com 2 a 3 remates a cada jogadora.

O tempo do aquecimento e de cada exercício poderia variar dependendo das condições climáticas, podendo ser inserido no final um momento de velocidade de reação.

Apesar de ter a mesma estrutura achou-se necessário modificar o aquecimento para criar um estímulo diferente de modo a preparar melhor as jogadoras para o momento competitivo.

---

Descrição

Feedback do Jogo

---

Análise/Estratégias

Dependendo do jogo e do adversário, o feedback era mais orientado para o processo ofensivo ou defensivo, sendo que na maioria das vezes era a primeira opção. Durante o jogo era dada uma quantidade média de feedback, onde cerca de 30% era de motivação e os restantes 70% de indicações específicas do jogo. Apesar da treinadora principal ser a única que dava feedback para dentro de campo, existiam muitos momentos de troca de ideias e partilha com o treinador adjunto.

---

Por fim, analisar-se-á a reflexão realizada do processo de microciclo com o término no jogo.

**Tabela 13 - Análise da Reflexão**

| <b>Reflexão</b>     |  |
|---------------------|--|
| Descrição           | Microciclo   |
| Análise/Estratégias | <p>A reflexão do microciclo era realizada após o momento de competição, analisando os conteúdos desenvolvidos durante a semana de treino e as análises feitas de acordo com a equipa adversária.</p> <p>Era realizada uma análise à prestação da equipa em treino e da própria treinadora, com a reflexão positiva ou não no dia de competição.</p>  |
| Descrição           | Jogo   |
| Análise/Estratégias | <p>A reflexão do jogo era realizada no próprio dia, no máximo 6h após o apito final. Não existindo possibilidade de gravação do jogo, definiu-se este limite de tempo tendo os momentos de jogo ainda presente mentalmente, apesar de se ter a noção que existiria sempre a perda de informação.</p> <p>O relatório era composto inicialmente pelo layout das equipas e a disciplina. Posteriormente era realizada a análise qualitativa da equipa adversária, passando para uma análise quantitativa e de bolas paradas de ambas as equipas. Por fim era realizada uma análise geral da nossa equipa.</p> |

## **6. Apresentação e Reflexão do Modelo de Jogo**

De seguida apresenta-se um resumo do Modelo de Jogo e os principais aspetos trabalhados durante a época desportiva. Consequentemente é realizada uma reflexão sobre os aspetos adquiridos e quais os que houve necessidade de reformulação.

**Tabela 14 - Princípios de Jogo utilizados pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019**

---

| <b>Princípios de Jogo</b> |  |
|---------------------------|--|
| Descrição                 | <p>Os princípios de jogo são as orientações utilizadas em treino e jogo, tanto no planeamento como no feedback, utilizando as denominações técnicas, inserindo-as na cultura das jogadoras.</p>  |
| Fundamentos               | <p>Princípios Gerais (Carlos Queiróz): Orientações básicas que coordenam as atitudes e comportamentos técnico-táticos dos jogadores.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>· Recusar a Inferioridade Numérica</li><li>· Evitar a Igualdade Numérica</li><li>· Procurar a Superioridade Numérica</li></ul> <hr/> <p>Princípios Específicos: Comportamentos que coordenam as ações técnico-táticas dos jogadores principalmente em função da posição da bola e do adversário. Estes comportamentos são alterados em função de:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>· Fase em que a equipa se encontra;</li><li>· Posição da bola;</li><li>· Posição dos colegas de equipa;</li><li>· Posição dos adversários;</li><li>· Distância da baliza.</li></ul> <p><u>Ataque</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>· 1º Princípio – Progressão</li><li>· 2º Princípio – Cobertura Ofensiva</li><li>· 3º Princípio – Mobilidade</li><li>· 4º Princípio – Espaço</li></ul> <p><u>Defesa</u></p> <ul style="list-style-type: none"><li>· 1º Princípio – Contenção</li><li>· 2º Princípio – Cobertura Defensiva</li><li>· 3º Princípio – Equilíbrio</li><li>· 4º Princípio – Concentração</li></ul> |

---

---

As jogadoras ao estarem familiarizadas com as denominações técnicas foi mais fácil realizar correções específicas. No início foi necessária uma maior quantidade de tempo para a perceção de todas, mas a meio da época o tempo de feedback ao utilizar certos termos foi bastante mais curto.

Os princípios específicos eram bastante utilizados em treino, especialmente em exercícios táticos, onde se trabalhava principalmente a organização defensiva.

Reflexão

Cada Princípio Ofensivo tem uma relação de antagonismo com o Princípio Defensivo, ou seja, cada princípio irá anular o seu correspondente direto.

A utilização dos princípios de ataque e defesa eram referidos em praticamente todo o treino. De forma a todas as atletas saberem o nome e a sua definição, foi elaborado um sistema de orientação assistida onde se realizavam questões como por exemplo “O que estamos a trabalhar agora?”, “Qual o princípio que estamos a trabalhar?” e “O que podemos fazer nesta situação?”.

---

Seguidamente apresentamos os sistemas táticos utilizados pela equipa de juniores femininas sub-19 durante a época 2018/2019.

**Tabela 15 - Sistemas Táticos utilizados pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019**

---

### Sistemas Táticos

---

Identificação

Sistema Tático Principal 1-4-1-2-1

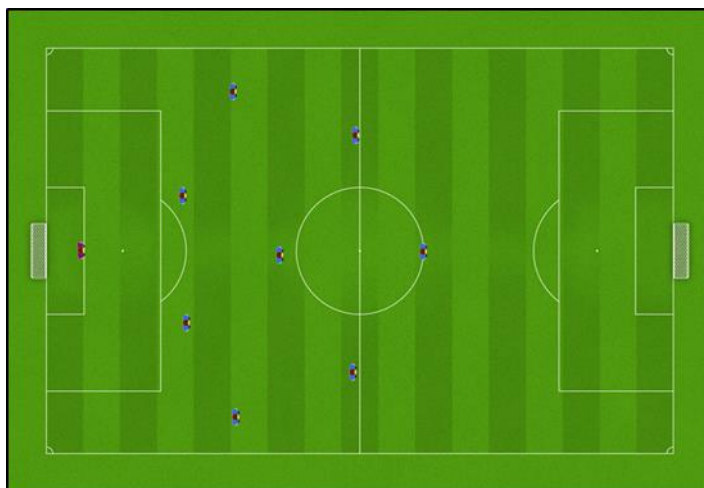
---

Descrição

- 1 Guarda Redes
  - 4 Defesas:
    - 2 Defesas Centrais
    - 2 Defesas Laterais
  - 3 Médios:
    - 1 Médios Defensivos
    - 2 Médios Extremos
  - 1 Avançado
-

---

Grafismo



---

Identificação

Sistema Tático Defensivo 1-4-2-2

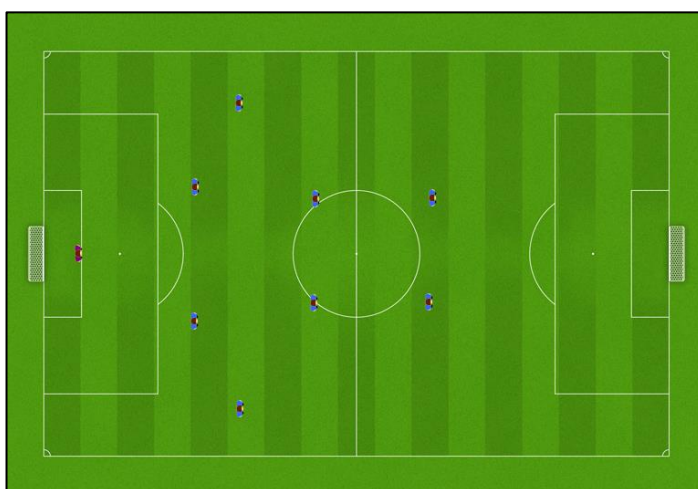
---

Descrição

- 1 Guarda Redes
- 4 Defesas:
  - 2 Defesas Centrais
  - 2 Defesas Laterais
- 2 Médios
- 2 Avançados

---

Grafismo



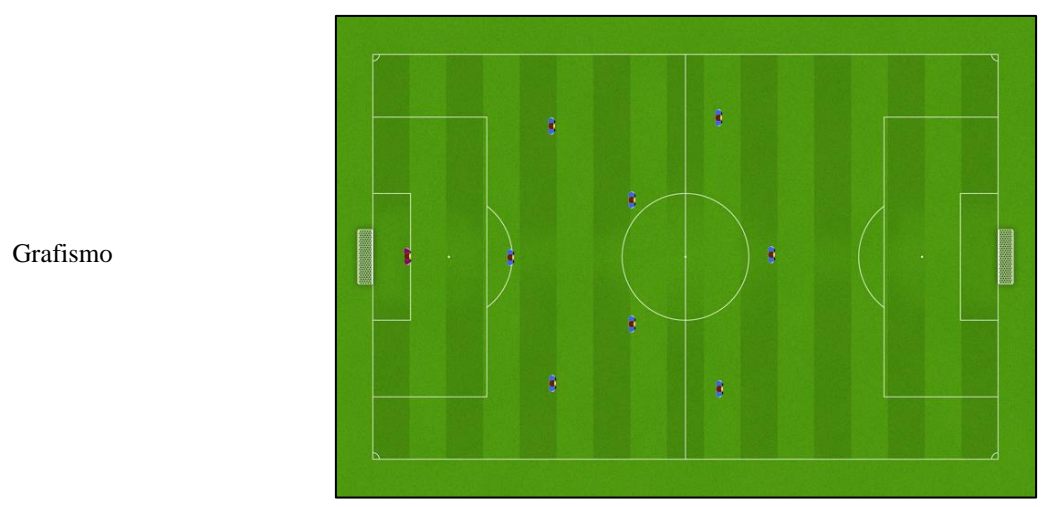
---

Identificação

Sistema Tático Ofensivo 1-3-2-3

---

- 
- Descrição
- 1 Guarda Redes
  - 3 Defesas:
    - 1 Defesas Centrais
    - 2 Defesas Laterais
  - 4 Médios:
    - 2 Médios Defensivos
    - 2 Médios Extremos
  - 1 Avançado
- 



Reflexão

Foi elegido um sistema táctico principal de acordo com as capacidades das atletas e da maneira de jogar pré-definida. A alteração para os sistemas mais ofensivo e defensivo dependia principalmente do adversário, e/ou do resultado do marcador.

---

**Tabela 16 - Sistemas de Linhas utilizados pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019**

---

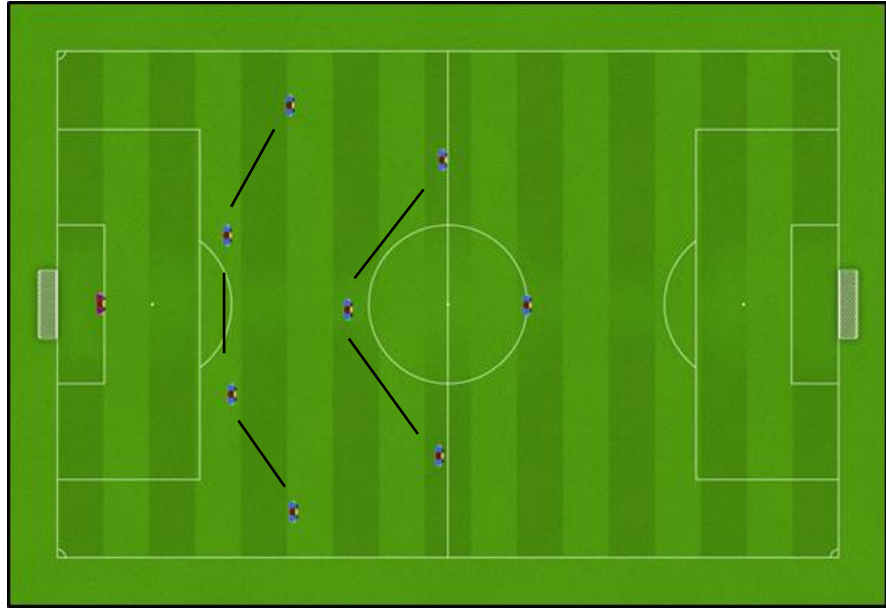
**Sistemas de Linhas**

---

Identificação                      Linhas de Posicionamento

---

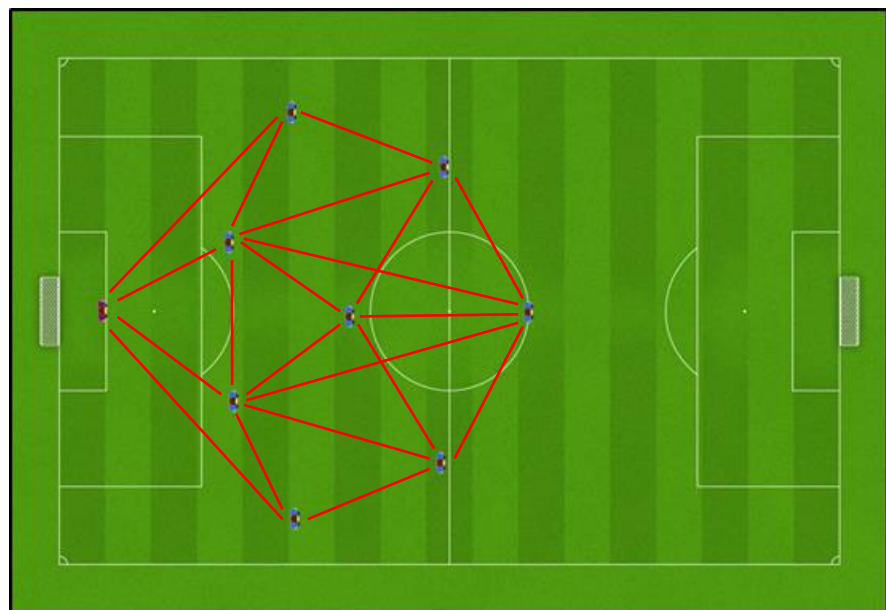
Grafismo



Identificação

Linhas de Passe

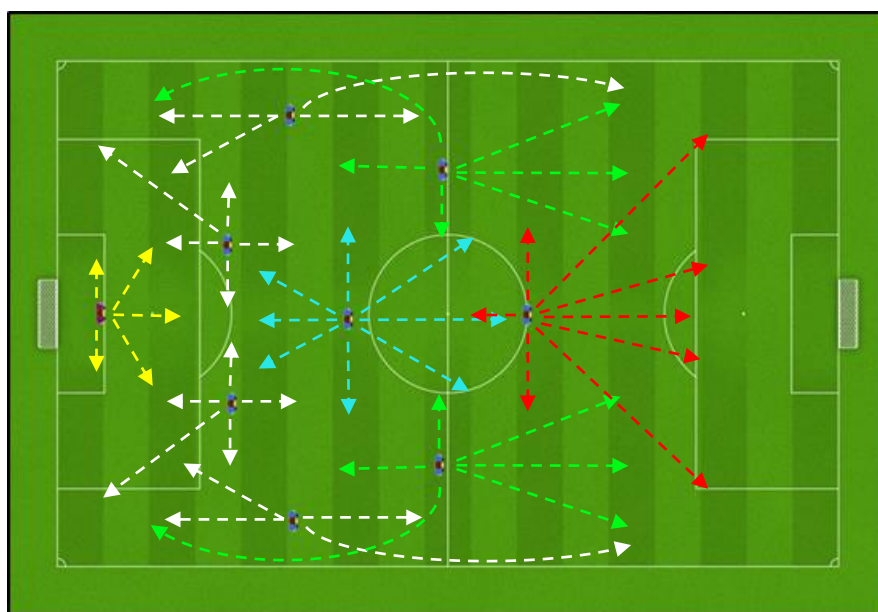
Grafismo



Identificação

Linhas de Movimentação

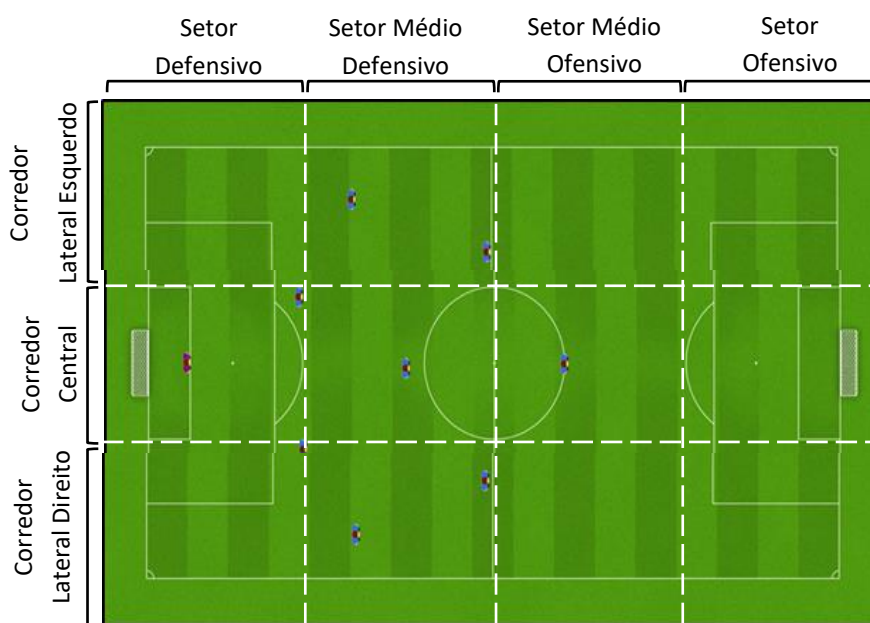
Grafismo



Identificação

Sistema de Organização

Grafismo



Reflexão

Para uma melhor percepção das jogadoras foi definido um sistema de linhas. Este sistema era dividido em Linhas de Posicionamento, onde eram retiradas dúvidas sobre a posição das jogadoras em campo, em Linhas de Passe, onde eram demonstradas as várias linhas de passe que cada posição tinha ao seu dispor, e por fim, em Linhas de Movimentação, onde eram definidas as principais movimentações que cada posição deveria realizar. De referir que

---

apesar de existir um sistema de linhas principal, a criatividade das atletas era bastante importante.

A nível organizacional foram definidos 3 corredores e 4 setores, sendo bastante utilizados em treino tanto para trabalhar a organização defensiva como ofensiva.

---

**Tabela 17 - Modelo de Jogo: Processo Ofensivo e consequente Organização Ofensiva desenvolvida pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019**

---

### **Processo Ofensivo**

---

Macro Princípios: Disponibilidade para dar sempre solução.

Princípios: Amplitude máxima relativa (largura e profundidade com linhas bem definidas).

Sub Princípios:

- Manutenção da Posse de Bola.
- Circular a bola procurando zonas em superioridade ou igualdade numérica.
- Retirar a Bola da zona de pressão adversária.
- Jogar simples e com o mínimo de toques possível na bola.

Fundamentos

Fases do Jogo:

- Fase III – Construção de Ações Ofensivas
- Fase II – Criação de Situações de Finalização
- Fase I – Finalização

Métodos de Jogo:

- Ataque Organizado - Principal
  - Ataque Rápido - Secundário
  - Contra Ataque - Recurso
- 

### **Organização Ofensiva – Fase III**

---

Identificação

Método de Jogo – Ataque Organizado

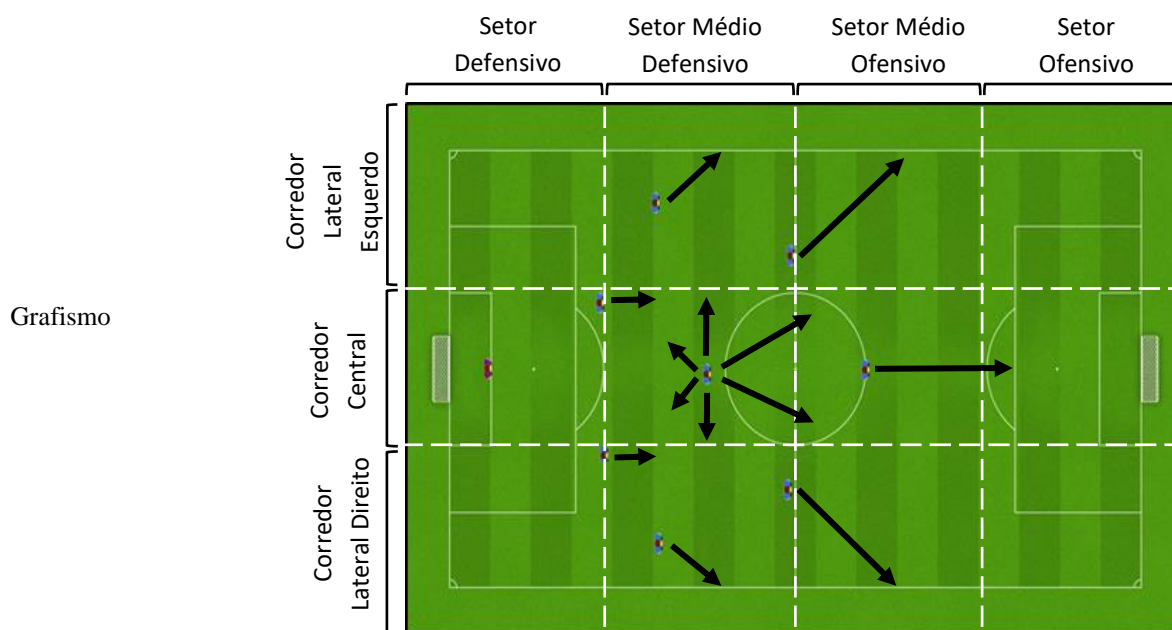
---

---

### Fase III – Construção de Ações Ofensivas

#### Localização – Setor Defensivo

---



#### Saída de Bola a Jogar:

- Organização
- Defesas Centrais abrem no setor defensivo, limite do corredor central e lateral;
  - Defesas Laterais abrem no setor médio defensivo, criando largura no corredor lateral com a referência de pisar a linha;
  - Médio Defensivo posiciona-se no setor médio defensivo, corredor central, procurando dar soluções no limite setor médio defensivo;
  - Médios Extremos criam profundidade no setor médio ofensivo e largura nos corredores laterais;
  - Ponta de Lança cria profundidade no setor ofensivo no corredor central.
- 

- Missões
- Rápida criação de linhas de passe;
  - Constante movimentação dando várias soluções ao portador da bola;
  - Utilização de ações simples e rápidas de modo a levar a bola para fora da nossa zona defensiva;
  - Defesas Centrais abrem em largura de modo a dar linha segura para passe curto;
  - Quando a bola é colocada num Defesa Lateral, o outro oposto fecha no limite do corredor lateral e central;
-

- 
- Quando a bola é colocada num Defesa Lateral, o Defesa Central do mesmo lado dá Cobertura Ofensiva, criando uma linha de passe de segurança;
  - Médio Defensivo cria constante movimentação de modo ou a dar linha de passe ou a criar espaço para a bola entrar através do arrastamento do adversário;
  - Médios Ofensivos dão largura total em cima da linha lateral;
  - Quando a bola é colocada num Médio Extremo, o outro oposto fecha no limite do corredor lateral e central;
  - Ponta de Lança dá profundidade, procurando criar espaço para as movimentações e arrastamento dos adversários criados pelo médio defensivo;
  - Ponta de Lança cria a junção dos defesas centrais adversários.
- 

Apesar de um dos princípios ser a amplitude máxima e nos treinos ser bastante trabalhado, a abertura dos Defesas Centrais ao lado da área e dos Defesas Laterais em cima da linha lateral foi um critério trabalhoso pois as atletas mesmo percebendo o resultado que poderiam vir a ter, a maioria das vezes não realizavam este movimento de forma imediata nem com o movimento desejado.

#### Reflexão

As missões com maior sucesso foram a utilização de ações simples e rápidas de modo a levar a bola para fora da nossa zona defensiva, a movimentação de arrastamento por parte do Médio Defensivo, quando a bola estava num corredor lateral na posse do Médio Ofensivo, o do lado contrário fechava no limite dos corredores.

A missão com menor sucesso foi a junção dos defesas centrais adversários.

---

### **Organização Ofensiva – Fase II**

---

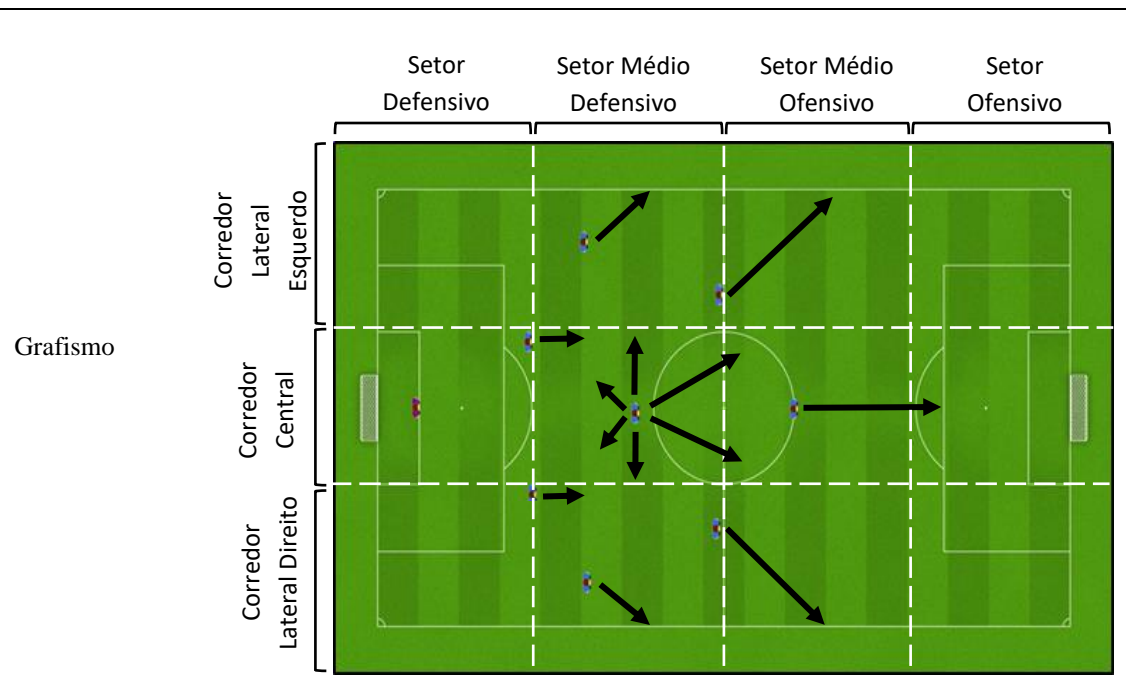
Método de Jogo – Ataque Organizado

#### Identificação

Fase II – Criação de Situações de Finalização

Localização – Setor Médio Defensivo/Médio Ofensivo

---



Posse de Bola:

Organização

- Defesas Centrais sobem para o setor médio defensivo, corredor central;
- Defesas Laterais abrem no setor médio defensivo, criando largura no corredor lateral com a referência de pisar a linha;
- Médio Defensivo posiciona-se no setor médio defensivo/médio ofensivo, corredor central, procurando dar soluções no limite setor médio defensivo/médio ofensivo;
- Médios Extremos criam profundidade no setor médio ofensivo e largura nos corredores laterais;
- Ponta de Lança cria profundidade no setor ofensivo no corredor central.

Missões

- Rápida criação de linhas de passe;
  - Constante movimentação dando várias soluções ao portador da bola;
  - Manutenção da posse de bola;
  - Constante criação de apoios laterais e frontais;
  - Qualidade e precisão na distribuição de jogo;
  - Circulação simples da bola (evitar drible em zona mais defensiva);
  - Manutenção da largura total e profundidade do jogo;
  - Orientar a bola para zonas médio ofensivas/ofensivas;
  - Manter o equilíbrio defensivo de modo a reagir à perda da bola.
-

---

Momento muito trabalhado em treino, desde exercícios mais simples de 1x1, até exercícios com 3 condicionantes a serem executadas simultaneamente.

A constante e rápida movimentação à procura de linha de passe foi um dos aspetos com maior feedback em treino, sendo um aspeto ainda a melhorar em questões de velocidade, mas com melhorias ao longo da época.

**Reflexão**

As missões com maior sucesso foram a circulação simples da bola, evitando um grande número de toques na bola, e a orientação da bola para zonas médio ofensivas/ofensivas.

A missão com menor sucesso que se visualizou foi a manutenção da profundidade, pois o nosso atleta mais avançado muitas das vezes não se encontrava na linha do último defesa.

---

**Organização Ofensiva – Fase I**

---

Método de Jogo – Ataque Organizado

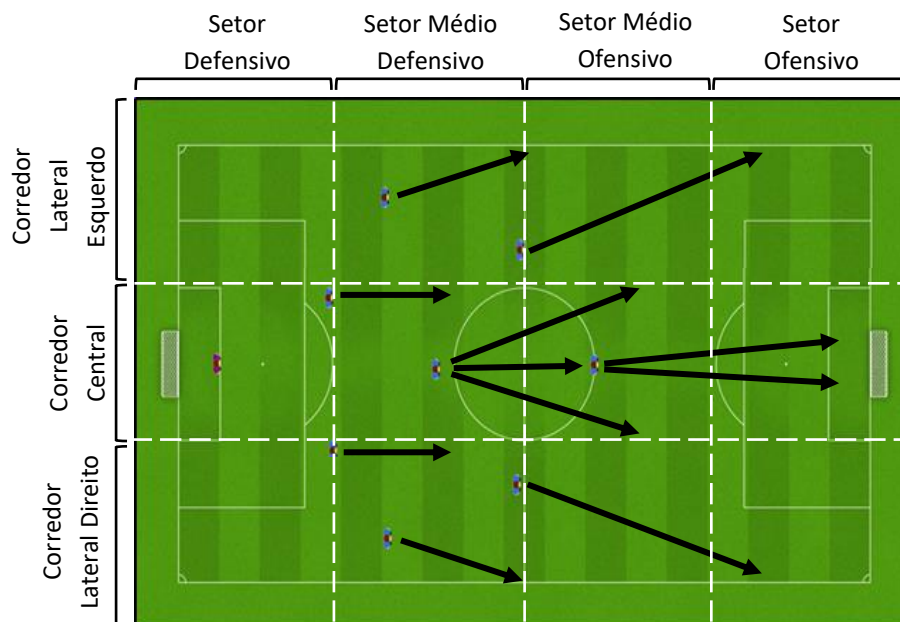
**Identificação**

Fase I – Finalização

Localização – Setor Médio Ofensivo/ Ofensivo

---

**Grafismo**



**Organização**

Ações de Finalização:

- Defesas Centrais sobem para o setor médio defensivo, corredor central;
-

|          |   |
|----------|---|
|          | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Defesas Laterais abrem no setor médio ofensivo, estes quando a bola está no Médio Extremo o Defesa Lateral do mesmo lado dá cobertura ofensiva;</li> <li>· Médio Defensivo posiciona-se no setor médio ofensivo, com função viragem de corredor rápida ou finalização de fora da grande área;</li> <li>· Médios Extremos criam profundidade no setor ofensivo, tendo como opção ir no 1x1 pelo corredor lateral ou combinações com o Médio Defensivo e Ponta de Lança;</li> <li>· Ponta de Lança cria profundidade no setor ofensivo no corredor central.</li> </ul>   |
| Missões  | <ul style="list-style-type: none"> <li>· Construção de situações de cruzamento;</li> <li>· Construção de linhas de remate direto;</li> <li>· Passes de rutura entre defesa central e defesa lateral adversário;</li> <li>· Constante mobilidade dos atacantes, inclusive trocas de posição momentâneas;</li> <li>· Caso não conseguir o remate, manter a posse de bola.</li> </ul>  |
| Reflexão | <p>O movimento da equipa em bloco era essencial, de modo a manter a ligação inter setorial e a manutenção da posse de bola.</p> <p>Sendo um modelo que se procura jogar pelos corredores laterais, as ações de assistência eram predominantemente criadas a partir destes, procurando criar combinações diretas e indiretas entre os jogadores do corredor central e lateral.</p> <p>A missão com maior sucesso analisada foi a criação de passes de rutura entre o Defesa Central e Lateral adversário. É de referir que esta, foi a última a ser inserida em processo de treino, mas as atletas conseguem facilmente transferir os movimentos do treino para a competição.</p> <p>A missão com menor sucesso foi a construção de linhas de remate direto devido a dois fatores, a falta de confiança e ir no 1x1 e em arriscar o remate a média/longa distância e a concentração em excesso da equipa adversária, transformando-se em desorganização.</p> |

**Tabela 18 - Modelo de Jogo: Processo Defensivo e consequente Organização Defensiva desenvolvida pela Equipa de Juniores Femininos sub-19 do G.D.C. A-dos-Francos durante a época 2018/2019**

### **Processo Defensivo**

---

Macro Princípios: Disponibilidade para dar ser sempre solução.

Princípios: Amplitude máxima relativa (largura e profundidade com linhas bem definidas).

Sub Princípios:

- Manutenção da Posse de Bola.
- Circular a bola procurando zonas em superioridade ou igualdade numérica.
- Retirar a Bola da zona de pressão adversária.
- Jogar simples e com o mínimo de toques possível na bola.

Fundamentos

Fases do Jogo:

- Fase III – Equilíbrio Defensivo
- Fase II – Recuperação Defensiva
- Fase I – Defesa Propriamente Dita

Métodos de Jogo:

- Defesa à Zona – Principal
- Defesa Mista – Secundário
- Defesa Individual – Recurso

---

### **Organização Defensiva – Fase III**

---

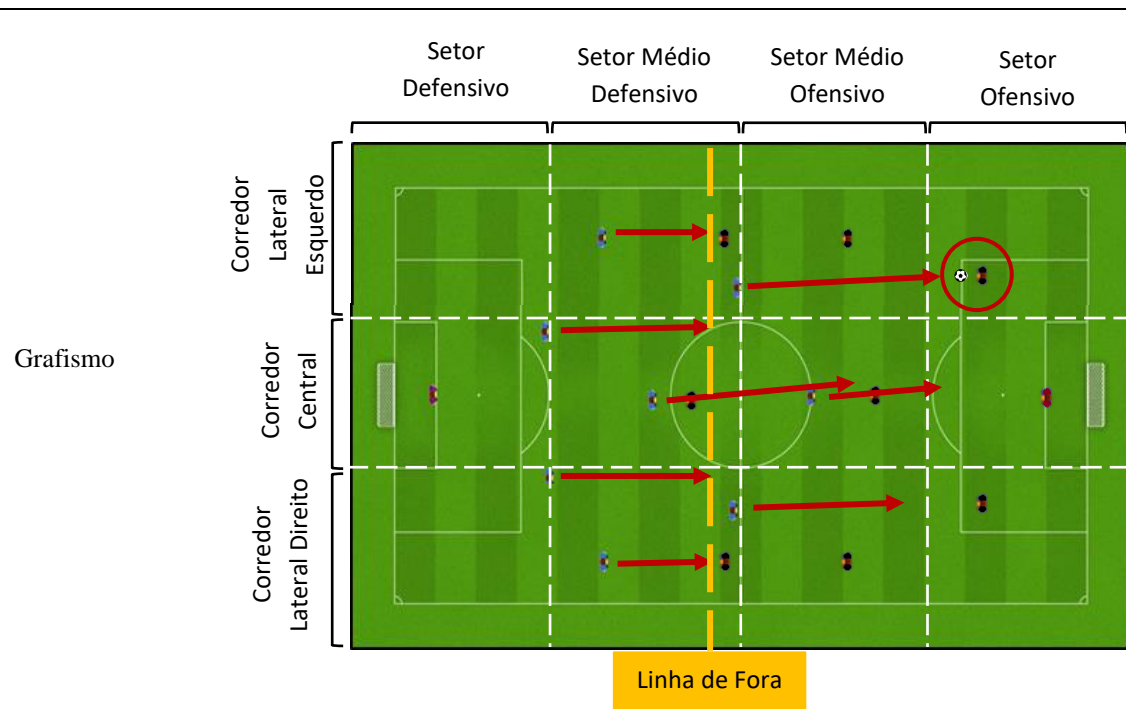
Método de Jogo – Defesa à Zona

Identificação

Fase III – Equilíbrio Defensivo

Localização – Setor Médio Ofensivo/Ofensivo

---



Bola em Fase de Construção da Equipa Adversária:

- Organização
- Ponta de Lança fecha a linha entre os Centrais;
  - Médio Extremo sai ao portador da bola;
  - Médio Defensivo fecha na zona do jogador no corredor central;
  - Defesas Laterais fecham na marcação ao jogador da sua zona;
  - Defesas Centrais defendem à zona, ou seja, se o avançado adversário aparecer do lado esquerdo o central do mesmo lado assume a marcação, ficando ou outro na zona, e assim vice versa.

- Missões
- Rápida reação à perda de bola;
  - Pressão imediata ao portador da bola;
  - Colocação de todos os jogadores atrás da linha bola;
  - Reduzir o espaço efetivo de jogo;
  - Bloco Médio-Baixo;
  - Quando bola sai do Guarda Redes “convidar” a equipa adversária a sair a jogar.

Reflexão

No momento de saída a jogar pelo Guarda Redes, o bloco organizava de modo a “convidar” a jogar pelos defesas, momento este onde se realizava pressão imediata por parte de um dos jogadores mais avançados e os outros dois fechavam as linhas interiores, obrigando a bater bola na frente.

---

---

Um dos aspetos decisivos da defesa era a organização da linha de fora de jogo, missão esta que se verificou com maior sucesso.

A missão com menor sucesso que se verificou foi a redução do espaço efetivo de jogo, pois a maioria dos campos apresentavam medidas bastante reduzidas, se houvesse a redução desejada a forma da própria equipa ficava condicionada pela desorganização que se iria criar

---

## Organização Ofensiva – Fase II

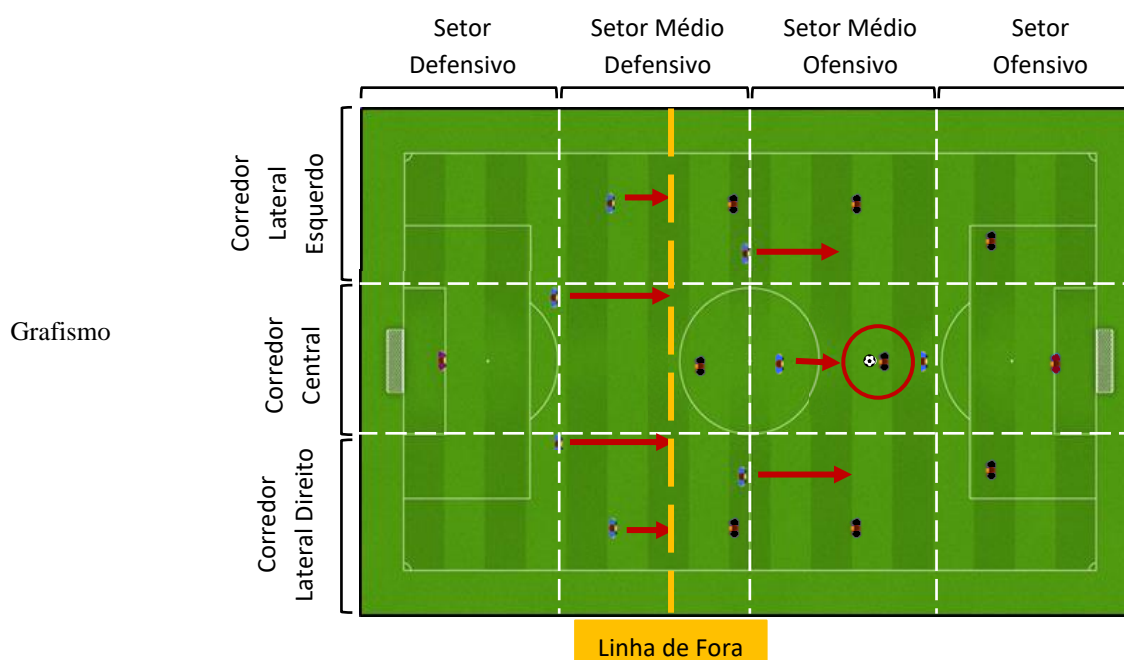
---

Método de Jogo – Defesa à Zona

Identificação Fase II – Recuperação Defensiva

Localização – Setor Médio Defensivo/Ofensivo

---



Bola em Fase de Criação da Equipa Adversária:

Organização

- Ponta de Lança fecha a linha dos Defesas Centrais;
  - Dependendo do corredor, o Médio correspondente sai à pressão ao portador da bola;
  - Defesas Laterais fecham na marcação ao jogador da sua zona;
  - Defesas Centrais defendem à zona, ou seja, se o avançado adversário aparecer do lado esquerdo o central do mesmo lado assume a marcação, ficando ou outro na zona, e assim vice versa.
-

---

Missões

- Concentração de jogadores em organização defensiva;
- Obrigar os adversários a cometer erros (perda do contacto da bola ou passe longo);
- Pressão imediata e a fechar linhas de passe;
- Aproximação dos diferentes setores, mantendo o bloco defensivo compacto.

---

Reflexão

Neste momento de jogo, as indicações eram muito orientadas para fechar o corredor central, orientando-os a jogar para trás novamente.

A missão com maior sucesso foi a aproximação dos diferentes setores, mantendo um bloco defensivo compacto.

A missão com menor sucesso que se verificou foi fechar as linhas de passe adversário, sendo as coberturas defensivas um processo em contante trabalho.

---

### Organização Ofensiva – Fase I

---

Método de Jogo – Defesa à Zona

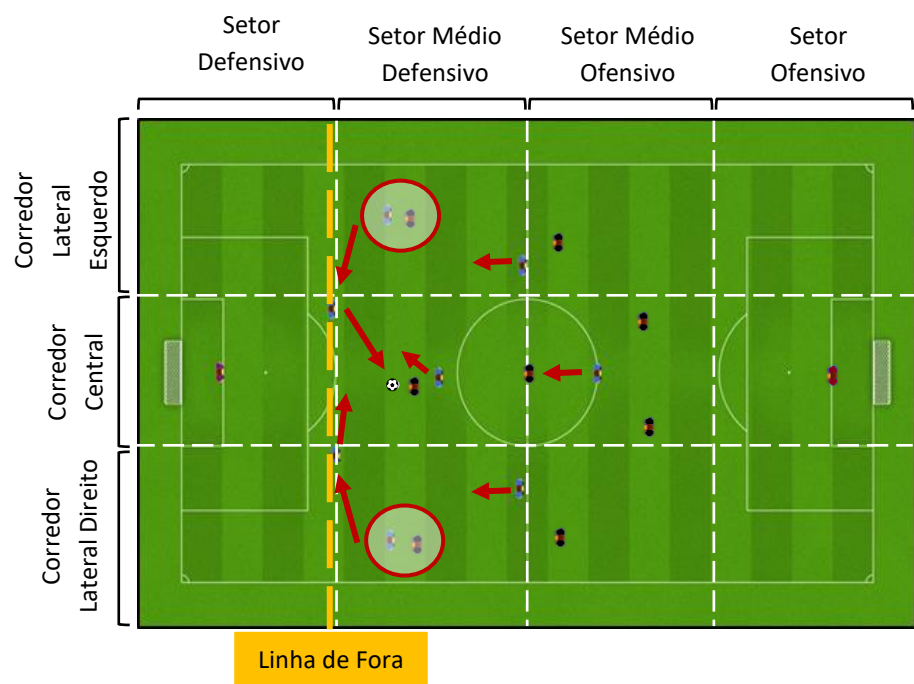
Identificação

Fase I – Defesa Propriamente Dita

Localização – Setor Defensivo

---

Grafismo



---

Bola em Fase de Finalização da Equipa Adversária:

Organização

- Ponta de Lança baixa até à linha do meio campo;
- Médios Extremo saí ao portador da bola;
- Médio Defensivo fecha na zona do jogador no corredor central;
- Dependendo do corredor, o Defesa Central ou Lateral correspondente sai à pressão ao portador da bola, ou seja, se Defesa Lateral sair ao portador, Defesas Centrais e Lateral contrário formam linha defensiva mais baixa, se Defesa Central sair ao portador, Defesas Central de sobra e Lateral mais próximo, fecham o espaço entre linhas central.

---

Missões

- Proteção máxima da baliza;
- Maior densidade no Corredor Central;
- Rápida pressão ao portador da bola;
- Orientação do adversário para os corredores laterais;
- Manutenção da compatibilidade do bloco;
- Manutenção das linhas de posicionamento;
- Evitar faltas desnecessárias, mas agressividade nos duelos individuais;
- Espírito de luta e sacrifício até recuperar a posse de bola.

---

Reflexão

No momento com maior perigo para a baliza era essencial a rápida pressão ao portador da bola, orientando-o para os corredores laterais.

A missão com maior sucesso verificada foi a rápida pressão ao portador da bola, tendo como aspeto secundário a cobertura defensiva imediata.

A missão com menor sucesso analisada foi a manutenção das linhas de posicionamento, ou seja, quando existia a projeção dos laterais adversários os nossos médios ofensivos iam na marcação, criando uma linha de 5 na defesa, criando lacunas na pressão ao portador da bola.

---

## **7. Atividades Secundárias**

### **7.1. Treinadora Principal na Equipa de Seniores Masculinos INATEL**

A presente equipa em questão foi um desafio desde o início da época até ao seu final. Tendo a treinadora sido convidada a uma semana do começo da pré-época, o período de preparação foi relativamente curto. Os preparos para esta nova equipa passaram primeiramente por um estudo da competição e qual o seu formato. A competição denominada de “Campeonato INATEL” era composta por 12 equipas do distrito de Leiria, competindo a duas voltas. A equipa vencedora passaria à segunda fase, disputando o título a nível nacional.

O plantel era constituído por 23 jogadores e a equipa técnica seria formada pela treinadora principal, um treinador de guarda redes e um delegado em dias de jogo. Durante a época existiram algumas complicações com o treinador de guarda redes, passando a treinadora principal a exercer também estas funções antes do treino.

A experiência neste contexto foi bastante positiva, apesar dos resultados não serem sempre positivos, a evolução da equipa e consequentemente da treinadora é de referir. Não estando habituada a rotinas de treino físico e técnico-tático, a equipa começou a melhorar a sua organização em campo e as suas interações em grupo. A treinadora ao ser deparada com uma equipa de homens, teve de realizar várias reflexões de acordo com o que seria necessário para ambos os lados evoluírem. A sua capacidade de comunicação foi melhorando ao longo da época, tendo de se adaptar a situações de maior exigência de feedback e outras onde se teve de simplificar o mais possível, de modo a toda a equipa ter a melhor perceção.

### **7.2. Treinadora Principal na Equipa de Benjamins “A” Sub-10**

A equipa de Benjamins “A” sub-10, sendo o escalão com maior diferença etária em relação aos outros, foi de certa forma um desafio. Apresentando muitas dificuldades técnicas, este foi o principal aspeto de incidência ao longo da época. A equipa competiu no 1º, 2º e 3º Torneio Distrital Benjamins “A” de futebol de Sete, da Associação de Futebol de Leiria. Apesar de ser um escalão de formação a equipa apresentou um número reduzido de atletas. Em dias de competição, por vezes, tornou-se complicado a gestão de jogadores, pois chegou-se a ir a jogo com apenas 6

jogadores. Perante esta situação, deparamo-nos com situações de fair-play, onde a equipa adversária, jogou com igualdade numérica.

A nível de equipa técnica, em treino existia um treinador de guarda redes e uma treinadora adjunta e treinadora principal. Em dia de jogo estas duas últimas eram acompanhadas por vezes de um massagista.

Apesar dos resultados não serem os desejados, é de referir que sendo uma equipa jovem e mista, existia entre ajuda entre os atletas e vontade de aprender.

## 8. Objetivos e Estratégias de Intervenção

Os objetivos são um ponto essencial na vida de um treinador, sem eles não existe um propósito para todo o trabalho realizado ao longo da época desportiva. Posteriormente serão apresentados os objetivos onde serão divididos em dois pontos, os objetivos relacionados com a equipa e os relacionados com a intervenção profissional.

Segundo Mesquita (2009), a atividade do treinador ao abranger um conjunto de áreas bastante diversificada, exige-lhe desenvolvimento de um leque alargado de competências, no entanto, é possível destacar um conjunto de capacidades específicas que se centralizam em três domínios:

- Capacidade Conceptual – O Treinador analisa o programa desportivo, sendo capaz de interligar todos os fatores que intervêm no processo de preparação desportiva;
- Capacidade Comunicativa – Permite o treinador transmitir um conjunto de conhecimentos no sentido de orientar a equipa para um determinado fim. Constitui um dos fatores essenciais para a ocorrência de sucesso no processo de ensino-aprendizagem.
- Capacidade Técnica – Operacionaliza-se nas competências que o treinador revela no exercício das suas funções, nomeadamente nos métodos que utiliza e comportamentos/técnicas de intervenção relativamente ao processo de treino.

De seguida são definidos os objetivos de estágio, compreendidos entre os de intervenção profissional, os a atingir com a população alvo e os pessoais.

### 8.1. Análise e Reflexão Global da Intervenção em Estágio

Os objetivos de intervenção profissional foram divididos em cinco categorias. Elas são os objetivos no planeamento, intervenção, gestão, controlo e avaliação, e por fim, valores, direitos e deveres.

#### Planeamento

---

|          |                           |
|----------|---------------------------|
| Critério | Planeamento de Microciclo |
|----------|---------------------------|

---

|            |   |
|------------|---|
| Estratégia | Análise e discussão do planeamento com o treinador adjunto. |
|------------|---|

---

|                    |  |
|--------------------|--|
|                    | <p>Construção de exercícios, direcionado para os objetivos de jogo e consequentemente com o modelo de jogo.</p> <p>Construção de exercícios encadeados de forma lógica e espacialmente facilitando a transição.</p>  |
| Forma de Avaliação | Reflexão sobre o planeamento, procurando avaliar o sucesso ou insucesso do planeamento em relação ao retratado no dia de competição.   |
| Periodização       | Época desportiva - Setembro a Junho  |
| Análise e Reflexão | <p>O planeamento foi um processo realizado parcialmente em conjunto com o treinador adjunto, dando sempre a possibilidade de criação de exercícios mais dinâmicos para a fase de aquecimento e inicial. O macrociclo foi definido no início da época desportiva, contabilizando os dias de competição e o tempo de paragem devido às convocatórias de seleção. O processo de treino decorria no espaço de tempo de um microciclo (semana entre 2ª feira e domingo). Este incidia, por ordem de treinos, nas capacidades físicas, técnicas e táticas, sendo o último treino à sexta-feira, dia anterior ao jogo (sábado).</p> <p>Os exercícios eram criados e desenvolvidos com uma lógica interna de ideia de jogo, mas ao mesmo tempo, e de modo a diminuir o tempo de transição entre exercícios, eram montados antecipadamente e com um encadeamento para facilitar os treinadores.</p> <p>Havendo a maioria das vezes, a possibilidade de todas integrarem a convocatória, o processo de seleção desta era facilitado, mas sempre com a obrigação de comparecer ao mínimo de um treino por semana. No caso de haver necessidade de seleção de jogadoras para a convocatória, o fator decisivo seria a comparência ao maior número de treinos ao longo da época e a dedicação, independentemente das capacidades, ao processo de treino. O processo de seleção do 9 inicial deparou-se mais complicado, pois sendo um campeonato e taça nacionais, e devido aos diferentes estágios de capacidades das jogadoras houve a necessidade de</p> |

---

criar um equilíbrio para privilegiar as atletas com maior comparência aos treinos e ao mesmo tempo obter os resultados desejados.

---

### **Intervenção**

---

|                    |   |
|--------------------|---|
| Critério           | Intervenção nas Unidades de Treino e Competição   |
| Estratégia         | Preparar de instrução de discurso em treino e competição.<br><br>Construção de questões de descoberta guiada.<br><br>Preparação de demonstrações para uma maior facilidade das atletas compreenderem o exercício.   |
| Forma de Avaliação | Reflexão da dimensão instrução, procurando estabelecer uma relação entre as estratégias planeadas, as estratégias utilizadas e a influência que estas tiveram no exercício de treino, de forma a avaliar, o tempo dispensado, a dição da instrução e o seu encadeamento de ideias, a colocação de questões guiadas e a utilização de demonstração.  |
| Periodização       | Época desportiva - Setembro a Junho   |
| Análise e Reflexão | Anteriormente às sessões de treino e competição era realizada uma visualização mental do que iria acontecer posteriormente, definindo um discurso com palavras “padrão” para um melhor e mais rápido entendimento das atletas. Utilizou-se também a técnica de descoberta guiada, onde as atletas eram submetidas a questão que iriam de encontro aos objetivos do exercício de treino. Por fim e de modo a facilitar a compreensão e para não haver um maior dispêndio de tempo, foram realizadas demonstrações de diferentes maneiras, quer seja a própria execução e explicação, quer seja uma atleta, com o apoio do quadro tático.<br><br>No dia de competição a intervenção antes, durante o período de intervalo e no fim, era realizada com o apoio do quadro tático, e acompanhada |

---

---

com um discurso simples e objetivo com a explicação e correção de aspetos que estariam a decorrer menos bem. No fim da palestra inicial e durante o período de aquecimento eram proferidas mensagens de motivação e de preparação para o jogo em si.

---

## **Gestão**

---

|          |  |
|----------|--|
| Critério | Gestão da equipa técnica e materiais nas Unidades de Treino e Competição |
|----------|--|

---

|            |  |
|------------|--|
| Estratégia | <p>Planeamento do posicionamento dos treinadores.</p> <p>Planeamento de modo a existir um período curto na transição de exercícios e pausa para hidratação de modo a promover um aumento de tempo de prática desportiva das atletas.</p> |
|------------|--|

---

|                    |   |
|--------------------|---|
| Forma de Avaliação | Reflexão da gestão do exercício, procurando relacionar as estratégias planeadas, as estratégias efetuadas e a execução tomada pelos jogadores de acordo com o pretendido. |
|--------------------|---|

---

|              |                                     |
|--------------|-------------------------------------|
| Periodização | Época desportiva - Setembro a Junho |
|--------------|-------------------------------------|

---

|                    |   |
|--------------------|---|
| Análise e Reflexão | <p>No aspeto de posicionamento dos treinadores, procurou-se delinear zonas opostas dos exercícios na fase de planeamento, de modo a controlar e gerir o processo com a visualização de todo o exercício. Ocasionalmente os treinadores assumiam uma posição lado a lado para debater algumas ideias e soluções para o melhor rendimento da unidade de treino.</p> <p>De modo a aumentar o tempo de prática motora, recorreu-se à diminuição no tempo de instrução, e delimitação de tempo de hidratação (máximos 2 minutos) com a contagem em voz alta dos últimos segundos (nunca havendo necessidade de haver castigo), diminuição do tempo de transição entre cada exercício, desenvolvendo uma montagem</p> |
|--------------------|---|

---

---

antecipada e encadeada dos exercícios, como determinada no planeamento da sessão de treino.

---

### **Controlo e Avaliação**

---

|          |  |
|----------|--|
| Critério | Reflexão de todo os processos inerentes ao treino e competição |
|----------|--|

---

|            |  |
|------------|--|
| Estratégia | Análise de cada exercício, relativamente com a sua construção, relação com os objetivos da sessão de treino, pontos positivos, pontos negativos e aspetos de melhoria.<br><br>Análise de cada exercício, nos domínios de instrução, feedback, gestão do exercício. |
|------------|--|

---

|                    |  |
|--------------------|--|
| Forma de Avaliação | Reflexão da unidade de treino e competição, sendo que cada aspeto será alvo de reflexão, tendo por base as estratégias e os pontos delineados. |
|--------------------|--|

---

|              |                                     |
|--------------|-------------------------------------|
| Periodização | Época desportiva - Setembro a Junho |
|--------------|-------------------------------------|

---

|                    |   |
|--------------------|---|
| Análise e Reflexão | No final de cada unidade de treino e de competição, existiu uma discussão entre equipa técnica, analisando e refletindo, o sucesso ou insucesso das estratégias utilizadas. Através da partilha foi possível corrigir alguns dos aspetos de modo a melhorar o processo de treino. |
|--------------------|---|

---

### **Valores, Direitos e Deveres**

---

|          |  |
|----------|--|
| Critério | Responsabilização da atleta face à entidade. |
|----------|--|

---

|            |                                 |
|------------|---------------------------------|
| Estratégia | Análise das regras da entidade. |
|------------|---------------------------------|

---

---

Pesquisa e consciencialização das redes sociais.

---

Forma de Avaliação Criação de horários pré-estabelecidos para o início de treino e concentração nos dias de competição.

Consciencialização das atletas sobre a entidade que estão a representar, criando uma imagem de respeito pelo Grupo Desportivo e Cultural de A-dos-Francos.

Passagem de valores desportivos e profissionais para as atletas.

Conversa e partilha de experiências com as atletas de modo à sensibilização das redes sociais.

---

Periodização Época desportiva - Setembro a Junho

---

Análise e Reflexão Para o processo decorrer da melhor forma foi necessário criar uma ordem equilibrada entre as partes. Através do início a horas e consequente consciencialização e concentração das atletas no processo de treino foi dada a possibilidade de existir mais tempo de jogo, onde as atletas teriam uma maior liberdade

O processo de treino sendo acompanhado com a partilha de experiências e conversas entre treinadores e atletas foi possível a passagem de valores de um lado para o outro e vice-versa, de modo a existir um espírito de equipa.

---

## 8.2. Objetivos a atingir com a população alvo

Os objetivos a atingir com a população alvo foram divididos em três categorias. Elas são os objetivos relacionais, competitivos e espaço seleção.

### Relacionais

---

|          |   |
|----------|---|
| Critério | Desenvolver a interação com as atletas, pais, equipa técnica e restante agentes desportivos |
|----------|---|

---

|            |   |
|------------|---|
| Estratégia | <p>Desenvolver momentos de interação positiva com as jogadoras criando uma relação de espírito de equipa.</p> <p>Cumprimentar todas as jogadoras antes e depois do treino, falando de assuntos pertinentes das jogadoras.</p> <p>Criação de um grupo, através de um bom clima de treino, com afetividade positiva, levando ao máximo a participação das jogadoras, interagindo com contato físico, auditivo e visual e criando momentos lúdicos juntamente com momentos de rigor.</p> <p>Partilha de conhecimentos e experiências com a equipa técnica, desenvolvendo uma relação baseada na confiança e honestidade.</p> <p>Cumprimentar sempre os pais e familiares em dias de treino e jogo quando possível, estando sempre disponível para algum esclarecimento de dúvidas em relação à organização e horários do microciclo.</p> <p>Colaborar com todos os agentes desportivos, em qualquer situação necessária.</p> |
|------------|---|

---

|                    |  |
|--------------------|--|
| Forma de Avaliação | <p>Promoção de uma relação positiva jogador-treinador.</p> <p>Desenvolvimento de uma relação sustentada num espírito de amizade, companheirismo e confiança entre treinadores.</p> |
|--------------------|--|

---

|                    |   |
|--------------------|---|
|                    | <p>Manter relação de respeito e cooperação.</p> <p>Desenvolvimento de relações positivas com todos os agentes desportivos.</p>  |
| Periodização       | Época desportiva - Setembro a Junho   |
| Análise e Reflexão | <p>Promoveu-se, com os jogadores, uma relação positiva jogador-treinador procurando-se, estabelecer conversas, dentro dos interesses de cada um, nomeadamente temas relacionados com futebol e o rendimento escolar.</p> <p>Foi criado uma relação de respeito e confiança entre a equipa técnica, o que originava muitos momentos de partilha e de reflexão pré e após o treino e jogo.</p> <p>Facultou-se às jogadoras os conhecimentos e vivências pessoais dos treinadores no mundo do futebol, de modo a que elas possam evoluir enquanto jogadoras e pessoas.</p> <p>Criou-se uma relação positiva com os familiares, onde existia respeito e cooperação para que tudo corresse da melhor forma. Quando não era possível esclarecer algum assunto eram orientados para os diretores, de modo a obter um melhor esclarecimento.</p> <p>Estabelecimento de relações positivas com os agentes desportivos, nomeadamente com treinadores e dirigentes de outros clubes.</p> |

### **Competitivos**

|          |  |
|----------|--|
| Critério | <p>Assegurar no mínimo o 5º lugar da classificação no Campeonato Nacional de Juniores Femininos.</p> <p>Passagem à 2ª Fase na Taça Nacional de Juniores Femininos.</p> |
|----------|--|

---

|                    |   |
|--------------------|---|
|                    | Orientação para a aprendizagem e consolidação do modelo de jogo, estabelecendo uma relação entre o processo de treino e a competição.   |
| Periodização       | Época desportiva - Setembro a Junho   |
| Análise e Reflexão | <p>Ambos os critérios foram atingidos, obtendo o 4º lugar no Campeonato e a passagem à fase eliminatória da Taça.</p> <p>Em geral foi possível observar as bases do modelo de jogo e as suas dinâmicas adquiridas pela maioria das jogadoras, quer de forma individual, quer de forma coletiva.</p> |

---

### 8.3. Objetivos Pessoais

#### Desenvolvimento Pessoal

---

|                    |  |
|--------------------|--|
| Critério           | <p>Desenvolvimento e crescimento como treinadora</p> <p>Acumulação de funções de três equipas como treinadora principal.</p>   |
| Periodização       | Época desportiva - Setembro a Junho  |
| Análise e Reflexão | Através do acumular de diversas funções durante a época foi possível verificar uma maior autonomia e melhor gestão durante as unidades de treino. Melhorou-se a qualidade do feedback, sendo mais específico adaptando o nível do contexto onde se estava. A nível autoritário, existiu um receio inicial com a equipa de seniores masculinos, mas foi ultrapassado devido à apresentação de exercícios fisicamente e psicologicamente exigentes, o que originou uma credibilidade do trabalho prestado. |

---

## **Espaço Seleção**

---

|          |  |
|----------|--|
| Critério | Colocação de Jogadoras nas Seleções Distritais e Nacionais |
|----------|--|

---

|              |                                     |
|--------------|-------------------------------------|
| Periodização | Época desportiva - Setembro a Junho |
|--------------|-------------------------------------|

---

|                    |  |
|--------------------|--|
| Análise e Reflexão | <p>Ao longo da época desportiva existiram sempre jogadoras nas convocatórias semanais para a Seleção Distrital de Leiria, com uma média de seis jogadoras por semana.</p> <p>A nível de Seleção Nacional, existiu um contacto por parte dos Seleccionadores Nacionais sub-15/17 e sub-16, com o objetivo de partilha de informações sobre as jogadoras da equipa júnior e sénior. Ao longo da época conseguiu-se colocar uma jogadora nos escalões de sub-15, sub-16 e sub-17.</p> |
|--------------------|--|

---

Simultaneamente à realização de estágio pretendo adquirir contactos dentro da Federação Portuguesa de Futebol, mais especificamente nas seleções de futebol feminino, para uma posterior relação de partilha de conhecimentos e até de informações de atletas.

## 9. Reflexão Final do Capítulo

Finalizando o capítulo sobre o processo de Estágio, é momento de realizar uma breve reflexão sobre este período.

Analisando a época desportiva como treinadora no Grupo Desportivo e Cultural de A-dos-Francos, podemos concluir que foi um ano de muito trabalho e de constante necessidade de adaptação aos diferentes contextos. Assumindo o comando como treinadora principal de três equipas, em contextos completamente diferentes, foi possível o alcance de vários objetivos pessoais, tais como treinar uma equipa sénior masculina.

Na parte operacional, a evolução foi notória. A treinadora de modo a criar um desafio interno, aplicava a mesma Unidades de Treinos nos dois escalões mais velhos, diferenciando o feedback e as capacidades físicas, levando a que existisse uma melhor preparação de feedback de acordo com o contexto.

Analisando a performance da equipa, podemos concluir que a qualidade de jogo melhorou significativamente refletindo-se nos resultados obtidos. Alcançando os objetivos competitivos traçados no início da época desportiva.

Um aspeto menos positivo foi a falta de filmagem de jogos para realizar a análise de vídeo, devido ao facto de nem existir uma pessoa para realizar essa tarefa. No entanto, no final de cada jogo a treinadora principal e o treinador adjunto realizavam um relatório da competição.

Finalizando o período competitivo, as perspetivas de futuro são de evolução da equipa tendo noção que há necessidade de um maior recrutamento de jogadoras, oferecendo uma maior e melhor formação a partir de idades mais baixas, para que, quando se alcançar o patamar do escalão de juniores, se possa explorar aspetos mais relacionados com a tática do jogo.

# **CAPÍTULO II**

## **O Estudo**

## **1. Enquadramento do Estudo**

Neste segundo capítulo abordaremos o estudo realizado ao longo do presente relatório.

A área científica do estudo centrou-se na análise do jogo de futebol, especificando o processo ofensivo. Consequentemente, foi realizada uma recolha bibliográfica para enquadramento dos temas em estudo, relacionando-os com a metodologia selecionada. Os objetivos do estudo passarão pela criação e validação de um sistema de observação, da amostra constituída pela análise de três jogos pertencentes a três da Liga BPI, durante a época de 2018/2019. As três equipas analisadas foram a 1ª classificada (equipa vencedora da prova), 6ª classificada e 12ª classificada (último lugar).

### **1.1. Introdução**

Inicialmente é realizado um enquadramento teórico, relacionando os temas em questão, passando ao estudos de aplicação já aplicados e respetivas síntese. De seguida são definidos os objetivos gerais e específicos do estudo. Estes, centram-se em caracterizar as fases do processo ofensivo, através da análise de seis jogos da liga BPI, durante a época desportiva de 2018/2019.

Esta análise explora a caracterização nas três fases do processo ofensivo, caracterizando desde o momento de início do processo, progredindo até à fase de construção de ações ofensivas e o seu desenvolvimento, até à consequência da fase de finalização. Foi criado um sistema de observação desenvolvendo estas categorias, onde em cada fase é contemplado o sucesso o insucesso e em certo momento, o sucesso parcial. Esta definição mais completa origina uma maior quantidade de dados para posterior reflexão e consequente análise, discussão e conclusão do estudo.

De modo a finalizar o relatório, é realizada uma reflexão final onde se aborda as limitações do estudo e se abordam sugestões para estudos futuros.

### **1.2. Enquadramento Teórico**

O jogo de futebol emerge da natureza do confronto entre duas equipas, caracterizando-se pela sucessiva alternância de estados de elevada ordem, desordem, estabilidade e variabilidade (Garganta, 1997, 2001; Gama, Passos, Davids, Relvas Ribeiro & Dias, 2014). A capacidade de

adaptação de uma equipa de futebol é moldada em função das mudanças do contexto, que se encontra em constante mutação. Ou seja, mais do que procurar a memorização e execução de uma estratégia ou modelo tático “ideal”, pré-concebido, o treinador pode afinar o jogador para as relações funcionais que são estabelecidas com o ambiente que envolve a competição (Araújo, 2006; Davids, Button, & Bennett, 2008).

Tendo em conta o natural desenvolvimento do futebol, novos desafios emergem para o treinador ao nível da preparação da equipa (Pacheco, 2005). A evolução e o desenvolvimento do jogo de futebol exigem dos treinadores uma constante atualização de conhecimentos sobre os jogadores e as equipas onde estes atuam (Gama, Dias, Couceiro & Vaz, 2017). A adaptação ao contexto do clube ou equipa/escalão, é essencial para o sucesso do processo de treino, pois apesar dos conteúdos trabalhados poderem ser iguais ou muito semelhantes, a forma de comunicar e de agir será adaptada aos diferentes estágios de aprendizagem.

O futebol sendo uma realidade complexa, necessita de constante análise e interpretação do comportamento coletivo da equipa (Clemente, Couceiro, Martins, Figueiredo & Mendes, 2014).

O desenvolvimento natural aliado à realidade complexa, que origina o aumento das análises do jogo, justifica-se pela importância da compreensão dos padrões comportamentais relativos à dinâmica desta modalidade, bem como para subsidiar o planeamento dos processos de treino e ensino-aprendizagem, objetivando o máximo desempenho individual e coletivo (Hughes & Franks, 2005).

A análise do jogo de futebol, tendo por base a observação da atividade dos jogadores e das equipas, assume enorme importância na preparação desportiva (Moutinho, 1991; Garganta, 2001; Vaz, Gama, Valente-dos-Santos, Figueiredo & Dias, 2014; Belli, Dias, Gama, Couceiro & Vaz, 2015). Atualmente, se um treinador não utilizar a análise de jogo, como ferramenta para seu auxílio no processo de treino ou competição, pode ser considerado como “negligente” pela comunidade futebolística (Carling, Williams & Rilley, 2005; Ribeiro 2008, 2009; Belli, 2015).

Os comportamentos revelados pelos jogadores durante o jogo traduzem, em grande parte, o resultado das adaptações provocadas pelo processo de treino. Por conseguinte, torna-se essencial observar e analisar o desempenho dos jogadores e da equipa no processo de treino e competição (Teixeira, 2014).

Juntamente com a análise de jogo, uma temática que tem ganho bastante relevância no futebol atual é o futebol feminino. Foi possível observar este crescimento de popularidade no evento mais recente organizado, a UEFA Women’s Euro de 2017 realizada na Holanda. Segundo o site da UEFA, verificou-se uma audiência televisiva acumulada de 81,5 milhões de espetadores na fase de grupos, comparando com a mesma competição no ano de 2013, os números foram de 60,8

milhões. Os estádios nos jogos da equipa da casa tiveram sempre lotação esgotada, e o total da assistência da competição foi de 240.045 espetadores, números recordes para esta modalidade. Grandes eventos internacionais como o Mundial Feminino da FIFA de 2015 no Canadá e os Jogos Olímpicos de 2016 no Rio de Janeiro contribuíram para promover o futebol feminino, face à época de 2015/2015, na europa houve um aumento de 6%, havendo mais de 1,27 milhões de jogadoras registadas em 2016/2017.

Segundo Teixeira (2013), os níveis de competitividade no futebol têm vindo a aumentar progressivamente. O mesmo autor refere que, a urgência da maximização dos processos de treino e competição (seja numa lógica competitiva ou mesmo formativa) exige que os treinadores estejam atentos ao aparecimento de novas ferramentas tecnológicas que beneficiem as equipas e os jogadores.

A metodologia observacional, está muito relacionada com a análise desportiva, pois favorece a descrição e análise entre o objeto observado e o observador nesta lógica de investigação científica, devido à grande interação das características das condutas entre elas e à dificuldade em controlar os constrangimentos contextuais (Egaña, Mendo, Anguera & Santos, 2005).

Esta metodologia, desenvolve-se em contextos organizados, e consiste num procedimento científico em que se destaca a ocorrência de condutas padrões, procedendo ao seu registo sistematizado ou ativo. A análise realizada pode ser tanto qualitativa como quantitativa, dependendo do instrumento utilizado. Este, tem de ser adequado a critérios e parâmetros validos, possibilitando a deteção das relações de diversa ordem existentes entre elas e uma avaliação das mesmas (Anguera, 2003; Anguera, Blanco, Losada, & Hernández, 2000). Considerando que o seu objeto é analisar determinado acontecimento, podemos concluir que a observação e registo dos comportamentos são realizados por um instrumento elaborado *ad hoc* (Anguera et al., 2000), onde “garante-se uma qualidade de registo e efetuam-se as análises necessárias (qualitativas ou quantitativas) para se falar das relações de diversas ordens existentes entre as diferentes dimensões e respetivas categorias ou códigos” (Anguera & Hermández-Mendo, 2013).

Sendo o principal objetivo de o treinador preparar, os seus jogadores para a competição, a procura de situações de transferência de competências do treino para a competição, e vice-versa, facilita a obtenção de bons resultados (Teixeira, 2014). Este conceito vai de acordo com o objetivo do projeto, pois esta transferência referida, será demonstrada a partir da análise das várias sequências, onde serão codificadas para posteriormente se perceber se existe alguma importância nos dados recolhidos. As conclusões retiradas serão transmitidas para o processo de treino, existindo, uma adaptação dos termos técnicos. Esta transferência também está relacionada com a metodologia selecionada para o estudo, pois, os seus objetivos são orientados especificamente, tanto na

competição, tal como o resultado, tanto no processo de treino, tal como a eficácia de um plano de treino (Anguera & Hernández-Mendo, 2013).

Sendo a temática de estudo a primeira fase de construção do processo ofensivo, temos de entender claramente as suas definições. Sendo assim, o processo ofensivo representa uma das duas fases fundamentais do jogo de futebol, sendo definido, "pela equipa que se encontra de posse de bola, com vista à obtenção do golo, sem cometer infrações às leis do jogo" (Teodorescu, 1984).

Após a recuperação da posse de bola, inicia-se a construção do processo ofensivo, que tem como objetivo levar a bola da zona de recuperação para as áreas vitais do terreno de jogo. Esta fase é caracterizada por ter uma maior facilidade e frequência observacional, constando de circulações, combinações e ações táticas individuais e coletivas, onde a circulação da bola pelos vários jogadores é realizada de uma forma contínua, fluente e eficaz, evitando a perda da posse da bola, procurando uma forma contínua ou pontual de situações de instabilidade e consequentemente desequilíbrio na organização defensiva adversária (Castelo).

### **1.3. Estudos de aplicação já realizados**

Um estudo realizado na mesma temática, no futebol masculino foi realizado por Gomes (2016), tendo como título “Caraterização dos padrões de jogo ofensivos após recuperação de posse bola a partir de desarme ou interceção. Análise Comparativa da equipa principal e equipa B do Sporting Clube de Portugal.” Este estudo teve como principal objetivo a caraterização do processo ofensivo da equipa principal e equipa B do Sporting Clube de Portugal após recuperação de posse de bola. A amostra era constituída por 16 jogos, sendo 8 de cada equipa, durante a época de 2014/2015. Foi utilizado o software SDIS GSEQ 5.1 (Bakeman & Quera, 1996), para a análise descritiva e sequencial.

Os principais resultados levaram à conclusão que as equipas observadas recuperaram a posse de bola mais vezes no setor médio defensivo e numa relação de igualdade ou superioridade relativa, as equipas observadas, desenvolvem o processo ofensivo de forma semelhante, recorrendo ao passe curto ou médio, para a frente, ou diagonal frente e rasteiro como comportamento mais vezes verificado após a recuperação de posse de bola. O método de jogo ofensivo mais utilizado pelas equipas observadas é o ataque rápido. A equipa principal não é influenciada pela forma como o adversário reage à perda de posse de bola para optar pelo seu método de jogo ofensivo, sendo que a equipa B, essa influência acontece. Na equipa principal, o método de jogo ofensivo que potencia mais situações de finalização com sucesso é o ataque rápido, enquanto que na equipa B é o contra-

ataque. Ambas as equipas optam pelo método de jogo ofensivo contra-ataque, quando a recuperação de posse de bola acontece no setor defensivo e setor médio defensivo, sendo substituído pelo ataque rápido nos setores mais adiantados.

Outro estudo que analisa o processo ofensivo em futebol, foi realizado por Laranjeira (2009), e tem como título “Análise Sequencial do Processo Ofensivo em Futebol”. O principal objetivo foi a identificação de padrões de comportamento no processo ofensivo. Foi utilizada a Metodologia Observacional, sendo criado um instrumento de observação ad hoc a partir de critérios relativos aos momentos de Início, Desenvolvimento e Finalização do Processo Ofensivo. A amostra foi composta por 18 jogos da equipa do Chelsea F.C., durante a época de 2004/2005. Tal como o artigo referido anteriormente, foi também utilizado o software SDIS GSEQ 5.1 (Bakeman & Quera, 1996), para o tratamento e análise de dados recolhidos. Estes foram sujeitos a uma análise descritiva e sequencial, onde foi possível verificar a probabilidade de existência de relações de associação significativas, de excitação ou de inibição, entre as diferentes categorias do instrumento de observação, assim como a força de coesão existente entre a conduta critério e as condutas objeto. As principais conclusões retiradas foram que a conquista da bola em zonas adiantadas do terreno de jogo possibilita a criação de situações eficazes de finalização. Uma maior eficácia para a saída no processo ofensivo, resulta a partir de ganhos de bola por ação individual ou por passes em profundidade. A eficácia ofensiva está relacionada com ações de pré-finalização nas zonas laterais do setor ofensivo. Esta também está associada a recuperações indiretas, ao desenvolvimento do processo ofensivo por passe longo em profundidade sem variação de corredor de jogo e o cruzamento aéreo para a área. Por fim, o remate é o culminar de ações de longa duração, sendo preferencial o ataque posicional.

### 1.3.1. Síntese do enquadramento teórico e ligação com os objetivos de estudo

**Tabela 19 - Síntese de estudos já aplicados**

| <b>Autores</b>   | <b>N</b>                   | <b>Objetivos</b>   | <b>Instrumentos</b>                             | <b>Conclusões</b>   |
|------------------|----------------------------|--|---|---|
| Gomes, P. (2016) | 16 jogos, 8 de cada equipa | Caraterização do processo ofensivo da equipa principal e equipa B após | Sistema de observação do golo no Futebol (SOGF) | Existência de um maior nº de situações de golo resultantes de recuperações de bola através de bolas perdidas em zonas do setor médio-ofensivo e ofensivo, em que o último |

---

|                       |          |  |   |  |
|-----------------------|----------|--|---|--|
|                       |          | recuperação de posse de bola                                   |   | passé surgiu a partir do setor ofensivo, através de contra-ataque, dentro da área de grande penalidade e com o pé direito  |
| Laranjeira, J. (2009) | 18 jogos | Identificação de padrões de comportamento no processo ofensivo | de Sistema de Observação <i>ad hoc</i> “Análise Sequencial do Processo Ofensivo no Futebol” | A conquista da bola em zonas adiantadas do terreno de jogo possibilita a criação de situações eficazes de finalização; o processo ofensivo tem maior eficácia a partir de ganhos de bola por ação individual ou passes em profundidade; a eficácia ofensiva está relacionada com ações de assistência nas zonas laterais do setor ofensivo, e com recuperações indiretas; o remate é o culminar de ações de longa duração; ataque posicional é o método de jogo ofensivo preferível. |

---

## 2. Objetivos Gerais

Os objetivos gerais do estudo centram-se em caracterizar as fases do processo ofensivo, através da análise de dois jogos em três equipas com diferentes qualificações na liga principal de futebol feminino em Portugal, a liga BPI, durante a época desportiva de 2018/2019.

### 3.1. Objetivos Específicos

Os objetivos específicos do presente estudo foram a construção, validação e aplicação de um tudo piloto na área do treino desportivo.

### 3. Metodologia

#### 3.1. Caracterização da Amostra

A escolha da amostra deveu-se à classificação final do campeonato onde as equipas estavam inseridas. Foram escolhidas as equipas classificadas em 1º, 6º e 12º lugar, analisando os dois primeiros jogos da época 2018/2019.

A amostra foi constituída por 893 ações relacionadas com o Processo Ofensivo das equipas acima referidas. Salienta-se que existiram 7 outras ações existente, porém, devido a problemas de filmagem não foram contabilizadas.

#### 3.2. Materiais a Utilizar e Recursos Necessários

Os materiais necessários para a análise serão:

**Tabela 20 - Materiais Necessários e Função**

| Material             | Função                                 |
|----------------------|--|
| Computador portátil  | Recolha e tratamento de dados          |
| <i>Instat Scout</i>  | <i>Download</i> dos jogos selecionados |
| GSW7                 | Análise Intra Observadores             |
| <i>VideoObserver</i> | Software de Análise de Jogo            |
| <i>Excel</i>         | Análise dos Dados                      |

#### 3.3. Tarefas, Procedimentos e Protocolos

Inicialmente foi feito um contacto com a empresa *InStat Scout*, para a obtenção dos jogos pertencentes à amostra. Esta é uma empresa de análise de desempenho desportivo, com uma tecnologia de filmagem panorâmica, que fornece ferramentas profissionais para avaliação do desempenho individual e coletivo e para uma análise de aptidão.

De seguida, procedeu-se à construção do sistema de observação, como iremos desenvolver a seguir. Para tal, foram baseou-se em dois sistemas de observação já criados e validados, inseridos nos estudos “Análise Observacional do Golo. Detecção de Padrões na Finalização Concretizada” (2018) e “Desenvolvimento e Validação de um Sistema de Observação em Competição no Futebol de Bolas Paradas” (2014), com autoria da própria autora deste relatório e do professor Eduardo Teixeira, respetivamente.

No sentido de verificar o interesse do estudo e alguns aspetos de melhoria recorreu-se ao auxílio de três *experts*. De acordo com o seu *feedback* retificou-se o sistema, passando á etapa seguinte que seria a análise intra-observador.

O *software* de análise de jogo utilizado para o projeto foi o VideObserver®, devido a ter sido já utilizado em trabalhos anteriores e à sua facilidade de acesso. Este *software* tem vindo a ser utilizado para a análise estatística de vários desportos coletivos (e.g., Futebol), possuindo várias funcionalidades de apoio ao treinador/equipas, tais como o registo de dados, edição de vídeos, criação de um modelo de observação, *playlist* de vídeos, entre outras (Gama et al., 2017).

O sistema de observação foi inserido na plataforma online do *software*, procedendo-se à análise de 45 minutos de um jogo aleatório. Procedeu-se à utilização do *software* GSW7, onde foi aplicado o coeficiente de kappa de Cohen para a fiabilidade intra-observador, dos dados obtidos. Os resultados desta análise obtiveram um valor de 98% de concordância, sendo o Sistema de Observação considerado fiável.

**Tabela 21 - Resultados da Análise Intra-Observador**

| Análise Intra-Observador |                       |
|--------------------------|-----------------------|
|                          | Recolha 1 (7/11/2019) |
| Recolha 2 (21/11/2019)   | 98%                   |

### **3.4. Construção do Sistema de Observação**

Na análise de jogo de Futebol, autores como Garganta defendem que a metodologia observacional e a análise de dados abrem novos horizontes de investigação no âmbito das Ciências do Desporto, nomeadamente no que diz respeito ao entendimento das condições que concorrem para o sucesso

nos desportos coletivos. Todavia, para tal acontecer, importa passar de uma observação passiva para uma metodologia sistematizada e balizada (Garganta, 1997, 2001).

Nos desportos coletivos, como é o caso do Futebol, os observadores e treinadores procuram obter padrões de desempenho que alcancem o sucesso desportivo (Garganta, 2001; Castelo, 2004). No entanto, poucos estudos centralizam a sua análise nas “virtuais” inter-relações das variáveis qualitativas que emergem dos traços dominantes do jogo de Futebol. Esta limitação obriga a investigar algo mais do que apenas os indicadores prospetivos ou retrospectivos de ações de êxito ou fracasso de uma determinada equipa (Garganta, 1997, 2001; Anguera & Blanco, 2003; Carling, 2005; Gama, 2013).

Garganta (1997), refere que os sistemas de observação podem englobar várias categorias, cuja confirmação permita passar da análise centrada na quantidade das ações realizadas pelos jogadores, para uma análise suportada na qualidade das ações de jogo. O mesmo autor (1997), indica que não seja suficiente quantificar, apenas, a frequência de passes e/ou remates, se essa informação não for acompanhada de variáveis qualitativas (e.g., zona onde se iniciou a ação que contribuiu para o objetivo dessa ação).

Para a construção e validação do sistema de observação foram utilizadas as referências definidas na Metodologia Observacional (Anguera et al., 2013; Anguera et al., 2001; Prudente et al., 2004), passando pelo objetivo de criar um sistema de observação aplicado à primeira fase de construção do processo ofensivo. Construir este sistema e posteriormente validando-o, significa ter um instrumento que permite registar, de forma fidedigna, os comportamentos dos jogadores e equipas, a partir da observação sistemática dos jogos que constituem uma amostra observacional (Prudente, 2006). Foi adaptado o formato de campo com sistema de categorias devido à maior flexibilidade dos formatos e aliada às categorias rígidas que suportam os critérios (Prudente et al., 2004).

Prudente et al, 2006; Borrás & Baranda, 2005; & Anguera et al., 2000, sugerem que a criação de um sistema de observação passe pelos seguintes passos:

- Produzir uma estrutura do sistema, baseada em outros já existentes e em bibliografia especializada.
- Após a observação de jogos, elaborar um sistema de observação de categorias e de formato de campo;
- Aperfeiçoar as dimensões e categorias dos instrumentos de observação já existentes para o contexto do futebol;
- Promover um pré teste que pudesse identificar eventuais erros na construção, elaboração e precisão do instrumento;

- Validação facial do novo sistema de observação por experts;
- Fiabilidade inter observador em relação ao novo sistema de observação;
- Aplicação de estudo piloto.

Dentro da lógica da metodologia observacional, Anguera (2003), indica que há a necessidade de ter os seguintes requisitos:

- Garantir a naturalidade do comportamento;
- O estudo seja prioritariamente ideográfico;
- O instrumento de observação seja elaborado *ad hoc*;
- Garantir a continuidade temporal;
- Comportamento perceptível.

A opção da construção de um sistema inovador, capaz de ser adaptado a um software técnico, e com características distintas de outros, permite-nos usar diferentes critérios (e subcritérios) e categorias numa lógica exclusiva, inclusiva ou sequencial (Barreira et al., 2012). Segundo Carling (2001) e Silva (2006), na escolha de um sistema de observação e análise de jogo, urge que os treinadores percebam as suas verdadeiras valências, assim como o que pretendem desta ferramenta. Portanto, o sistema de análise de jogo deve atender às necessidades do treinador e não o contrário.

#### **4. Sistema de Observação**

O sistema de observação criado é constituído por 4 critérios onde conseqüentemente são distinguidos 22 subcritérios e 145 categorias.

De seguida, e tendo em conta os pressupostos indicados anteriormente, indicamos os critérios definidos para a elaboração do sistema de observação:

- Critério 1 – Caracterização Momentânea do Jogo;
- Critério 2 – Iniciação da Fase de Construção de Ações Ofensivas;
- Critério 3 – Desenvolvimento da Fase de Criação de Situações Ofensivas;
- Critério 4 – Consequência da Fase de Finalização.

## CRITÉRIO 1 - CARACTERIZAÇÃO MOMENTÂNEA DO JOGO

**Tabela 22 – Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos para a caracterização momentânea do jogo.**

| <b>Subcritérios</b>  | <b>Categorias</b>  | <b>Códigos</b> |
|--|--|----------------|
| <b>Local do Jogo</b><br>Subcritério relacionado com o local onde a partida é realizada de acordo com a equipa observada. É composto por 3 categorias.              | <u>Casa/Visitado</u><br>O jogo é realizado no estádio da equipa observada.   | 1L1            |
|  | <u>Fora/Visitante</u><br>O jogo é realizado fora do estádio da equipa observada.   | 1L2            |
|  | <u>Neutro</u><br>O jogo é realizado em campo não pertencente a nenhuma das equipas em competição.  | 1L3            |
| <b>Estado do Resultado</b><br>Subcritério relacionado sobre o estado do resultado no marcador entre a equipa observada e adversária. É composto por 5 categorias.  | <u>A vencer por mais de 1 Golo</u><br>A equipa observada encontra-se a vencer por mais de um golo no marcador.   | 1E1            |
|  | <u>A vencer por 1 Golo</u><br>A equipa observada encontra-se a vencer por um golo no marcador.   | 1E2            |
|  | <u>Empate</u><br>A equipa observada encontra-se empatado no marcador.  | 1E3            |
|  | <u>A perder por 1 Golo</u><br>A equipa observada encontra-se a perder por um golo no marcador.   | 1E4            |
|  | <u>A perder por mais de 1 Golo</u><br>A equipa observada encontra-se a perder por mais de um golo no marcador.   | 1E5            |
| <b>Período</b><br>Subcritério relacionado com o intervalo de tempo quando se inicia a primeira fase de construção e o final da mesma. É composto por 8 categorias. | <u>0' – 15,59'</u><br>Intervalo de tempo entre o apito de início de jogo do árbitro, e o 15º minuto e 59 segundos de jogo.   | 1P1            |
|  | <u>16' – 30,59'</u><br>Intervalo de tempo entre o 16º e o 30º minuto e 59 segundos de jogo.  | 1P2            |
|  | <u>31' - 45' (inclui tempo extra)</u><br>Intervalo de tempo entre o 31º minuto e o apito do árbitro para o fim da primeira parte do jogo, incluindo o tempo extra. | 1P3            |
|  | <u>45' - 60,59'</u><br>Intervalo de tempo entre o apito do árbitro para o início da segunda parte, e o 60º minuto e 59 segundos de jogo.                           | 1P4            |
|  | <u>61' - 75,59'</u>  | 1P5            |

|   |  |   |     |
|---|--|---|-----|
|   |  | Intervalo de tempo entre o 61º e o 75º minuto e 59 segundos de jogo.<br><u>76' - 90' (inclui tempo extra)</u>   | 1P6 |
|   |  | Intervalo de tempo entre o 75º minuto e o apito do árbitro para o fim do jogo, incluindo tempo extra.<br><u>90' - 105' (inclui tempo extra)</u>   | 1P7 |
|   |  | Intervalo de tempo entre o 90º minuto e o apito do árbitro para o fim da primeira parte do tempo de prolongamento do jogo, incluindo tempo extra.<br><u>106' - 120' (inclui tempo extra)</u>                  | 1P8 |
|   |  | Intervalo de tempo entre o 106º minuto e o apito do árbitro para o fim da segunda parte do tempo de prolongamento do jogo, incluindo tempo extra.   |     |
| <b>Relação Numérica de</b>  |  | <u>GR + 8 x 8 + GR</u>  | 1C1 |
| <b>Jogadores em Campo</b>   |  | Relação numérica, onde a equipa observada está em igualdade numérica com a equipa adversária, ambas com guarda redes e oito jogadores de campo cada.  |     |
| Subcritério relacionado com o número de jogadores dentro de campo. Este subcritério é associado à expulsão de jogadores pelo árbitro, segundo as Leis de Jogo, e à assistência médica que origine a retirada de jogadores por um intervalo de tempo. É composto por 8 categorias. |  | <u>GR + 8 x 9 + GR</u>  | 1C2 |
|   |  | Relação numérica, onde a equipa observada está em inferioridade numérica. Esta encontra-se com guarda redes e oito jogadores de campo, contra um guarda redes e nove jogadores de campo da equipa adversária. |     |
|   |  | <u>GR + 8 x 10 + GR</u>   | 1C3 |
|   |  | Relação numérica, onde a equipa observada está em inferioridade numérica. Esta encontra-se com guarda redes e oito jogadores de campo, contra um guarda redes e dez jogadores de campo da equipa adversária.  |     |
|   |  | <u>GR + 9 x 8 + GR</u>  | 1C4 |
|   |  | Relação numérica, onde a equipa observada está em superioridade numérica. Esta encontra-se com guarda redes e nove jogadores de campo, contra um guarda redes e oito jogadores de campo da equipa adversária. |     |
|   |  | <u>GR + 9 x 9 + GR</u>  | 1C5 |
|   |  | Relação numérica, onde a equipa observada está em igualdade numérica. Esta encontra-se com guarda redes e nove jogadores de campo, contra um guarda redes e nove jogadores de campo da equipa adversária.     |     |
|   |  | <u>GR + 9 x 10 + GR</u>   | 1C6 |
|   |  | Relação numérica, onde a equipa observada está em inferioridade numérica. Esta encontra-se com guarda redes e nove jogadores de   |     |

|  |  |      |
|--|--|------|
|  | campo, contra um guarda redes e dez jogadores de campo da equipa adversária.   |      |
|  | <u>GR + 10 x 8 + GR</u>  | 1C7  |
|  | Relação numérica, onde a equipa observada está em superioridade numérica. Esta encontra-se com guarda redes e dez jogadores de campo, contra um guarda redes e oito jogadores de campo da equipa adversária.   |      |
|  | <u>GR + 10 x 9 + GR</u>  | 1C8  |
|  | Relação numérica, onde a equipa observada está em superioridade numérica. Esta encontra-se com guarda redes e dez jogadores de campo, contra um guarda redes e nove jogadores de campo da equipa adversária.   |      |
|  | <u>GR + 10 x 10 + GR</u>   | 1C9  |
|  | Relação numérica, onde a equipa observada está em igualdade numérica. Esta encontra-se com guarda redes e dez jogadores de campo, contra um guarda redes e dez jogadores de campo da equipa adversária.  |      |
|  | <u>Outra Situação</u>  | 1C10 |
| <b>Iniciação com a Bola Corrida</b><br>Subcritério que identifica o início da construção de jogo. Este acontece numa recuperação da posse da bola, enquanto esta, encontra-se jogável e integrada no processo ofensivo do adversário. É composto por 5 categorias. | <u>Após Recuperação em Desarme ao Adversário</u>   | 1C1  |
|  | O processo ofensivo é iniciado após existir uma disputa da bola realizada por um jogador da equipa observada, sem bola, com o seu adversário direto na posse da mesma numa situação de 1 contra 1, tentando o primeiro jogador retirar a bola ao seu adversário. Considera-se a ação de desarme sempre que o jogador sem bola, ficar na posse desta. |      |
|  | <u>Após Recuperação em Interceção ao Adversário</u>  | 1C2  |
|  | O processo ofensivo é iniciado após existir a ação desenvolvida por um jogador que se coloca na trajetória da bola, sendo esta conduzida ou rematada por um adversário ou ainda dirigida para outro adversário. Considera-se interceção sempre que a equipa do jogador que realizou ação fica claramente com a posse de bola.                        |      |
|  | <u>Após Perda de Bola Direta do Adversário</u>   | 1C3  |
|  | O processo ofensivo é iniciado após existir uma recuperação da posse de bola por parte de um jogador da equipa observada, sem que este tenha realizado qualquer tipo de ação ativa para a sua recuperação.   |      |
|  | <u>Após Defesa da Guarda Redes</u>   | 1C4  |

|  |  |     |
|--|--|-----|
|  | O processo ofensivo é iniciado após uma defesa realizada pelo guarda redes da equipa observada. <sup>1</sup> |     |
|  | <u>Outra Situação</u>  | 1C5 |
|  | Todas as situações que não foram contabilizadas anteriormente.   |     |
| <b>Iniciação com a Bola Parada</b>   | <u>Após Pontapé de Saída/Recomeço de Jogo</u>  | 1B1 |
| Subcritério que identifica o início da construção de jogo, quando esta é colocada fora do terreno de jogo por parte da equipa adversária, ou é realizada uma infração às Leis de Jogo (regras explicadas posteriormente). É composto por 6 categorias. | O processo ofensivo é iniciado de acordo com a lei de começo e recomeço do jogo (Lei 8 <sup>2</sup> ).       |     |
|  | <u>Após Pontapé de Baliza</u>  | 1B2 |
|  | O processo ofensivo é iniciado de acordo com a lei do pontapé de baliza (Lei 16 <sup>3</sup> ).              |     |
|  | <u>Após Livre</u>  | 1B3 |
|  | O processo ofensivo é iniciado de acordo com a lei dos pontapés-livres (Lei 13 <sup>4</sup> ).               |     |
|  | <u>Após LLL</u>  | 1B4 |
|  | O processo ofensivo é iniciado de acordo com a lei do lançamento de linha lateral (Lei 15 <sup>5</sup> ).    |     |
|  | <u>Após Canto</u>  | 1B5 |
|  | O processo ofensivo é iniciado de acordo com a lei do lançamento de linha lateral (Lei 17 <sup>6</sup> ).    |     |
|  | <u>Outra Situação</u>  | 1B6 |
|  | Todas as situações que não foram contabilizadas anteriormente.   |     |
| <b>Não é Possível Analisar</b>   | O momento de análise é composto por falhas de gravação, não podendo ser analisado.                           | 1N1 |

<sup>1</sup> Esta ação se der origem a um ataque rápido ou contra-ataque não é contabilizada.

<sup>2</sup> Lei 8 - Começo e Recomeço do jogo: É um processo resultante de quatro situações específicas numa partida de futebol: início de jogo na 1ª parte, após a obtenção de um golo, início da 2ª parte e no começo de cada período de prolongamento de jogo (não aplicável às competições em causa neste estudo).

<sup>3</sup> Lei 16 – O Pontapé de Baliza: É uma forma de recomeçar o jogo sempre que a bola ultrapassa completamente a linha de baliza, quer seja rente ao solo ou pelo ar, tocada em último lugar por um jogador da equipa atacante, sem que um golo tenha sido obtido.

<sup>4</sup> Lei 13 - Pontapés-Livres: Podem-se classificar como diretos ou indiretos e estão intimamente relacionados com a Lei 12 (Faltas e Incorreções) que especifica o tipo de livre a atribuir decorrente das infrações verificadas).

<sup>5</sup> Lei 15 - Lançamento de Linha Lateral: Forma de recomeçar o jogo sempre que a bola ultrapassa totalmente, pelo solo ou pelo ar, uma das linhas laterais do espaço de jogo.

<sup>6</sup> Lei 17 – O Pontapé de Canto: É uma forma de recomeçar o jogo sempre que a bola ultrapassa completamente a linha de baliza, quer seja rente ao solo ou pelo ar, tocada em último lugar por um jogador da equipa defensiva, sem que um golo tenha sido obtido.

## CRITÉRIO 2 – INICIAÇÃO DA FASE DE CONSTRUÇÃO DE AÇÕES OFENSIVAS

**Tabela 23 - Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos relacionados com o início da construção de jogo.**

| <b>Subcritérios</b>   | <b>Categorias</b>   | <b>Códigos</b> |
|---|---|----------------|
| <b>Zona de Terreno de Jogo</b><br>Local onde a bola foi recuperada e ocorre o início da ação ofensiva. Verificar a figura 1. É composto por 13 categorias.                                      | <u>Setor Defensivo – Corredor Esquerdo - Z1</u>                                       | 1Z1            |
|   | <u>Setor Defensivo – Corredor Central - Z2</u>  | 1Z2            |
|   | <u>Setor Defensivo – Corredor Direito - Z3</u>  | 1Z3            |
|   | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Esquerdo - Z4</u>                                 | 1Z4            |
|   | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Central - Z5</u>                                  | 1Z5            |
|   | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Direito - Z6</u>                                  | 1Z6            |
|   | <u>Setor Médio – Corredor Esquerdo – Z7</u>   | 1Z7            |
|   | <u>Setor Médio-Ofensivo – Corredor Central – Z8</u>                                   | 1Z8            |
|   | <u>Setor Médio-Ofensivo – Corredor Direito – Z9</u>                                   | 1Z9            |
|   | <u>Setor Ofensivo – Corredor Esquerdo - Z10</u>                                       | 1Z10           |
|   | <u>Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11</u>  | 1Z11           |
|   | <u>Setor Ofensivo – Corredor Direito - Z12</u>  | 1Z12           |
|   | <u>Ausência desta Fase</u>  | 1Z13           |
| <b>Quantidade de Passes</b>   | <u>1-3</u>  | 1Q1            |
| Subcritério que quantifica a quantidade de passes realizados entre as jogadoras, desde a recuperação da posse de bola, até à sua perda ou situação de finalização. É composto por 4 categorias. | A equipa observada realiza entre 1 e 3 passes, até perder a posse de bola.            |                |
|   | <u>4-6</u>  | 1Q2            |
|   | A equipa observada realiza entre 4 e 6 passes, até perder a posse de bola.            |                |
|   | <u>7-10</u>   | 1Q3            |
|   | A equipa observada realiza entre 7 e 10 passes, até perder a posse de bola.           |                |
|   | <u>&gt;10</u>   | 1Q4            |
|   | A equipa observada realiza mais de 10 passes, até perder a posse de bola.             |                |
| <b>Nº jogadoras intervenientes</b>  | <u>1 Jogador</u>  | 1J1            |
| Subcritério que quantifica a quantidade de jogadoras que intervêm diretamente (contacto com bola), desde a recuperação da posse de  | A equipa observada intervém com 1 jogador no desenvolvimento da construção de jogo.   |                |
|   | <u>2 Jogadores</u>  | 1J2            |
|   | A equipa observada intervém com 2 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo. |                |
|   | <u>3 Jogadores</u>  | 1J3            |

|   |  |                   |
|---|--|-------------------|
| bola, até à sua perda ou situação de finalização. É composto por 6 categorias.  | A equipa observada intervém com 3 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo.<br><u>4 Jogadores</u><br>A equipa observada intervém com 4 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo.<br><u>5 Jogadores</u><br>A equipa observada intervém com 5 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo.<br><u>&gt;5 Jogadores</u><br>A equipa observada intervém com mais de 5 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo. | 1J4<br>1J5<br>1J6 |
| <b>Duração</b>  | <u>0-3,99''</u>  | 1D1               |
| Subcritério que quantifica a duração da fase de construção de ações ofensivas. É composto por 5 categorias.   | A equipa observada mantém a posse de bola entre 0 e 3 segundos (inclusive).<br><u>4-7,99''</u>   | 1D2               |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola entre 4 e 7 segundos (inclusive).<br><u>8-11,99''</u>  | 1D3               |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola entre 8 e 11 segundos (inclusive).<br><u>12-15,99''</u>  | 1D4               |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola entre 12 e 15 segundos (inclusive).<br><u>&gt;15,99''</u>  | 1D5               |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola durante mais de 15 segundos (inclusive).   |                   |
| <b>Conclusão da Fase de Construção</b>  | <u>Sucesso</u>   | 1F1               |
| Subcritério que analisa a conclusão da fase analisada. Avalia se a equipa observada teve sucesso, ou não, na fase de construção de jogo. É composto por 4 categorias. | Equipa observada continua com posse de bola e passa para a fase seguinte.<br><u>Sucesso Parcial</u><br>A equipa observada não passa para a fase seguinte, mas mantém a posse de bola.<br><u>Insucesso</u>  | 1F2               |
|   | Equipa observada perde a posse de bola não passando para a fase seguinte.<br><u>Não Existência</u><br>A equipa observada não passa por esta fase no processo ofensivo.   |                   |

CRITÉRIO 3 – DESENVOLVIMENTO DA FASE DE CRIAÇÃO DE SITUAÇÕES OFENSIVAS

Tabela 24 - Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos relacionados com o desenvolvimento da fase de criação de situações ofensivas.

| Subcritérios  | Categorias  | Códigos    |
|---|---|------------|
| <b>Zona de Terreno de Jogo</b>  | <u>Setor Defensivo – Corredor Esquerdo - Z1</u>                                       | 1Z1        |
| Local onde a bola foi recuperada e ocorre o início da ação ofensiva. Verificar a figura 1. É composto por 13 categorias.  | <u>Setor Defensivo – Corredor Central - Z2</u>  | 1Z2        |
|   | <u>Setor Defensivo – Corredor Direito - Z3</u>  | 1Z3        |
|   | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Esquerdo - Z4</u>                                 | 1Z4        |
|   | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Central - Z5</u>                                  | 1Z5        |
|   | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Direito - Z6</u>                                  | 1Z6        |
|   | <u>Setor Médio – Corredor Esquerdo – Z7</u>   | 1Z7        |
|   | <u>Setor Médio-Ofensivo – Corredor Central – Z8</u>                                   | 1Z8        |
|   | <u>Setor Médio-Ofensivo – Corredor Direito – Z9</u>                                   | 1Z9        |
|   | <u>Setor Ofensivo – Corredor Esquerdo - Z10</u>                                       | 1Z10       |
|   | <u>Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11</u>  | 1Z11       |
|   | <u>Setor Ofensivo – Corredor Direito - Z12</u>  | 1Z12       |
|   | <u>Ausência desta Fase</u>  | 1Z13       |
|   | <b>Quantidade de Passes</b>   | <u>1-3</u> |
| Subcritério que quantifica a quantidade de passes realizados entre as jogadoras, desde a recuperação da posse de bola, até à sua perda ou situação de finalização. É composto por 4 categorias. | A equipa observada realiza entre 1 e 3 passes, até perder a posse de bola.            |            |
|   | <u>4-6</u>  | 1Q2        |
|   | A equipa observada realiza entre 4 e 6 passes, até perder a posse de bola.            |            |
|   | <u>7-10</u>   | 1Q3        |
|   | A equipa observada realiza entre 7 e 10 passes, até perder a posse de bola.           |            |
|   | <u>≥10</u>  | 1Q4        |
|   | A equipa observada realiza mais de 10 passes, até perder a posse de bola.             |            |
| <b>Nº jogadoras intervenientes</b>  | <u>1 Jogador</u>  | 1J1        |
| Subcritério que quantifica a quantidade de jogadoras que intervêm diretamente (contacto com bola), desde a recuperação da posse de  | A equipa observada intervém com 1 jogador no desenvolvimento da construção de jogo.   |            |
|   | <u>2 Jogadores</u>  | 1J2        |
|   | A equipa observada intervém com 2 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo. |            |
|   | <u>3 Jogadores</u>  | 1J3        |

|   |   |      |
|---|---|------|
| bola, até à sua perda ou situação de finalização. É composto por 6 categorias.                              | A equipa observada intervém com 3 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo.<br><u>4 Jogadores</u>   | 1J4  |
|   | A equipa observada intervém com 4 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo.<br><u>5 Jogadores</u>   | 1J5  |
|   | equipa observada intervém com 5 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo.<br><u>&gt;5 Jogadores</u> | 1J6  |
|   | A equipa observada intervém com mais de 5 jogadores no desenvolvimento da construção de jogo.                 |      |
| <b>Duração</b>  | <u>0-3,99''</u>   | 1D1  |
| Subcritério que quantifica a duração da fase de construção de ações ofensivas. É composto por 5 categorias. | A equipa observada mantém a posse de bola entre 0 e 3 segundos (inclusive).<br><u>4-7,99''</u>                | 1D2  |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola entre 4 e 7 segundos (inclusive).<br><u>8-11,99''</u>               | 1D3  |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola entre 8 e 11 segundos (inclusive).<br><u>12-15,99''</u>             | 1D4  |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola entre 12 e 15 segundos (inclusive).<br><u>&gt;15,99''</u>           | 1D5  |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola durante mais de 15 segundos (inclusive).                            |      |
| <b>Zona de Terreno de Jogo de Assistência</b>   | <u>Setor Defensivo – Corredor Esquerdo - Z1</u>   | 1Z1  |
|   | <u>Setor Defensivo – Corredor Central - Z2</u>  | 1Z2  |
| Local onde foi realizado o passe de assistência.  | <u>Setor Defensivo – Corredor Direito - Z3</u>  | 1Z3  |
|   | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Esquerdo - Z4</u>   | 1Z4  |
| Verificar a figura 1. É composto por 13 categorias.   | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Central - Z5</u>  | 1Z5  |
|   | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Direito - Z6</u>  | 1Z6  |
|   | <u>Setor Médio – Corredor Esquerdo – Z7</u>   | 1Z7  |
|   | <u>Setor Médio-Ofensivo – Corredor Central – Z8</u>   | 1Z8  |
|   | <u>Setor Médio-Ofensivo – Corredor Direito – Z9</u>   | 1Z9  |
|   | <u>Setor Ofensivo – Corredor Esquerdo - Z10</u>   | 1Z10 |
|   | <u>Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11</u>  | 1Z11 |
|   | <u>Setor Ofensivo – Corredor Direito - Z12</u>  | 1Z12 |
|   | <u>Ausência desta Fase</u>  | 1Z13 |
|   | <u>Sucesso</u>  | 1F1  |

|   |  |     |
|---|--|-----|
| <b>Conclusão da Fase de Criação</b>   | A equipa observada continua com posse de bola e passa para a fase seguinte.  |     |
| Subcritério que analisa a conclusão da fase analisada.  | <u>Sucesso Parcial</u>   | 1F2 |
| Avalia se a equipa observada teve sucesso, ou não, na fase de criação de jogo. É composto por 4 categorias. | A equipa observada não passa para a fase seguinte, mas mantém a posse de bola.<br><u>Insucesso</u><br>A equipa observada perde a posse de bola não passando para a fase seguinte.<br><u>Não Existência</u><br>A equipa observada não passa por esta fase no processo ofensivo. | 1F3 |

#### CRITÉRIO 4 – CONSEQUÊNCIA DA PRIMEIRA FASE DE CONSTRUÇÃO DO PROCESSO OFENSIVO

**Tabela 25 - Definição de critério, subcritérios, categorias e códigos relacionados com a conclusão da construção de jogo.**

| <b>Subcritérios</b>  | <b>Categorias</b>  | <b>Códigos</b> |
|--|--|----------------|
| <b>Zona de Terreno de Jogo Utilizadas</b>  | <u>Setor Defensivo – Corredor Esquerdo - Z1</u>  | 1Z1            |
| Conjunto de locais onde a bola passou até se realizada a finalização ou se perder a sua posse. Verificar a figura 1. É composto por 13 categorias. | <u>Setor Defensivo – Corredor Central - Z2</u>   | 1Z2            |
|  | <u>Setor Defensivo – Corredor Direito - Z3</u>   | 1Z3            |
|  | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Esquerdo - Z4</u>  | 1Z4            |
|  | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Central - Z5</u>   | 1Z5            |
|  | <u>Setor Médio-Defensivo – Corredor Direito - Z6</u>   | 1Z6            |
|  | <u>Setor Médio – Corredor Esquerdo – Z7</u>  | 1Z7            |
|  | <u>Setor Médio-Ofensivo – Corredor Central – Z8</u>  | 1Z8            |
|  | <u>Setor Médio-Ofensivo – Corredor Direito – Z9</u>  | 1Z9            |
|  | <u>Setor Ofensivo – Corredor Esquerdo - Z10</u>  | 1Z10           |
|  | <u>Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11</u>   | 1Z11           |
|  | <u>Setor Ofensivo – Corredor Direito - Z12</u>   | 1Z12           |
|  | <u>Ausência desta Fase</u>   | 1Z13           |
| <b>Resultado da Ação</b>   | <u>Perda de Bola Forçada</u>   | 1R1            |
| Subcritério que identifica a ação em que culmina a construção do processo ofensivo. É composto por 10 categorias.                                  | A ação finaliza após uma pressão ativa por parte da equipa adversária (ex. interceção ou desarme do adversário).<br><u>Perda de Bola Não Forçada</u> | 1R2            |
|  | A ação finaliza após a perda de bola direta (ex. passe incorreto que fica na posse do adversário).   |                |

|   |  |      |
|---|--|------|
|   | <u>Bola Parada Ofensiva</u>  | 1R3  |
|   | A ação finaliza devido a uma infração às leis do jogo por parte do adversário (livre direto, livre indireto ou grande penalidade) ou pela saída da bola do terreno de jogo (pontapé de canto, pontapé de baliza ou lançamento de linha lateral).       |      |
|   | <u>Bola Parada Defensiva</u>   | 1R4  |
|   | A ação finaliza devido a uma infração às leis do jogo por parte da equipa observada (livre direto, livre indireto ou grande penalidade) ou pela saída da bola do terreno de jogo (pontapé de canto, pontapé de baliza ou lançamento de linha lateral). |      |
|   | <u>Remate – Defendido pelo Guarda Redes</u>  | 1R5  |
|   | A ação é finalizada por um remate defendido pelo guarda-redes, em que este impede que a bola entre na baliza numa situação iminente de golo.   |      |
|   | <u>Remate – Intercetado</u>  | 1R6  |
|   | A ação finaliza com remate intercetado por um jogador adversário.  |      |
|   | <u>Remate - Poste/Barra</u>  | 1R7  |
|   | A ação finaliza com remate efetuado por um jogador da equipa observada que atinge a barra ou postes da baliza adversária, sem que resulte em golo.   |      |
|   | <u>Remate – Fora</u>   | 1R8  |
|   | A ação finaliza com remate efetuado por um jogador da equipa observada que sai pela linha de baliza e/ou fora do terreno de jogo sem atingir o alvo (baliza adversária).   |      |
|   | <u>Golo</u>  | 1R9  |
|   | A ação é finalizada com a obtenção de um golo (validado pelo árbitro) por parte da equipa observada.   |      |
|   | <u>Outra Situação</u>  | 1R10 |
|   | Todas as situações que não foram contabilizadas anteriormente.   |      |
| <b>Duração</b>  | <u>0-3,99’’</u>  | 1D1  |
| Subcritério que quantifica a duração da fase de construção de ações ofensivas. É composto por 5 categorias. | A equipa observada mantém a posse de bola entre 0 e 3 segundos (inclusive).  |      |
|   | <u>4-7,99’’</u>  | 1D2  |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola entre 4 e 7 segundos (inclusive).  |      |
|   | <u>8-11,99’’</u>   | 1D3  |
|   | A equipa observada mantém a posse de bola entre 8 e 11 segundos (inclusive).   |      |
|   | <u>12-15,99’’</u>  | 1D4  |

|  |   |     |
|--|---|-----|
|  | A equipa observada mantém a posse de bola entre 12 e 15 segundos (inclusive).                       |     |
|  | <u>&gt;15,99''</u>  | 1D5 |
|  | A equipa observada mantém a posse de bola durante mais de 15 segundos (inclusive).                  |     |
| <b>Alteração Resultado</b>   | <u>A vencer - A vencer</u>  | 1A1 |
| Subcritério que identifica a alteração, ou não, do marcador no final da ação | A equipa observada após a ação manteve-se em vantagem no marcador.                                  |     |
| ofensiva. É composto por 5 categorias.                                       | <u>Empate - A vencer</u>  | 1A2 |
|  | A equipa observada após a ação, passou de empate para estar em vantagem no marcador.                |     |
|  | <u>A perder – Empate</u>  | 1A3 |
|  | A equipa observada após a ação, passou de estar em desvantagem para estar em igualdade no marcador. |     |
|  | <u>A perder - A perder</u>  | 1A4 |
|  | A equipa observada após a ação manteve-se em desvantagem no marcador.                               |     |
|  | <u>Empate – Empate</u>  | 1A5 |
|  | A equipa observada após a ação manteve-se empatada no marcador.                                     |     |

De modo a obter uma melhor definição das zonas, utilizaram-se as Figuras 2 e 3.

A Figura 2 representa a delimitação das zonas das fases de Construção, Criação e Finalização, sendo este fator o decisivo para a transição entre fases.

A Figura 3 representa a divisão das 12 zonas utilizadas para a definição da Zona de Terreno onde a bola é recuperada, onde existe início da ação ofensiva, o passe de assistência e a finalização.



Figura 2 - Campograma das diferentes etapas/fases da Organização Ofensiva e Defensiva (Castelo, 2004)

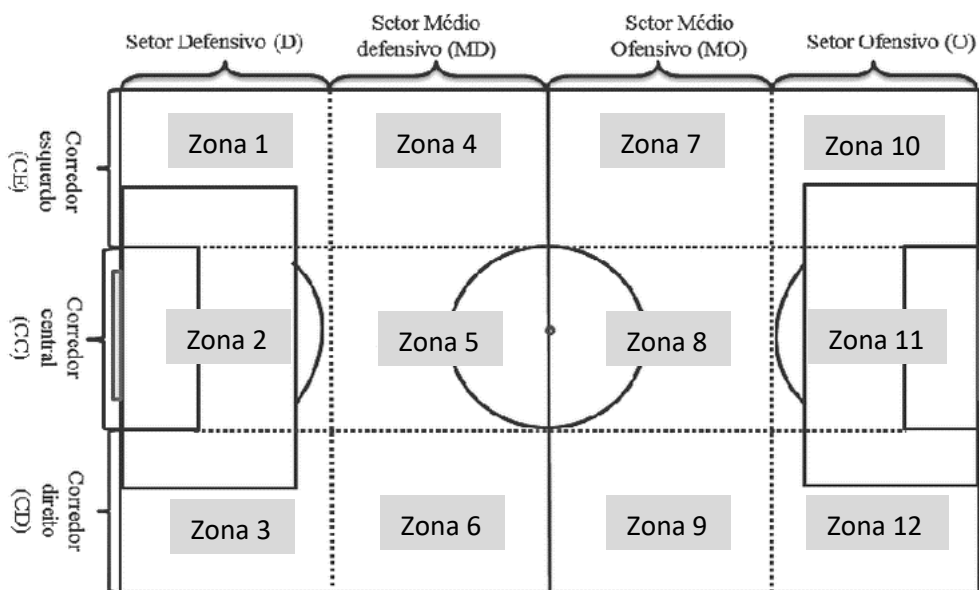


Figura 3 - Campograma das zonas definidas pelos corredores e setores (Castelo, 2009)

## 4.1. Desenho Experimental

De seguida, na Tabela 26, é apresentada a organização do processo de trabalho que irá decorrer após a validação do Sistema de Observação, iniciando a codificação e análise da amostra.

**Tabela 26 - Desenho Experimental**

| Competição<br>1    | Competição<br>2    | Competição<br>3    | Competição<br>4    | Competição<br>X    | Após<br>Competição      |
|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|--------------------|-------------------------|
| Recolha do<br>Jogo | Recolha do<br>Jogo | Recolha do<br>Jogo | Recolha do<br>Jogo | Recolha do<br>Jogo | Observação e<br>análise |

## 5. Resultados

A aplicação deste estudo contemplou a observação de 6 jogos pertencentes às equipas classificadas em 1º, 6º e 12º, analisando os dois primeiros jogos da época 2018/2019.

A Tabela 27 refere algumas informações sobre as equipas em questão. De referir que

**Tabela 27 – Informações relativas às equipas em Estudo**

| Classificação | Equipa        | Média Idades  | Estatuto          |
|---------------|---------------|---------------|-------------------|
| 1º            | SC Braga      | 22, 49 ± 6,49 | Semi-profissional |
| 6º            | Valadares GFC | 21,95 ± 4,95  | Amador            |
| 12º           | Boavista FC   | 21,34 ± 6,34  | Amador            |

O sistema de observação permitiu registar as ações relacionadas com o Processo Ofensivo (PO), o que revela que o instrumento é eficiente em relação ao objetivo para o qual foi desenvolvido. A análise dos dados foi suportada pela perspetiva descritiva dos resultados relativos aos lances decorrentes da competição.

A análise e discussão deste ponto será dividida em dois momentos. O primeiro refere-se à análise descritiva geral do PO, onde se destaca a ocorrência das categorias por equipa. O segundo expõe

a análise descritiva do PO, em função dos critérios do sistema de observação, descrevendo a análise por cada ação em especificidade.

## 5.1. Análise e Discussão dos Resultados

Considerando os dados globais resultantes da observação obteve-se a amostra do estudo. Verificou-se um registo total de 893 ações do PO, existindo uma média de 148,8(3) ações por jogo.

Através da Tabela 28, pode verificar-se que todas as equipas realizaram um jogo no formato de visitado e outro no de visitante. Pollard (1986) define a vantagem de jogar em casa como “número de pontos ganhos em casa expressados pela percentagem do total de todos os pontos ganhos”. Devido à igualdade de circunstâncias entre as equipas não se pode retirar nenhuma conclusão em relação a esta categoria.

**Tabela 28 - Ocorrências das categorias do subcritério "Local do Jogo", critério “Caracterização Momentânea do Jogo”**

| Categorias     | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 |
|----------------|---------------|--------|--------|
| Casa/Visitado  | SC Braga      | X      |        |
|                | Valadares GFC | X      |        |
|                | Boavista FC   | X      |        |
| Fora/Visitante | SC Braga      |        | X      |
|                | Valadares GFC |        | X      |
|                | Boavista FC   |        | X      |

Nas seguintes tabelas passaremos à caracterização das ocorrências no Processo Ofensivo.

A Tabela 29 é referente à Análise da Caracterização Momentânea do Jogo onde se descreve o momento de quando a bola é recuperada para posteriormente se passar à ação ofensiva.

Verificou-se que o SC Braga realizou 45% das suas ações com a categoria “A Vencer por mais de um golo”, enquanto o Valadares GFC e o Boavista FC apresentaram 45% em “Empate” e 38% “A perder por 1 golo”, respetivamente. Podemos assim concluir que, como seria de esperar, a

equipa que conseguiu alcançar o 1º lugar na competição inicia a maior parte das suas ações ofensivas já quando está a vencer por mais de 1 golo.

As duas equipas analisadas com melhor classificação apresentam a categoria de “Período” com maior início de ação ofensiva entre o intervalo de tempo 76’ - 90’ (inclui tempo extra), o que pode ser explicado pela melhor capacidade física, tendo maior resistência e capacidade de explorar o PO quando a equipa adversária se encontra desgastada. Tal como refere Silva, Pedrinelli, Teixeira, Angelini, Facci, Galotti, Gondo, Favano, Greve & AmatuZZo (2002) o futebol ao ser um desporto dinâmico, exige que os atletas se encontrem em repouso o mínimo de tempo possível. Para tal, os mesmos autores acrescentam a necessidade de ter um eficiente sistema transportador de oxigênio, boa capacidade de tolerância de exercício com longa duração sem fadiga excessiva, boa *endurance* anaeróbia aláctica e láctica, compensação dos movimentos explosivos e de velocidade prolongada, nível adequado de gordura corporal, velocidade e agilidade e boa habilidade de salto. Analisando as três equipas, concluímos que a que reúne todos estes critérios é o SC Braga, comprovando o resultado.

Ridder, Cramer & Hopstaken (2012) afirmam que a equipa mais propensa a levar uma penalização máxima (expulsão), como resultado de infringir as leis de jogo, é a equipa que se encontra a perder. No entanto esta citação não é possível comprovar devido à relação numérica das três equipas, pois em nenhum dos jogos analisados existiu qualquer expulsão. Podemos concluir que não existiu nenhuma ação ofensiva analisada em inferioridade numérica, quer seja por motivos de penalização quer seja por lesão momentânea.

Passando para a iniciação da ação, os resultados dos subcritérios “Iniciação com Bola Corrida” e “Iniciação por Bola Parada” prevaleceram na mesma categoria nas três equipas. Especificamente, no formato de “Bola Corrida” a ação que mais se destacou foi “Após Recuperação em Interceção ao Adversário”. Este resultado vai de encontro aos resultados obtidos por Mendes (2002), onde as duas equipas analisadas no seu estudo obtiveram 55% das situações a recuperação da bola através da interceção. Gréhaigne, Marchal, & Duprat (2002) indicam que as interceções representam a forma mais frequente na recuperação da posse de bola, verificando-se com 77,8% das situações observadas.

Em relação à categoria de “Bola Parada” as três equipas apresentam o LLL como a forma de recuperação mais frequente. Este resultado é comprovado por Teixeira (2013), onde no seu estudo os LLL são o tipo de bola parada que mais se repete durante o jogo com um valor de 50,5%. Pessoa (2006), Velázquez (2011) e Siegle & Lames (2012) também identificaram o LLL como sendo bola parada que mais se repete ao longo de uma partida de futebol.

**Tabela 29 - Análise da Caracterização Momentânea do Jogo**

| Subcritério                  | SC Braga                                     | Valadares GFC                                | Boavista FC                                  |
|------------------------------|--|--|--|
| Estado Resultado             | 45%  | 41%  | 38%  |
|                              | A vencer por mais de 1 Golo                  | Empate                                       | A perder por 1 Golo                          |
| Período                      | 20,5%  | 19%  | 17%  |
|                              | 76' - 90' (inclui tempo extra)               | 76' - 90' (inclui tempo extra)               | 0' - 15,59'<br>61' - 75,59'                  |
| Relação Numérica             | 100%   | 100%   | 100%   |
|                              | GR + 10 x 10 + GR                            | GR + 10 x 10 + GR                            | GR + 10 x 10 + GR                            |
| Iniciação com a Bola Corrida | 29%  | 47%  | 41,5%  |
|                              | Após Recuperação em Interceção ao Adversário | Após Recuperação em Interceção ao Adversário | Após Recuperação em Interceção ao Adversário |
| Iniciação com a Bola Parada  | 48%  | 55,5%  | 51,5%  |
|                              | Após LLL                                     | Após LLL                                     | Após LLL                                     |

A Tabela 30 é referente à Análise da Caracterização da Fase de Construção, onde se caracteriza o início da ação ofensiva.

Em relação à categoria “Zona de Terreno de Jogo”, onde é avaliada a zona de recuperação da posse de bola, verifica-se que o SC Braga teve a maioria das bolas recuperadas no Setor Médio (22,5%), enquanto que as outras duas equipas tiveram como setor preferencial o Setor Médio-Defensivo. Em relação aos corredores, o SC Braga teve uma maior afluência no corredor esquerdo, o Valadares GFC no corredor direito e o Boavista FC no corredor central. Segundo Amieiro (2010) a definição da zona onde se recupera a posse de bola deve ser equacionada em função do padrão ofensivo desejado assim como em função das características dos jogadores. Esta citação é consolidada, como já se referiu, pela qualidade e capacidade das equipa em estudo. Costa (2005) refere que ao relacionar a recuperação da posse de bola com as ações ofensivas que culminaram em remate, registou-se uma maior incidência das recuperações da posse de bola nos

corredores laterais do sector ofensivo, enquanto no sector defensivo a maior incidência foi registada na zona média defensiva central e na zona defensiva central.

Considerando a junção dos subcritérios “Quantidade de Passes”, “Número de Jogadores Intervenientes” e “Duração”, podemos constatar que as equipas transitam para a fase seguinte utilizando o mínimo de passes possíveis (1 – 3). O SC Braga foi a equipa com mais jogadores envolvidos (3 jogadores) e consequentemente com uma duração maior nesta fase (8’’-11,99’’). Esta interação entre categorias sucede também nas outras equipas, onde o Valadares GFC utiliza 2 jogadores e é a segunda equipa a ter mais duração na ação (4’’-7,99’’ e por fim o Boavista FC, que predominantemente utiliza apenas 1 jogador com uma duração compreendida entre 0’’ – 3,99’’.

No subcritério “Conclusão da Fase de Construção” todas as equipas apresentaram com maior incidência o resultado de “Sucesso Parcial”.

**Tabela 30 - Análise da Caracterização da Fase de Construção**

|                                    | SC Braga                             | Valadares GFC                                 | Boavista FC                                   |
|------------------------------------|--------------------------------------|---|---|
| Zona de Terreno de Jogo            | 22,5%                                | 15%   | 16,5%   |
|                                    | Setor Médio – Corredor Esquerdo – Z7 | Setor Médio-Defensivo – Corredor Direito - Z6 | Setor Médio-Defensivo – Corredor Central - Z5 |
| Quantidade de Passes               | 59,5%                                | 74,5%   | 88,5%   |
|                                    | 1-3                                  | 1-3   | 1-3   |
| Número de Jogadores Intervenientes | 28%                                  | 31,5%   | 33%   |
|                                    | 3                                    | 2   | 1   |
| Duração                            | 28,5%                                | 38%   | 53%   |
|                                    | 8-11,99’’                            | 4-7,99’’                                      | 0-3,99’’                                      |
| Conclusão da Fase de Construção    | 38%                                  | 52%   | 69,5%   |
|                                    | Sucesso Parcial                      | Sucesso Parcial                               | Sucesso Parcial                               |

A Tabela 31 é referente à Análise da Caracterização da Fase de Criação, onde se caracteriza a ação ofensiva precedente à Finalização.

As “Zonas de Terreno de Jogo” na fase de Criação são localizadas no Setor Ofensivo, com diferente incidência no Corredor Direito (SC Braga e Valadares GFC) e Corredor Esquerdo (Boavista FC). Mombaerts (2000) sugere que as recuperações de bola realizadas na zona de criação do ataque (zona média ofensiva) aumentam a probabilidade de sucesso na finalização das jogadas.

Analisando os subcritérios “Quantidade de Passes”, “Número de Jogadores Intervenientes” e “Duração”, devido aos valores serem muito próximos não é possível realizar uma análise relevante.

Analisando a “Zona de Assistência”, a maioria das ações de Finalização não inclui esta categoria, tal como comprovado por Santos, Mendes, Maurício, Furtado, Sousa & Pinheiro (2016) onde 26,42% das ocorrências resultam de situações sem passe para finalizar, ou seja, são situações de jogo em que a recuperação de bola resulta também em finalização.

Ao avançar no terreno de jogo, zona onde a inferioridade numérica é mais verificada e as ações mais difíceis de serem concretizadas, resulta em “Insucesso na Conclusão na Fase de Criação” nas três equipas observadas, com valores entre 41,5% e 51,5%.

**Tabela 31 - Análise da Caracterização da Fase de Criação**

|                                    | SC Braga                                | Valadares GFC                           | Boavista FC                              |
|------------------------------------|---|---|--|
| Zona de Terreno de Jogo            | 32%                                     | 24,5%                                   | 28%                                      |
|                                    | Setor Ofensivo – Corredor Direito - Z12 | Setor Ofensivo – Corredor Direito - Z12 | Setor Ofensivo – Corredor Esquerdo - Z10 |
| Quantidade de Passes               | 79,5%                                   | 85,5%                                   | 67,5%                                    |
|                                    | 1-3                                     | 1-3                                     | 1-3                                      |
| Número de Jogadores Intervenientes | 49%                                     | 42%                                     | 64,5%                                    |
|                                    | 1                                       | 2                                       | 1  |
| Duração                            | 51,5%                                   | 55,5%                                   | 70%                                      |
|                                    | 0-3,99’’                                | 0-3,99’’                                | 0-3,99’’                                 |
| Zona Assistência                   | 39%                                     | 69%                                     | 72,5%                                    |

|                              | Ausência desta Fase | Ausência desta Fase | Ausência desta Fase |
|------------------------------|---------------------|---------------------|---------------------|
| Conclusão da Fase de Criação | 41,5%               | 51,5%               | 43%                 |
|                              | Insucesso           | Insucesso           | Insucesso           |

A Tabela 32 é referente à Análise da Caracterização da Fase de Finalização, onde se caracteriza o a ação ofensiva propriamente dita.

A “Zona de Terreno de Jogo” mais utilizada pelas três equipas na fase de finalização é localizada na Zona 11, ou seja, Setor Ofensivo - Corredor Central, com uma quantidade sempre superior a 50%. Este resultado é comprovado por Santos et al. (2016) pois, estes referem no seu estudo que os golos analisados foram predominantemente conseguidos nas zonas dentro da grande área, apresentando um valor de 60,44%.

Os dois subcritérios seguintes, “Resultado da Ação” e “Duração”, também não apresentam diferenças significativas nos valores em todas as equipas. A maioria dos valores na consequência do PO alcança a categoria “Remate – Fora”, com um intervalo entre 0’’ – e 3,99’’.

Por fim, as equipas após a conclusão do processo ofensivo, perante o subcritério “Alteração do Resultado”, a equipa do SC Braga manteve-se a vencer 65% das ações, Valadares GFC manteve-se 28,5% das ações com o resultado de empate e o Boavista FC manteve-se a perder após 68% das ações.

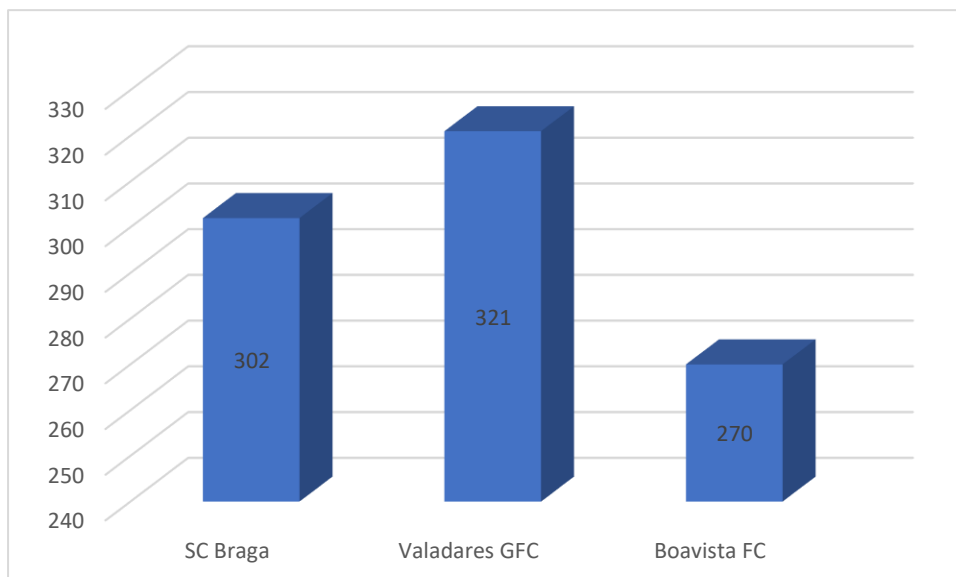
**Tabela 32 - Análise da Caracterização da Fase de Finalização**

|                         | SC Braga                                | Valadares GFC                           | Boavista FC                             |
|-------------------------|---|---|---|
| Zona de Terreno de Jogo | 78,5%                                   | 58,5%                                   | 53,5%                                   |
|                         | Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11 | Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11 | Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11 |
| Resultado da Ação       | 40%                                     | 34,5%                                   | 58%                                     |
|                         | Remate – Fora                           | Remate – Fora                           | Remate – Fora                           |
| Duração                 | 98,5%                                   | 100%                                    | 100%                                    |
|                         | 0-3,99’’                                | 0-3,99’’                                | 0-3,99’’                                |

|                        |                     |                 |                     |
|------------------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| Alteração do Resultado | 65%                 | 28,5%           | 68%                 |
|                        | A vencer - A vencer | Empate – Empate | A perder - A perder |

## 5.2. Análise e Discussão do Sistema de Observação

Como se pode verificar na Figura 4, a equipa com maior número de ações no processo ofensivo observadas foi o Valadares GFC (321), seguindo-se do SC Braga (302) e por fim o Boavista FC (270).



**Figura 4 - Total de ações observadas por equipa**

Na Tabela 33 observa-se que o SC Braga obteve uma maior percentagem de ações (45%) dentro da categoria a “Vencer por mais de 1 Golo”, O Valadares GFC teve uma maior quantidade de ações na qualidade de “Empate” (41%) e por fim o Boavista FC teve a sua maioria na qualidade “A perder por 1 Golo” (38%).

**Tabela 33 – Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Estado do Resultado”, critério “Caracterização Momentânea do Jogo”**

| Categorias | Equipa | Jogo 1 | Jogo 2 | Média |
|------------|--------|--------|--------|-------|
|------------|--------|--------|--------|-------|

|                             |               |     |     |       |
|-----------------------------|---------------|-----|-----|-------|
| A vencer por mais de 1 Golo | SC Braga      | 53% | 37% | 45%   |
|                             | Valadares GFC |     | 56% | 28%   |
|                             | Boavista FC   |     |     |       |
| A vencer por 1 Golo         | SC Braga      | 10% | 28% | 19%   |
|                             | Valadares GFC |     | 23% | 11,5% |
|                             | Boavista FC   |     |     |       |
| Empate                      | SC Braga      | 37% | 35% | 36%   |
|                             | Valadares GFC | 69% | 13% | 41%   |
|                             | Boavista FC   | 8%  | 46% | 27%   |
| A perder por 1 Golo         | SC Braga      |     |     |       |
|                             | Valadares GFC | 31% | 8%  | 19,5% |
|                             | Boavista FC   | 23% | 53% | 38%   |
| A perder por mais de 1 Golo | SC Braga      |     |     |       |
|                             | Valadares GFC |     |     |       |
|                             | Boavista FC   | 69% | 1%  | 35%   |

Relativamente à Tabela 34, constata-se que o SC Braga realizou mais ações de início do PO entre o período da categoria “76’ – 90’ (inclui tempo extra)” com 20,5%. O Valadares GFC obteve a maioria das suas ações também nos últimos momentos, “76’ – 90’ (inclui tempo extra)”. Em relação ao Boavista FC, este teve 17% das suas ações durante “0’ – 15,59’ e 61’ - 75,59”.

**Tabela 34 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Período”, critério “Caracterização Momentânea do Jogo”**

| Categorias  | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|-------------|---------------|--------|--------|-------|
| 0’ – 15,59’ | SC Braga      | 20%    | 18%    | 19%   |
|             | Valadares GFC | 17%    | 16%    | 16,5% |
|             | Boavista FC   | 19%    | 15%    | 17%   |

|                                |               |     |     |       |
|--------------------------------|---------------|-----|-----|-------|
|                                | SC Braga      | 12% | 17% | 14,5% |
| 16' - 30,59'                   | Valadares GFC | 17% | 17% | 17%   |
|                                | Boavista FC   | 14% | 15% | 14,5% |
| 31' - 45' (inclui tempo extra) | SC Braga      | 15% | 16% | 15,5% |
|                                | Valadares GFC | 16% | 18% | 17%   |
|                                | Boavista FC   | 14% | 18% | 16%   |
| 45' - 60,59'                   | SC Braga      | 18% | 17% | 17,5% |
|                                | Valadares GFC | 17% | 15% | 16%   |
|                                | Boavista FC   | 15% | 15% | 15%   |
| 61' - 75,59'                   | SC Braga      | 12% | 15% | 13,5% |
|                                | Valadares GFC | 14% | 13% | 13,5% |
|                                | Boavista FC   | 16% | 18% | 17%   |
| 76' - 90' (inclui tempo extra) | SC Braga      | 24% | 17% | 20,5% |
|                                | Valadares GFC | 18% | 20% | 19%   |
|                                | Boavista FC   | 22% | 19% | 20,5% |

Ao analisar a relação numérica dos jogadores em campo verificou-se que todas as ações foram realizadas com a totalidade dos jogadores presentes em campo.

**Tabela 35 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Relação Numérica de Jogadores em Campo”, critério “Caracterização Momentânea do Jogo”**

| Categorias  | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|-------------|---------------|--------|--------|-------|
|             | SC Braga      | 100%   | 100%   | 100%  |
|             | Valadares GFC | 100%   | 100%   | 100%  |
| GR+10x10+GR | Boavista FC   | 100%   | 100%   | 100%  |

Ao analisarmos a Tabela 36, verifica-se que a categoria da ação de “Iniciação com a Bola Corrida” preferencial de todas as equipas foi a “Recuperação em Interceção ao Adversário”. A equipa do SC Braga apresentou 29%, o Valadares GFC obteve 47% e o Boavista FC 41,5%.

**Tabela 36 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Iniciação com a Bola Corrida”, critério “Caracterização Momentânea do Jogo”**

| Categorias                                   | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|--|---------------|--------|--------|-------|
| Após Recuperação em Desarme ao Adversário    | SC Braga      | 20%    | 26%    | 23%   |
|  | Valadares GFC | 16%    | 18%    | 17%   |
|  | Boavista FC   | 17%    | 24%    | 20,5% |
| Após Recuperação em Interceção ao Adversário | SC Braga      | 20%    | 38%    | 29%   |
|  | Valadares GFC | 47%    | 47%    | 47%   |
|  | Boavista FC   | 49%    | 34%    | 41,5% |
| Após Perda de Bola Direta do Adversário      | SC Braga      | 28%    | 17%    | 22,5% |
|  | Valadares GFC | 20%    | 24%    | 22%   |
|  | Boavista FC   | 12%    | 13%    | 12,5% |
| Após Defesa da Guarda Redes                  | SC Braga      | 2%     | 2%     | 2%    |
|  | Valadares GFC | 6%     | 6%     | 6%    |
|  | Boavista FC   | 12%    | 15%    | 13,5% |
| Outra Situação                               | SC Braga      | 17%    | 16%    | 16,5% |
|  | Valadares GFC | 1%     | 6%     | 3,5%  |
|  | Boavista FC   | 10%    | 14%    | 12%   |

Analisando a Tabela 37, verifica-se que a categoria da ação de “Iniciação com a Bola Parada” preferencial foi “Após LLL”. A equipa do SC Braga apresentou 48%, o Valadares GFC obteve 55,5% e o Boavista FC 51,5%.

**Tabela 37 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Iniciação com a Bola Parada”, critério “Caracterização Momentânea do Jogo”**

| Categorias                             | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|--|---------------|--------|--------|-------|
| Após Pontapé de Saída/Recomeço de Jogo | SC Braga      | 4%     | 4%     | 4%    |
|  | Valadares GFC | 3%     | 5%     | 4%    |
|  | Boavista FC   | 5%     | 7%     | 6%    |
| Após Pontapé de Baliza                 | SC Braga      | 4%     |        | 2%    |
|  | Valadares GFC | 1%     | 12%    | 6,5%  |
|  | Boavista FC   | 18%    | 14%    | 16%   |
| Após Livre                             | SC Braga      | 18%    | 19%    | 18,5% |
|  | Valadares GFC | 10%    | 24%    | 17%   |
|  | Boavista FC   | 23%    | 20%    | 21,5% |
| Após LLL                               | SC Braga      | 44%    | 52%    | 48%   |
|  | Valadares GFC | 60%    | 51%    | 55,5% |
|  | Boavista FC   | 50%    | 53%    | 51,5% |
| Após Canto                             | SC Braga      | 29%    | 25%    | 27%   |
|  | Valadares GFC | 6%     | 5%     | 5,5%  |
|  | Boavista FC   | 3%     | 4%     | 3,5%  |
| Outra Situação                         | SC Braga      | 2%     |        | 1%    |
|  | Valadares GFC | 10%    | 3%     | 6,5%  |
|  | Boavista FC   |        | 1%     | 0,5%  |

Em relação à “Zona de Terreno de Jogo” durante a Fase de Construção, o SC Braga teve como preferência a Zona 7, localizada no Setor Médio - Corredor Esquerdo com 22,5% de incidência. A equipa do Valadares GFC teve 15% das suas ações iniciadas na Zona 6 do Setor Médio-Defensivo, Corredor Direito e Zona 9 no Setor Médio-Ofensivo, Corredor Direito. Por fim, a equipa do Boavista FC tem a maioria da iniciação de construção na Zona 5 no Setor Médio-Defensivo – Corredor Central com 16,5%, logo seguido da Z2 Setor Defensivo – Corredor Central com 16%.

De referir que se retiraram as categoria da tabela com incidência de 0%.

**Tabela 38 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Zona de Terreno de Jogo”, critério “Caracterização da Fase de Construção”**

| Categorias   |          | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|--|----------|---------------|--------|--------|-------|
| Setor Defensivo –<br>Corredor<br>Esquerdo - Z1           |          | SC Braga      | 2%     | 1%     | 1,5%  |
|  |          | Valadares GFC | 2%     | 5%     | 3,5%  |
|  |          | Boavista FC   | 4%     | 6%     | 5%    |
| Setor Defensivo –<br>Corredor Central -<br>Z2            |          | SC Braga      | 4%     | 3%     | 3,5%  |
|  |          | Valadares GFC | 10%    | 10%    | 10%   |
|  |          | Boavista FC   | 14%    | 18%    | 16%   |
| Setor Defensivo –<br>Corredor Direito -<br>Z3            |          | SC Braga      | 2%     | 3%     | 2,5%  |
|  |          | Valadares GFC | 5%     | 8%     | 6,5%  |
|  |          | Boavista FC   | 6%     | 4%     | 5%    |
| Setor Médio-<br>Defensivo –<br>Corredor<br>Esquerdo - Z4 |          | SC Braga      | 14%    | 13%    | 13,5% |
|  |          | Valadares GFC | 13%    | 15%    | 14%   |
|  |          | Boavista FC   | 18%    | 9%     | 13,5% |
| Setor Médio-<br>Defensivo –<br>Corredor Central -<br>Z5  |          | SC Braga      | 15%    | 15%    | 15%   |
|  |          | Valadares GFC | 15%    | 1%     | 8%    |
|  |          | Boavista FC   | 18%    | 15%    | 16,5% |
| Setor Médio-<br>Defensivo –<br>Corredor Direito -<br>Z6  |          | SC Braga      | 13%    | 13%    | 13%   |
|  |          | Valadares GFC | 15%    | 15%    | 15%   |
|  |          | Boavista FC   | 15%    | 15%    | 15%   |
| Setor Médio –<br>Corredor<br>Esquerdo – Z7               |          | SC Braga      | 18%    | 27%    | 22,5% |
|  |          | Valadares GFC | 13%    | 13%    | 13%   |
|  |          | Boavista FC   | 10%    | 11%    | 10,5% |
|  | SC Braga | 12%           | 14%    | 13%    |       |

|                    |        |               |     |     |       |
|--------------------|--------|---------------|-----|-----|-------|
| Setor              | Médio- | Valadares GFC | 9%  | 8%  | 8,5%  |
| Ofensivo           | –      | Boavista FC   | 7%  | 7%  | 7%    |
| Corredor Central – |        |               |     |     |       |
| Z8                 |        |               |     |     |       |
| Setor              | Médio- | SC Braga      | 23% | 22% | 22,5% |
| Ofensivo           | –      | Valadares GFC | 17% | 13% | 15%   |
| Corredor Direito – |        |               |     |     |       |
| Z9                 |        | Boavista FC   | 8%  | 15% | 11,5% |

Podemos verificar na Tabela 39, que o intervalo de passes “1 – 3” obteve a maior percentagem em geral, onde SC Braga obteve 59,5%, Valadares GFC 74,5% e Boavista FC 88,5%.

**Tabela 39 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Quantidade de Passes”, critério “Caracterização da Fase de Construção”**

| Categorias   | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|--------------|---------------|--------|--------|-------|
| 1-3          | SC Braga      | 60%    | 59%    | 59,5% |
|              | Valadares GFC | 82%    | 67%    | 74,5% |
|              | Boavista FC   | 86%    | 91%    | 88,5% |
| 4-6          | SC Braga      | 29%    | 60%    | 44,5% |
|              | Valadares GFC | 15%    | 28%    | 21,5% |
|              | Boavista FC   | 8%     | 4%     | 6%    |
| 7-10         | SC Braga      | 6%     | 7%     | 6,5%  |
|              | Valadares GFC | 2%     | 3%     | 2,5%  |
|              | Boavista FC   |        |        |       |
| >10          | SC Braga      | 1%     |        | 0,5%  |
|              | Valadares GFC |        |        |       |
|              | Boavista FC   |        |        |       |
| 0 (Condução) | SC Braga      | 4%     | 5%     | 4,5%  |
|              | Valadares GFC | 1%     | 3%     | 2%    |

|             |    |    |    |
|-------------|----|----|----|
| Boavista FC | 5% | 5% | 5% |
|-------------|----|----|----|

Em relação ao número de jogadores intervenientes, a Tabela 40 apresenta a equipa do SC Braga com 28% das ações realizadas com 3 jogadores, Valadares GFC com 31,5% das ações utilizando 2 jogadores e por fim o Boavista FC obteve 33% das ações com 1 jogador.

**Tabela 40 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Número de Jogadores Intervenientes”, critério “Caracterização da Fase de Construção”**

| Categorias | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total  |
|------------|---------------|--------|--------|--------|
| 1          | SC Braga      | 12%    | 11%    | 11,5%  |
|            | Valadares GFC | 18%    | 15%    | 16,5%  |
|            | Boavista FC   | 28%    | 38%    | 33%    |
| 2          | SC Braga      | 21%    | 20%    | 20,5%  |
|            | Valadares GFC | 38%    | 25%    | 31,5%  |
|            | Boavista FC   | 4%     | 41%    | 22,5%  |
| 3          | SC Braga      | 25%    | 31%    | 28%    |
|            | Valadares GFC | 23%    | 24%    | 23,5%  |
|            | Boavista FC   | 18%    | 17%    | 17,55% |
| 4          | SC Braga      | 20%    | 16%    | 18%    |
|            | Valadares GFC | 14%    | 19%    | 16,5%  |
|            | Boavista FC   | 5%     | 3%     | 4%     |
| 5          | SC Braga      | 12%    | 8%     | 10%    |
|            | Valadares GFC | 4%     | 11%    | 7,5%   |
|            | Boavista FC   | 4%     | 1%     | 2,5%   |
| >5         | SC Braga      | 10%    | 14%    | 12%    |
|            | Valadares GFC | 3%     | 6%     | 4,5%   |
|            | Boavista FC   | 2%     | 1%     | 1,5%   |

Na Tabela 41 podemos verificar que na fase de construção, a equipa do SC Braga apresenta um maior número de ações intervaladas entre 8'' – 11,99'' (28,5%), o Valadares GFC apresenta a sua maioria no intervalo entre 4'' – 7,99''(38%) e o Boavista FC entre 0'' – 3,99'' apresenta 53%.

**Tabela 41 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Duração”, critério “Caracterização da Fase de Construção”**

| Categorias   | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|--------------|---------------|--------|--------|-------|
| 0''-3,99''   | SC Braga      | 16%    | 6%     | 11%   |
|              | Valadares GFC | 19%    | 14%    | 17%   |
|              | Boavista FC   | 48%    | 58%    | 53%   |
| 4''-7,99''   | SC Braga      | 22%    | 32%    | 27%   |
|              | Valadares GFC | 36%    | 40%    | 38%   |
|              | Boavista FC   | 30%    | 24%    | 27%   |
| 8''-11,99''  | SC Braga      | 28%    | 29%    | 28,5% |
|              | Valadares GFC | 24%    | 16%    | 20%   |
|              | Boavista FC   | 12%    | 13%    | 12,5% |
| 12''-15,99'' | SC Braga      | 13%    | 15%    | 14%   |
|              | Valadares GFC | 12%    | 14%    | 13%   |
|              | Boavista FC   | 5%     | 3%     | 4%    |
| >16''        | SC Braga      | 21%    | 18%    | 19,5% |
|              | Valadares GFC | 10%    | 14%    | 12%   |
|              | Boavista FC   | 5%     | 1%     | 3%    |

Em conclusão, a Tabela 42 apresenta que a maioria das ações na fase de construção das três equipas, teve o resultado de Sucesso Parcial, onde o SC Braga obteve 38%, o Valadares GFC 52% e o Boavista FC 69,5%.

De referir que existe uma grande percentagem de ações com a categoria de “Não Existência” onde não é utilizada a fase de construção, sendo logo iniciado o processo ofensivo na fase de criação ou de finalização (SC Braga - 30,5%, Valadares GFC - 19,5% e Boavista FC - 11%)

**Tabela 42 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Conclusão da Fase de Construção”, critério “Caracterização da Fase de Construção”**

| Categorias      | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|-----------------|---------------|--------|--------|-------|
| Sucesso         | SC Braga      | 33%    | 26%    | 29,5% |
|                 | Valadares GFC | 18%    | 12%    | 15%   |
|                 | Boavista FC   | 9%     | 6%     | 7,5%  |
| Sucesso Parcial | SC Braga      | 43%    | 33%    | 38%   |
|                 | Valadares GFC | 57%    | 47%    | 52%   |
|                 | Boavista FC   | 71%    | 68%    | 69,5% |
| Insucesso       | SC Braga      | 1%     | 4%     | 2,5%  |
|                 | Valadares GFC | 12%    | 15%    | 13,5% |
|                 | Boavista FC   | 13%    | 11%    | 12%   |
| Não Existência  | SC Braga      | 23%    | 38%    | 30,5% |
|                 | Valadares GFC | 13%    | 26%    | 19,5% |
|                 | Boavista FC   | 7%     | 15%    | 11%   |

Passando à fase de criação, a Tabela 43 apresenta as zonas utilizadas nesta fase. A equipa do SC Braga utilizou 32% das ações na Zona 12, Setor Ofensivo – Corredor Direito, o Valadares GFC utilizou a mesma zona em 24,5% das ações e por fim o Boavista FC utilizou 28% das suas ações na Zona 10, Setor Ofensivo – Corredor Esquerdo.

De referir que se retiraram as categoria da tabela com incidência de 0%.

**Tabela 43 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Zona de Terreno de Jogo Utilizadas”, critério “Caracterização da Fase de Criação”**

| Categorias   | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|--|---------------|--------|--------|-------|
| Setor Médio –<br>Corredor<br>Esquerdo – Z7             | SC Braga      | 10%    | 10%    | 10%   |
|  | Valadares GFC | 18%    | 20%    | 19%   |
|  | Boavista FC   | 21%    | 13%    | 17%   |
| Setor Médio-<br>Ofensivo –<br>Corredor Central –<br>Z8 | SC Braga      | 7%     | 13%    | 10%   |
|  | Valadares GFC | 16%    | 15%    | 15,5% |
|  | Boavista FC   | 4%     | 20%    | 12%   |
| Setor Médio-<br>Ofensivo –<br>Corredor Direito –<br>Z9 | SC Braga      | 19%    | 13%    | 16%   |
|  | Valadares GFC | 20%    | 17%    | 18,5% |
|  | Boavista FC   | 18%    | 20%    | 19%   |
| Setor Ofensivo –<br>Corredor<br>Esquerdo - Z10         | SC Braga      | 21%    | 23%    | 22%   |
|  | Valadares GFC | 13%    | 17%    | 15%   |
|  | Boavista FC   | 29%    | 27%    | 28%   |
| Setor Ofensivo –<br>Corredor Central -<br>Z11          | SC Braga      | 11%    | 9%     | 10%   |
|  | Valadares GFC | 8%     | 8%     | 8%    |
|  | Boavista FC   | 14%    |        | 7%    |
| Setor Ofensivo –<br>Corredor Direito -<br>Z12          | SC Braga      | 32%    | 32%    | 32%   |
|  | Valadares GFC | 25%    | 24%    | 24,5% |
|  | Boavista FC   | 14%    | 20%    | 17%   |

Na Tabela 44 observa-se que, na fase de criação, todas as equipas tiveram a maioria das ações entre o intervalo de passes “1 – 3”, onde SC Braga apresenta 79,5%, Valadares GFC 85,5% e Boavista 67,5%.

De referir que se retiraram as categoria da tabela com incidência de 0%.

**Tabela 44 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Quantidade de Passes”, critério “Caracterização da Fase de Criação”**

| Categorias   | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|--------------|---------------|--------|--------|-------|
| 1-3          | SC Braga      | 75%    | 84%    | 79,5% |
|              | Valadares GFC | 80%    | 91%    | 85,5% |
|              | Boavista FC   | 50%    | 85%    | 67,5% |
| 4-6          | SC Braga      | 2%     | 7%     | 4,5%  |
|              | Valadares GFC | 4%     | 4%     | 4%    |
|              | Boavista FC   |        |        |       |
| 0 (Condução) | SC Braga      | 23%    | 9%     | 16%   |
|              | Valadares GFC | 16%    | 4%     | 10%   |
|              | Boavista FC   | 50%    | 15%    | 32,5% |

Na Tabela 45, a equipa do SC Braga e Boavista FC apresentam um maior número de ações utilizando apenas 1 jogador com 49% e 64,5% respetivamente. O Valadares GFC utiliza em 42% das suas ações 2 jogadores.

**Tabela 45 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Número de Jogadores Intervenientes”, critério “Caracterização da Fase de Criação”**

| Categorias | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|------------|---------------|--------|--------|-------|
| 1          | SC Braga      | 60%    | 38%    | 49%   |
|            | Valadares GFC | 44%    | 39%    | 41%   |
|            | Boavista FC   | 67%    | 62%    | 64,5% |
| 2          | SC Braga      | 34%    | 37%    | 35,5% |
|            | Valadares GFC | 41%    | 43%    | 42%   |
|            | Boavista FC   | 33%    | 35%    | 34%   |
| 3          | SC Braga      | 3%     | 19%    | 11%   |

|    |               |     |     |      |
|----|---------------|-----|-----|------|
|    | Valadares GFC | 13% | 13% | 13%  |
|    | Boavista FC   |     | 4%  | 2%   |
|    | SC Braga      | 1%  | 3%  | 2%   |
|    | Valadares GFC |     | 2%  | 1%   |
| 4  | Boavista FC   |     |     |      |
|    | SC Braga      | 1%  |     | 0,5% |
|    | Valadares GFC | 2%  | 2%  | 2%   |
| 5  | Boavista FC   |     |     |      |
|    | SC Braga      |     | 2%  | 1%   |
|    | Valadares GFC |     |     |      |
| >5 | Boavista FC   |     |     |      |

A Tabela 46, representa que a categoria 0'' – 3,99'' obtém a maioria das ações das três equipas, onde SC Braga apresenta 51,5%, Valadares GFC 55,5% e Boavista FC 70%.

**Tabela 46 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Duração”, critério “Caracterização da Fase de Criação”**

| Categorias  | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|-------------|---------------|--------|--------|-------|
| 0''-3,99''  | SC Braga      | 67%    | 36%    | 51,5% |
|             | Valadares GFC | 52%    | 59%    | 55,5% |
|             | Boavista FC   | 56%    | 84%    | 70%   |
| 4''-7,99''  | SC Braga      | 23%    | 37%    | 30%   |
|             | Valadares GFC | 3%     | 15%    | 9%    |
|             | Boavista FC   | 44%    | 12%    | 28%   |
| 8''-11,99'' | SC Braga      | 5%     | 15%    | 10%   |
|             | Valadares GFC | 9%     | 15%    | 12%   |

|              |               |    |    |      |
|--------------|---------------|----|----|------|
|              | Boavista FC   |    | 4% | 2%   |
|              | SC Braga      | 5% | 7% | 4,5% |
| 12''-15,99'' | Valadares GFC | 6% | 7% | 6,5% |
|              | Boavista FC   |    |    |      |
|              | SC Braga      | 1% | 5% | 3%   |
| >16''        | Valadares GFC |    | 4% | 2%   |
|              | Boavista FC   |    |    |      |

Na Tabela 47, podemos verificar que a categoria com maior percentagem das três equipas é a “Ausência desta Fase”, o que significa que tanto SC Braga (39%), Valadares GFC (69%) e Boavista FC (72,5%) na maioria do processo ofensivo não utilizaram qualquer zona de assistência.

De referir que se retiraram as categoria da tabela com incidência de 0%.

**Tabela 47 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Zona de Assistência”, critério “Caracterização da Fase de Criação”**

| Categorias   | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|--|---------------|--------|--------|-------|
| Setor Médio –<br>Corredor<br>Esquerdo – Z7             | SC Braga      | 5%     | 5%     | 5%    |
|  | Valadares GFC | 2%     | 10%    | 6%    |
|  | Boavista FC   | 5%     |        | 2,5%  |
| Setor Médio-<br>Ofensivo –<br>Corredor Central –<br>Z8 | SC Braga      | 3%     | 7%     | 4,5%  |
|  | Valadares GFC | 4%     |        | 2%    |
|  | Boavista FC   |        | 8%     | 4%    |
| Setor Médio-<br>Ofensivo –<br>Corredor Direito –<br>Z9 | SC Braga      | 6%     | 4%     | 5%    |
|  | Valadares GFC | 4%     | 4%     | 4%    |
|  | Boavista FC   |        | 4%     | 2%    |

|  |               |     |     |       |
|--|---------------|-----|-----|-------|
| Setor Ofensivo –<br>Corredor<br>Esquerdo - Z10 | SC Braga      | 23% | 20% | 21,5% |
|  | Valadares GFC | 5%  | 8%  | 6,5%  |
|  | Boavista FC   | 10% | 4%  | 7%    |
| Setor Ofensivo –<br>Corredor Central -<br>Z11  | SC Braga      | 5%  | 7%  | 6%    |
|  | Valadares GFC | 2%  | 2%  | 2%    |
|  | Boavista FC   |     | 12% | 6%    |
| Setor Ofensivo –<br>Corredor Direito -<br>Z12  | SC Braga      | 23% | 15% | 19%   |
|  | Valadares GFC | 9%  | 13% | 11%   |
|  | Boavista FC   | 5%  | 8%  | 6,5%  |
| Ausência desta<br>Fase                         | SC Braga      | 36% | 42% | 39%   |
|  | Valadares GFC | 75% | 63% | 69%   |
|  | Boavista FC   | 80% | 65% | 72,5% |

Na Tabela 48, analisando a conclusão da fase de criação, verificamos que a maioria das ações nesta fase, foram semelhantes nas três equipas obtendo um resultado de “Insucesso”, onde SC Braga apresenta 41,5%, Valadares GFC 51,5% e Boavista FC 43%.

**Tabela 48 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Conclusão da Fase de Criação”, critério “Caracterização da Fase de Criação”**

| Categorias      | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|-----------------|---------------|--------|--------|-------|
| Sucesso         | SC Braga      | 32%    | 44%    | 38%   |
|                 | Valadares GFC | 25%    | 19%    | 22%   |
|                 | Boavista FC   | 23%    | 20%    | 21,5% |
| Sucesso Parcial | SC Braga      | 18%    | 13%    | 15,5% |
|                 | Valadares GFC | 18%    | 23%    | 20,5% |
|                 | Boavista FC   | 32%    | 17%    | 24,5% |

|                |               |     |     |       |
|----------------|---------------|-----|-----|-------|
|                | SC Braga      | 45% | 38% | 41,5% |
| Insucesso      | Valadares GFC | 56% | 47% | 51,5% |
|                | Boavista FC   | 36% | 50% | 43%   |
|                | SC Braga      | 5%  | 4%  | 4,5%  |
| Não Existência | Valadares GFC |     | 11% | 5,5%  |
|                | Boavista FC   | 9%  | 13% | 11%   |

Nesta última fase, podemos verificar na Tabela 49 que a zona de terreno mais utilizada por todas as equipas foi a Zona 11, localizada no Setor Ofensivo – Corredor Central, onde o SC Braga teve 78,5%, Valadares GFC teve 58,5% e Boavista FC teve 53,5% das ações.

De referir que se retiraram as categoria da tabela com incidência de 0%.

**Tabela 49 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Zona de Terreno de Jogo Utilizadas”, critério “Caracterização da Fase de Finalização”**

| Categorias   | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|--|---------------|--------|--------|-------|
| Setor Médio –<br>Corredor<br>Esquerdo – Z7             | SC Braga      | 3%     | 1%     | 2%    |
|  | Valadares GFC | 7%     |        | 3,5%  |
|  | Boavista FC   |        |        |       |
| Setor Médio-<br>Ofensivo –<br>Corredor Central –<br>Z8 | SC Braga      | 9%     | 11%    | 10%   |
|  | Valadares GFC | 21%    | 19%    | 20%   |
|  | Boavista FC   | 29%    | 10%    | 19,5% |
| Setor Médio-<br>Ofensivo –<br>Corredor Direito –<br>Z9 | SC Braga      | 3%     |        | 1,5%  |
|  | Valadares GFC |        |        |       |
|  | Boavista FC   |        | 10%    | 5%    |
|  | SC Braga      |        | 1%     | 0,5%  |
|  | Valadares GFC | 14%    |        | 7%    |

|  |               |     |     |       |
|--|---------------|-----|-----|-------|
| Setor Ofensivo –<br>Corredor<br>Esquerdo - Z10 | Boavista FC   | 14% | 20% | 17%   |
| Setor Ofensivo –<br>Corredor Central -<br>Z11  | SC Braga      | 77% | 80% | 78,5% |
|  | Valadares GFC | 36% | 81% | 58,5% |
|  | Boavista FC   | 57% | 50% | 53,5% |
| Setor Ofensivo –<br>Corredor Direito -<br>Z12  | SC Braga      | 9%  | 7%  | 10,5% |
|  | Valadares GFC | 21% |     | 10,5% |
|  | Boavista FC   |     | 10% | 5%    |

Na Tabela 50, relaciona-se o resultado da ação de finalização, onde as três equipas apresentam a maioria das suas ações na categoria Remate – Fora, onde o SC Braga obteve 40%, Valadares GFC 34,5% e Boavista FC com 58% das ações.

De referir que se retiraram as categorias Bola Parada Ofensiva, Bola Parada Defensiva e Remate - Poste/Barra devido a não ser utilizado na análise.

**Tabela 50 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Resultado da Ação”, critério “Caracterização da Fase de Finalização”**

| Categorias                   | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|------------------------------|---------------|--------|--------|-------|
| Perda de Bola<br>Forçada     | SC Braga      | 6%     |        | 3%    |
|                              | Valadares GFC |        |        |       |
|                              | Boavista FC   |        |        |       |
| Perda de Bola Não<br>Forçada | SC Braga      | 3%     |        | 1,5%  |
|                              | Valadares GFC | 7%     |        | 3,5%  |
|                              | Boavista FC   |        |        |       |
|                              | SC Braga      | 25%    | 25%    | 25%   |
|                              | Valadares GFC | 21%    | 38%    | 29,5% |

|                |   |               |     |     |      |
|----------------|---|---------------|-----|-----|------|
| Remate         | – | Boavista FC   | 14% | 40% | 27%  |
| Defendido pelo |   |               |     |     |      |
| Guarda Redes   |   |               |     |     |      |
| Remate         | – | SC Braga      | 11% | 11% | 11%  |
| Intercetado    |   | Valadares GFC | 14% |     | 7%   |
|                |   | Boavista FC   |     | 10% | 5%   |
| Remate – Fora  |   | SC Braga      | 39  | 41  | 40   |
|                |   | Valadares GFC | 50  | 19  | 34,5 |
|                |   | Boavista FC   | 86  | 30  | 58   |
| Golo           |   | SC Braga      | 11  | 9   | 10   |
|                |   | Valadares GFC | 7   | 44  | 25,5 |
|                |   | Boavista FC   |     | 20  | 10   |
| Outra Situação |   | SC Braga      | 6   | 14  | 10   |
|                |   | Valadares GFC |     |     |      |
|                |   | Boavista FC   |     |     |      |

Nesta última fase, na Tabela 51, verifica-se que duas das equipas apresentam a totalidade da duração da fase de finalização contabilizada entre os 0' e 3,99'', sendo elas o Valadares GFC e o Boavista FC. O SC Braga apresenta neste intervalo 98,5% das suas ações, tendo 1,5% uma duração entre o intervalo 4' – 7,99'', o que em termos analíticos representa 1 ação.

**Tabela 51 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Duração”, critério “Caracterização da Fase de Finalização”**

| Categorias | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|------------|---------------|--------|--------|-------|
|            | SC Braga      | 97     | 100    | 98,5  |
| 0-3,99''   | Valadares GFC | 100    | 100    | 100   |
|            | Boavista FC   | 100    | 100    | 100   |

|          |               |   |     |
|----------|---------------|---|-----|
|          | SC Braga      | 3 | 1,5 |
| 4-7,99'' | Valadares GFC |   |     |
|          | Boavista FC   |   |     |

Concluindo o Processo Ofensivo, a Tabela 52 apresenta a existência ou não de alteração do resultado. A equipa do SC Braga apresenta 65% das suas ações onde se encontrava a vencer e continuou a vencer, juntamente com 51% do Valadares GFC. A equipa do Boavista FC apresenta 68% das ações onde estavam a perder e mantiveram-se a perder.

**Tabela 52 - Percentagem de ocorrências das categorias do subcritério “Alteração do Resultado”, critério “Caracterização da Fase de Finalização”**

| Categorias          | Equipa        | Jogo 1 | Jogo 2 | Total |
|---------------------|---------------|--------|--------|-------|
| A vencer - A vencer | SC Braga      | 69     | 61     | 65    |
|                     | Valadares GFC | 14     | 88     | 51    |
|                     | Boavista FC   | 14     |        | 7     |
| Empate - A vencer   | SC Braga      | 3      | 2      | 2,5   |
|                     | Valadares GFC |        | 6      | 3     |
|                     | Boavista FC   |        |        |       |
| A perder – Empate   | SC Braga      |        |        |       |
|                     | Valadares GFC |        | 6      | 3     |
|                     | Boavista FC   |        | 20     | 10    |
| A perder - A perder | SC Braga      |        |        |       |
|                     | Valadares GFC | 29     |        | 14,5  |
|                     | Boavista FC   | 86     | 50     | 68    |
| Empate – Empate     | SC Braga      | 29     | 36     | 32,5  |
|                     | Valadares GFC | 57     |        | 28,5  |
|                     | Boavista FC   |        | 30     | 15    |

## 6. Conclusões

O sistema de observação permitiu registar as ações relacionadas com o Processo Ofensivo, o que revela que o instrumento é eficiente em relação ao objetivo para o qual foi desenvolvido. A análise dos dados foi suportada pela perspetiva descritiva dos resultados relativos aos lances decorrentes da competição.

De acordo com os objetivos traçados podemos concluir que:

- A fiabilidade intra-observadores, enquanto requisito para se obter validade, foi atendida na sua totalidade, com todos os critérios a apresentarem um valor de  $k$  superior a 0.75;
- Foram definidos e desenvolvidos 4 critérios onde conseqüentemente são distinguidos 22 subcritérios e 145 categorias;
- Em 6 jogos analisados foram recolhidas 893 ações, com uma média de 148,8(3);
- Todas as equipas realizaram um jogo no formato de visitado e outro no de visitante;

A utilização do Sistema de Observação permitiu-nos concluir que:

- O SC Braga obteve na Caracterização Momentânea do Jogo:
  - 45% das ações na categoria “A Vencer por mais de um golo”;
  - 20,5% das ações na categoria “76’ - 90’ (inclui tempo extra)”;
  - 100% das ações na categoria “GR + 10 x 10 + GR”;
  - 29% das ações na categoria “Após Recuperação em Interceção ao Adversário”;
  - 48% das ações na categoria “Após LLL”;
- O Valadares GFC obteve na Caracterização Momentânea do Jogo:
  - 45% das ações na categoria “Empate”;
  - 19% das ações na categoria “76’ - 90’ (inclui tempo extra)”;
  - 100% das ações na categoria “GR + 10 x 10 + GR”;
  - 47% das ações na categoria “Após Recuperação em Interceção ao Adversário”;
  - 55,5% das ações na categoria “Após LLL”;
- Boavista FC obteve na Caracterização Momentânea do Jogo:
  - 45% das ações na categoria “Empate”;
  - 17% das ações nas categorias “0’ - 15,59” e “61’ - 75,59”;
  - 100% das ações na categoria “GR + 10 x 10 + GR”;
  - 41,5% das ações na categoria “Após Recuperação em Interceção ao Adversário”;
  - 51,5% das ações na categoria “Após LLL”;

- SC Braga obteve na Caracterização da Fase de Construção:
  - 22,5% das ações na categoria “Setor Médio – Corredor Esquerdo – Z7”;
  - 59,5% das ações na categoria “1-3”;
  - 28% das ações na categoria “3”
  - 38% das ações na categoria “Sucesso Parcial”;
- Valadares GFC obteve na Caracterização da Fase de Construção:
  - 15% das ações na categoria “Setor Médio-Defensivo – Corredor Direito - Z6”;
  - 74,5% das ações na categoria “1-3”;
  - 31,5% das ações na categoria “2”;
  - 52% das ações na categoria “Sucesso Parcial”;
- Boavista FC obteve na Caracterização da Fase de Construção:
  - 16,5% das ações na categoria “Setor Médio-Defensivo – Corredor Central - Z5”;
  - 88,5% das ações na categoria “1-3”;
  - 33% das ações na categoria “1”;
  - 69,5% das ações na categoria “Sucesso Parcial”;
  
- SC Braga obteve na Caracterização da Fase de Criação:
  - 32% das ações na categoria “Setor Ofensivo – Corredor Direito - Z12”;
  - 79,5% das ações na categoria “1-3”;
  - 49% das ações na categoria “1”
  - 51,5% das ações na categoria “0’-3,99’”;
  - 39% das ações na categoria “Ausência desta Fase”;
  - 41,5% das ações na categoria “Insucesso”;
- Valadares GFC obteve na Caracterização da Fase de Criação:
  - 24,5% das ações na categoria “Setor Ofensivo – Corredor Direito - Z12”;
  - 85,5% das ações na categoria “1-3”;
  - 42% das ações na categoria “2”;
  - 55,5% das ações na categoria “0’-3,99’”;
  - 69% das ações na categoria “Ausência desta Fase”;
  - 51,5% das ações na categoria “Insucesso”;
- Boavista FC obteve na Caracterização da Fase de Criação:
  - 28% das ações na categoria “Setor Ofensivo – Corredor Esquerdo - Z10”;
  - 67,5% das ações na categoria “1-3”;
  - 64,5% das ações na categoria “1”;

- 70% das ações na categoria “0’-3,99’”;
  - 72,5% das ações na categoria “Ausência desta Fase”;
  - 43% das ações na categoria “Insucesso”;
- SC Braga obteve na Caracterização da Fase de Finalização:
    - 78,5% das ações na categoria “Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11”;
    - 40% das ações na categoria “Remate – Fora”;
    - 98,5% das ações na categoria “0-3,99’”
    - 65% das ações na categoria “A vencer - A vencer”;
  - Valadares GFC obteve na Caracterização da Fase de Finalização:
    - 78,5% das ações na categoria “Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11”;
    - 34,5% das ações na categoria “Remate – Fora”;
    - 100% das ações na categoria “0-3,99’”
    - 28,5% das ações na categoria “Empate – Empate”;
  - Boavista FC obteve na Caracterização da Fase de Finalização:
    - 78,5% das ações na categoria “Setor Ofensivo – Corredor Central - Z11”;
    - 58% das ações na categoria “Remate – Fora”;
    - 100% das ações na categoria “0-3,99’”
    - 68% das ações na categoria “A perder - A perder”;

## **7. Limitações**

A aplicação do presente estudo apresenta limitações, quer seja relacionado com a metodologia.

Em relação ao enquadramento metodológico, encontrou-se limitação inerentes à construção e validação de um sistema de observação. A definição dos critérios e categorias está associado a um nível de subjetividade, o que criando sempre uma margem de discussão.

Na recolha dos dados existiram também limitações devido à filmagem dos jogos, onde em sete ocasiões não foi possível observar a ação toda, não sendo contabilizadas para o estudo.

O estudo foi desenvolvido a partir da observação e análise de 6 jogos o que se torna manifestamente limitador para a caracterização geral do processo ofensivo.

# **CAPÍTULO III**

## **Balanço Final**

## 1. Balanço Final

O balanço final proporciona uma reflexão sobre todas as experiências vividas durante o estágio.

Termina a época desportiva com um sentimento de trabalho cumprido. O exercício da função de treinadora principal em três equipas em contextos completamente distintos não foi fácil, mas no fim todo o esforço valeu a pena pelos conhecimentos adquiridos e pelo aumento da autonomia em processo de treino.

No início da época foram definidos objetivos profissionais e pessoais que foram alcançados ao longo do tempo. Analisando a performance da equipa, podemos concluir que a qualidade de jogo melhorou significativamente refletindo-se nos resultados obtidos.

Em relação ao estudo, este permitiu aumentar o conhecimento na criação, validação e aplicação de um sistema de observação *ad hoc* utilizando a Metodologia Observacional. A análise resultante da sua aplicação permitiu caracterizar as diferentes fases do Processo Ofensivo, procurando estabelecer estratégias de modo a melhorar a análise tanto da equipa adversária, como da própria equipa, transferindo posteriormente os resultados para o processo de treino.

Por fim, o Mestrado em Desporto, especialização em Treino Desportivo, modalidade de Futebol, proporciona um elevado número de experiências enriquecedoras, ao nível profissional e pessoal, preparando a evolução dos treinadores.

## 2. Bibliografia

- Amieiro, N. (2010). Defesa a zona no Futebol. Um pretexto para reflectir sobre o <<jogar>>... bem ganhando!. Lisboa: Visões e Contextos, 2ª edição
- Anguera, M.T. (2000). Observacion en deporte y conducta cinésico-motriz:aplicaciones. Ed. Barcelona: Publicaciones dela Universitat de Barcelona.
- Anguera, M. T., Blanco, A., Losada, J. L., & Hernández, A. (2000). La metodología observacional en el deporte: conceptos básicos. Lecturas: EF y Deportes. Revista Digital, 24(5), 63-82.
- Anguera, M.T., Villaseñor, A.B., & Losada Lopes, J.L. (2001). Diseños observacionales, cuestión clave en el proceso de la Metodología Observacional. Metodologia de las Ciencias del Comportamento, 3(2): 135-160.
- Anguera, M. T. (2003). La observación. Evaluación psicológica. Concepto, proceso y aplicación en las áreas del desarrollo y de la inteligencia, 271308.
- Anguera, M.T. (2003). Metodologia básica de observación en Fútbol. In T. Ardá, Metodologia de la Ensenanza del Fútbol. Barcelona Paidotribo.
- Anguera, M.T. & Blanco, A. (2003). Registro y codificación en el comportamiento desportivo. Psicología del Deporte, 2, 6-34.
- Anguera, M.T. & Hermández-Mendo, A. (2013). La metodologia observacional en el âmbito del deporte in Journal of Sport Science.
- Araújo, D. (2006). Tomada de decisão no desporto. Lisboa: Edições FMH.
- Araújo, J. (2009). Ser Treinador. Lisboa: Editorial Caminho.
- Bakeman, R. & Quera, V. (1996). Analyzing Interaction: Sequential Analysis with SDIS and GSEQ. Cambridge University Press, Cambridge, UK.
- Belli, J. (2015). Análise da Network e comportamento coletivo do jogo de Futebol. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra (FCDEF.UC), Coimbra.
- Belli, R., Dias, G., Gama, J., Couceiro, M., & Vaz, V. (2015). Análise multidimensional dos indicadores de rendimento desportivo de equipas profissionais de Futebol. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, 15,2,34-50.

- Borrás, D. & Baranda, P. S. (2005). Análisis del corner en función del momento del partido em el mundial de Corea y Japón 2002. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 1: 87-93.
- Butler, H. (2010). *Literacy in Action: Football*
- Brennan, P. (2007). *The Munitionettes: A History of Women's Football in North East England During the Great War*. Donmouth Publishing.
- Carling, C. (2001) Choosing a computerised match analysis system. *Insight Live*, 5, 5-12.
- Carling, C. (2005). Applying match analysis to improve defending performance. *Insight Live*, 15, 3-2.
- Carling, C., Williams, M., & Rilley, T. (2005) *Handbook of soccer Match Analysis. A systematic approach to improving performance*. London: Routledge.
- Castelo, J. *Futebol. O Processo Ofensivo*. Publicação do Autor.
- Castelo, J. (2004). *Futebol – Organização dinâmica do jogo*. Lisboa: FMH Edições.
- Clemente, F., Couceiro, M., Martins, F., Figueiredo, A., & Mendes, R. (2014). Análise de jogo no futebol: Métricas de avaliação do comportamento coletivo. *Motricidade*, 10 (1), 14-26.
- Coelho, A. (2018, 10). *Futebol Feminino: um produto anexo Documentário sobre o futebol feminino*. Trabalho de Projeto Submetido como Requisito Parcial para Obtenção Do Grau de Mestre em Audiovisual e Multimédia. Escola Superior de Comunicação Social.
- Costa, H. (2005). *Análise do Jogo em Futebol – Caracterização do Processo Ofensivo da Selecção Alemã Sénior de Futebol Feminino – Estudo de Caso*. Tese de Dissertação de Mestrado não publicada. UTL - FMH
- Costa, E. J. S. (2009). *Conhecimentos, Conceções e Crenças sobre Treino de Jovens dos Treinadores da Academia do Sporting Clube de Portugal*. Porto: Eduardo Costa. Dissertação de Mestrado apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto
- Cunha, G. B. da, Mesquita, I. M. R., Rosado, A. F. B., Sousa, T., & Pedro, P. (2010). Necessidades de formação para o exercício profissional na perspetiva do treinador de Futebol em função da sua experiência e nível de formação. *Motriz. Revista de Educação Física*. UNESP. <https://doi.org/10.5016/1980-6574.2010v16n4p931>
- Davids, K., Button, C., & Bennett, S. (2008). Dynamics of skill acquisition. A constraints-led approach. Champaign: Human Kinetics.

- Egaña, G. G., Mendo, A. H., Anguera, M. T., & De Santos, R. M. (2005). Desarrollo y optimización de una herramienta observacional en el tenis de individuales. *Psicothema*, 17(1), 123-127.
- Fédération Internationale de Football Association. (2007). USA triumph as history made in China PR. FIFA. Retirado 08, 2019, de <https://www.fifa.com/womensworldcup/news/fifa-women-world-cup-china-1991-501995>
- Fédération Internationale de Football Association. (2013). Honeyball to Houghton. FIFA.com. Retirado 07 de 07, 2019, de <https://www.fifa.com/womens-football/news/from-honeyball-houghton-2204023>
- Fédération Internationale de Football Association. (2019). Stars and Stripes conquer #LaGrandeFinale. FIFA. Retirado 08, 2019, de <https://www.fifa.com/womensworldcup/news/the-uswnt-conquer-lagrandefinale>
- FPF (2019). Visão, Missão e Valores. FPF. Retirado 08, 2019, de <https://www.fpf.pt/Institucional/Sobre-a-FPF/Visão-Missão-e-Valores>
- Gama, J. (2013). Network – Análise da interação de dinâmica do jogo de futebol. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física, Universidade de Coimbra (FCDEF.UC), Coimbra.
- Gama, J., Passos, P., Davids, K., Relvas, H, Ribeiro, J., Vaz, V., & Dias, G. (2014). Network analysis and intra-team activity in attacking phases of professional football. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 14, 692-708.
- Gama, J., Dias, G., Couceiro, M., & Vaz, V. (2017). *Novos Métodos para Observar e Analisar o Jogo de Futebol* (1ª ed., Vol., pág.). PrimeBooks.
- Garganta, J. (1997). Modelação táctica do jogo de futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento. Tese de Doutoramento. Universidade do Porto, Porto.
- Garganta, J. (2001). A análise da performance nos jogos desportivos: revisão acerca da análise do jogo. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 1, 1, 57-64.
- Gomes, P. S. (2016). Caraterização dos padrões de jogo ofensivos após recuperação de posse bola a partir de desarme ou interceção: análise comparativa da equipa principal e equipa B do Sporting Club de Portugal (Doctoral dissertation).
- Grayzel, S. (2002). *Women and the First World War*. Pearson Education Limited.

- Gréhaigne, J. F., Marchal, D. & Duprat, E. (2002). Regaining possession of the ball in the defensive area in soccer. In W. Spinks, T Reilly & A. Murphy (Eds.), *Science and Football IV* (pp. 112-120). London: E & FN Spon.
- Pollard, R. (1986). Home advantage in soccer: a retrospective analysis. *Journal of Sports Sciences*, 4, 237-248.
- Hargreaves, J., Anderson, E. (2014). *Routledge Handbook of Sport, Gender and Sexuality* (1<sup>a</sup> ed.). New York, Routledge.
- Hong, F., Mangan, J. (2004). *Soccer, Women, Sexual Liberation: Kicking off a New Era* (1<sup>a</sup> ed., Vol., pág.). London, Frank Cass Publishers.
- Hughes, M., Franks, I. (2005). Analysis of passing sequences, shots and goals in soccer. *Journal of Sports Science* 23(5), 509-514
- Hughson, J., Moore, K., Spaaij, R., Maguire, J. (2016). *Routledge Handbook of Football Studies* (1<sup>o</sup> ed., pág. 125). Routledge International Handbooks.
- Jacobs, B. (2004). *The Dick, Kerr's Ladies* (1<sup>a</sup> ed.). Robinson.
- Jezek, G. (2014). *Women in Soccer. History of Soccer*. Retirado 08, 2019, de [http://www.historyofsoccer.info/women\\_soccer.html](http://www.historyofsoccer.info/women_soccer.html)
- Júnior, O. (2018). *Futebol de mulheres: a batalha de todos os campos* (1<sup>a</sup> ed.). AutorEsporte.
- Laranjeira, J. (2009). Análise sequencial do processo ofensivo em futebol: Chelsea FC-época desportiva 2004-2005: um estudo de caso.
- Lennox, D. (2009). *Now You Know Soccer*. Dundurn Press Toronto.
- Lewis, R. (2009). “Our Lady Specialists at Pikes Lane”: Female Spectators in Early English Professional Football, 1880–1914. *The International Journal of the History of Sport*, 26(15), 2161–2181. doi:10.1080/09523360903367651
- Macbeth, J. (2002) The Development of Women's Football in Scotland, *The Sports Historian*, 22:2, 149-163, DOI: 10.1080/17460260209443387
- McCuaig, hl. “A Brief History of Women’s Football” (at [http://www.scottishfa.co.uk/museum/vomen\\_index.litm](http://www.scottishfa.co.uk/museum/vomen_index.litm), 2000)
- Mendes, A. (2002). *Transição defesa-ataque no Futebol – estudo comparativo das características do modelo adoptado por uma equipa da I Liga e correspondente equipa B*. Monografia de Licenciatura. FCDEF – UP

- Mombaerts, E. (2000). Fútbol. Del análisis del juego a la formación del jugador. Barcelona: INDE
- Moutinho, C. (1991). A importância da análise do jogo no processo de preparação desportiva nos jogos desportivos coletivos: o exemplo do voleibol. In Bento, J. & Marques, A. (Eds.). As ciências do desporto e a prática desportiva (pp. 265-275). Porto: Faculdade de Desporto, Universidade do Porto (FADEUP).
- Newsham, G.J. (1997). In a league of their own! London: Scarlet Press
- Pacheco, R. (2005). Segredos de balneário. A palestra dos treinadores de Futebol antes do jogo. Camarate: PrimeBooks.
- Penney, D. (2006). Coaching as teaching: new acknowledgements in practice. In R.Jnes (Ed), The sport coach as Educator:re-conceptualizing (pp. 39-50). Londos: Routledge.
- Pereira, A. (2003). Contributo para o estudo do treinador excelente em Portugal. In A. Pereira (Coord.) Simpósio – A atividade física: do lazer ao rendimento. A estética, a saúde e o espetáculo (pp. 55-64). Viseu.
- Pessoa, S. (2006). Estudo da tipologia e da eficácia do lançamento da bola pela linha lateral em futebol. Monografia de licenciatura. FADEUD. Porto.
- Prudente, J., Garganta, J. & Anguera, M.T. (2004). Desenho e validação de um sistema de observação no Andebol. Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, 4 (3): 49-65.
- Prudente J. (2006). Análise da performance tático-técnica no Andebol de alto nível. Estudo das ações ofensivas com recurso à análise sequencial. Dissertação de Doutoramento em Educação Física e Desporto na especialidade de Ciências do Desporto. Universidade da Madeira (não publicada).
- Resende, R., Sequeira, P., & Sarmiento, H. (2016). Coaching and Coach Education in Portugal. International Sport Coaching Journal, 3, 178–183. <https://doi.org/10.1123/iscj.2016-0038>
- Ridder, G., Cramer, J. S. & Hopstaken, P. (1994) Down to Ten: Estimating the Effect of a Red Card in Soccer, Journal of the American Statistical Association, 89:427, 1124-1127
- Ribeiro, P. (2008). Do modelo e concepção de jogo à análise da performance no futebol: o treino enquanto indutor da operacionalização de um modo de jogar específico: estudo caso na equipa de sub-19 do Futebol Clube do Porto. Dissertação de licenciatura. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP), Porto.

- Ribeiro, P. (2009). A observação como ponto de partida para uma análise pormenorizada das características das equipas adversárias. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Desporto da Universidade do Porto (FADEUP), Porto.
- Russel, D. (1997). *Football and the English: A Social History of Association Football in England*.
- Santos, A., Silva, A., Costa, J. (2014). *Plano Estratégico do Futebol Feminino 2014-2020*.
- Santos, F., Mendes, B., Maurício, N., Furtado, B., Sousa, P. & Pinheiro, V. (2016) Estudo original análise do golo em equipas de elite de futebol na época 2013-2014.
- Sarmiento, H. (2012). *Análise do jogo de futebol – Padrões de jogo ofensivo em equipas de alto rendimento: uma abordagem qualitativa*. Tese de doutoramento. Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro, Vila Real.
- Sarmiento, H., Anguera, T., Campaniço, J., & Leitão, J. (2013). *A Metodologia Observacional como Método para Análise do Jogo de Futebol - Uma Perspetiva Teórica*.
- Siegle, M. & Lames, M. (2012). Game Interruptions in Elite Soccer in *Journal of Sports Sciences*, April 2012, 30(7):619-624.
- Silva, P. (2006). *A análise do jogo em Futebol: Um estudo realizado em clubes da Liga Betandwin.com*. Dissertação de Mestrado. Faculdade de Motricidade Humana, Universidade Técnica de Lisboa (FMH.UTL), Lisboa.
- Teixeira, E. (2014). *Desenvolvimento e Validação de um Sistema de Observação em Competição no Futebol de Bolas Paradas. Estudo Piloto nos Campeonatos Nacionais de Juniores (Sub-19), Juvenis (Sub-17) e Iniciados (Sub-15)*. Dissertação de Mestrado. Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM), Rio Maior.
- Teoduresco, B. (1984). *Problemas da Teoria e Metodologia nos Desportos Coletivos*. Lisboa: Livros Horizonte.
- UEFA (2010). *UEFA's Women's Football Development Programme (WFDP). Women's Football Development Programme FACTSHEET*.
- UEFA (2017). *Grassroots*. UEFA.com. Retirado 08, 2019, de <https://www.uefa.com/insideuefa/football-development/technical/grassroots/index.html>
- UEFA (2018). *Futebol feminino com "potencial ilimitado"*. UEFA.com. Retirado 06, 2019, de <https://pt.uefa.com/insideuefa/news/newsid=2560757.html>

- Vaz, V., Gama, J., Valente-dos-Santos, J., Figueiredo, A., & Dias, G. (2014). Network: análise da interação e dinâmica do jogo de futebol. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 14, 1, 12-25.
- Velásquez, A. (2011). Análisis praxiológico de la acción de juego del fútbol, 11: Estudio del fútbol escolar en Cuba, categoría 15/16 años, el caso del equipo de Ciego de Ávila. Tese doutoramento de la Facultad de Ciencias de la Educación
- Williams, J. (2003). The fastest growing sport? women's football in England. *Soccer & Society*, 4(2-3), 112–127. doi:10.1080/14660970512331390865
- Williams, J. (2007). *A Beautiful Game: International Perspectives on Women's Football* (1ª ed.). New York, Berg.
- Williamson, D. (1991). *Belles of the Ball : The Early History of Women's Football*. Devon; R&D Associates.
- Willmann, C. and Zipprich, C. (1995) 'Trainerinnen im Volleyball: Wo sind Sie zu finden?', in M.-L. Klein (ed.) 'Karrieren' von Mädchen und Frauen im Sport. 2.Tagung der dvs-Kommission 'Frauenforschung in der Sportwissenschaft' vom 24.–26.6 1994 in Paderborn, pp.107–42. Sankt Augustin: Academica.
- Women's Football Development Programme Factsheet. Retirado a 06, 2019, de [www.uefa.com](http://www.uefa.com)
- "10 melhores jogadores de futebol feminino na história." Relatório do Bleacher. Relatório do Bleacher, Inc., nd Web. 12 de dezembro de 2014. <<http://bleacherreport.com/articles/1199060-10-greatest-female-soccer-players-in-history>>.
- "American Women in the Olympics." Mulheres americanas nas Olimpíadas. Museu Nacional de História da Mulher, nd Web. 12 de dezembro de 2014. <<https://www.nwhm.org/online-exhibits/olympics/participants.htm>>.
- "Antique Women's Uniforms." História do Futebol Feminino. Np, nd Web. 12 de dezembro de 2014. <<http://thehistoryofwomensfootball.com/antique-womens-uniforms.html>>.

“Copa do Mundo Feminina da FIFA, China, PR 1991.” FIFA.com. FIFA, nd Web. 12 de dezembro de 2014. <<http://www.fifa.com/tournaments/archive/womensworldcup/chinapr1991/index.html>>.

"História do Futebol Feminino". História do Futebol Feminino. Soccer-Fans-Info, nd Web. 12 de dezembro de 2014. <<http://www.soccer-fans-info.com/history-of-women-soccer.html>>.

"Futebol feminino nos Estados Unidos." Timetoast. Timetoast, nd Web. 12 de dezembro de 2014. <<http://www.timetoast.com/timelines/womens-soccer-in-the-united-states>>.