



**INSTITUTO POLITÉCNICO DE SANTARÉM**

**Escola Superior de Desporto de Rio Maior**

**Planeamento, Intervenção e Controlo do Processo de Treino e  
Competição no contexto de Júniores Sub-19 – Campeonato  
Nacional**

**&**

**Observação e Análise dos Pontapés Livre Direto Defensivos**

**Relatório de Estágio**

**Mestrado em Treino Desportivo**

**Diogo André Gomes Filipe**

**Orientação:**

**Professor Especialista Eduardo Teixeira**

dezembro, 2023

## Índice

Índice de Figuras .....	4
Índice de Tabelas .....	5
Lista de Abreviaturas .....	6
Agradecimentos.....	8
Resumo .....	9
Abstract.....	9
Parte I - Introdução.....	10
1. Enquadramento Geral.....	10
1.1. Enquadramento Pessoal.....	11
1.2. Objetivos da intervenção profissional.....	12
Parte II - O Estágio .....	13
1. Contextualização da entidade de estágio (SCU Torreense) .....	13
1.1. Contextualização do clube .....	13
1.2. Infraestruturas e Recursos Materiais .....	15
1.3. Contextualização da equipa .....	16
1.3.1. Equipa técnica e <i>staff</i> de apoio .....	16
1.3.2. Constituição do plantel .....	21
1.3.3. Enquadramento Competitivo.....	24
1.3.4. Análise da competição .....	25
1.4. Funções e Tarefas desempenhadas .....	26
1.4.1. Treino (Planeamento, Operacionalização e Condução do Treino) .....	27
1.4.2. Competição .....	29
1.4.3. Extra treino/competição .....	30
1.5. Análise da atividade .....	32
1.5.1. Enquadramento.....	32
1.5.2. Treino (Planeamento, Operacionalização e Condução do Treino) .....	36
1.5.3. Competição .....	38

1.5.4.	Extra treino/competição .....	39
2.	Contextualização da entidade de estágio (UD Santarém) .....	46
2.1.	Contextualização do clube .....	46
2.2.	Infraestruturas e Recursos Materiais .....	47
2.3.	Contextualização da equipa .....	48
2.3.1.	Equipa técnica e <i>staff</i> de apoio .....	48
2.3.2.	Constituição do plantel .....	52
2.3.3.	Enquadramento Competitivo .....	54
2.3.4.	Análise da competição .....	55
2.4.1.	Treino (Planeamento, Operacionalização e Condução do Treino) .....	57
2.4.2.	Competição .....	59
2.4.3.	Extra treino/competição .....	60
2.5.	Análise da atividade .....	60
2.5.1.	Enquadramento .....	61
2.5.2.	Treino (Planeamento, Operacionalização e Condução do Treino) .....	63
2.5.3.	Competição .....	64
2.5.4.	Extra treino/competição .....	65
	Parte III - Enquadramento do Estudo .....	66
1.	Introdução .....	66
1.1.	Enquadramento Teórico .....	67
1.2.	Apresentação do Problema/Objetivos .....	69
1.3.	Metodologia .....	70
1.3.1.	Caracterização da Amostra .....	70
1.3.2.	Materiais a Utilizar e Recursos Necessários .....	70
1.3.3.	Tarefas, Procedimentos e Protocolos .....	70
1.4.	Apresentação e análise dos resultados .....	79
1.4.1.	Análise Descritiva .....	79
1.4.2.	Análise Inferencial .....	84

---

1.5. Conclusões.....	99
Parte IV - Balanço Final do Estágio .....	100
Bibliografia .....	103
Anexos .....	105

## Índice de Figuras

Figura 1 - Distrito de Lisboa .....	14
Figura 2 - Concelho de Torres Vedras.....	14
Figura 3 - Símbolo do Sport Clube União Torreense .....	14
Figura 4 - Tabela Classificativa do Campeonato Nacional Sub19 - 1ª Divisão .....	26
Figura 5 - Exemplo de plano de treino digital (parte da frente) do SCUT .....	27
Figura 6 - Exemplo de plano de treino digital (parte traseira) do SCUT .....	28
Figura 7 - Grafismo da montagem dos espaços para o aquecimento de jogo no SCUT.....	29
Figura 8 - Exemplo dos mesociclos 5, 6, 7 e 8 na plataforma “EmJogo” .....	30
Figura 9 - Página 1 da análise do árbitro para um jogo competitivo no SCUT .....	31
Figura 10 - Página 2 da análise do árbitro para um jogo competitivo no SCUT .....	31
Figura 11 - Microciclo (Conteúdos de Treino) .....	34
Figura 12 - Microciclo (Dinâmica da Carga) .....	34
Figura 13 - Exemplo da observação indireta de um treino no SCUT .....	40
Figura 14 - Tabela dos minutos totais de cada conteúdo de treino .....	41
Figura 15 - Tabela dos minutos totais do Processo Defensivo .....	43
Figura 16 - Tabela dos minutos totais do Processo Ofensivo .....	43
Figura 17 - Tabela dos minutos totais do Processo de Transições .....	43
Figura 18 - Gráfico circular da Dimensão do Exercício .....	44
Figura 19 - Gráfico circular do Tipo de Exercício .....	44
Figura 20 - Concelho de Santarém.....	46
Figura 21 - Distrito de Santarém.....	46
Figura 22 - Símbolo do União Desportiva de Santarém.....	46
Figura 23 - Classificação do Campeonato de Portugal – Série C à 16ª Jornada .....	55
Figura 24 - Classificação do Campeonato de Portugal – Série C na última jornada .....	56
Figura 25 - Exemplo de plano de treino digital (parte da frente) do UDS .....	57
Figura 26 - Exemplo de plano de treino digital (parte traseira) do UDS.....	58

---

Figura 27 - Grafismo da montagem dos espaços para o aquecimento de jogo no UDS .....	59
Figura 28 - Página 1 da Análise do Árbitro para um jogo competitivo no UDS .....	60
Figura 29 - Página 2 da Análise do Árbitro para um jogo competitivo no UDS .....	60
Figura 30 - Organização do campograma com definição de zonas e áreas .....	74

## Índice de Tabelas

Tabela 1 - Caracterização da equipa técnica e staff do SCUT .....	16
Tabela 2 - Caracterização do plantel do SCUT .....	22
Tabela 3 - Caracterização geral do plantel do SCUT .....	23
Tabela 4 - Microciclo Tipo no período competitivo do SCUT .....	32
Tabela 5 - Calendário em que o estagiário esteve inserido de junho a setembro .....	35
Tabela 6 - Calendário em que o estagiário esteve inserido de outubro a janeiro .....	36
Tabela 7 - Caracterização da equipa técnica e staff do UDS .....	49
Tabela 8 - Caracterização do plantel do UDS .....	53
Tabela 9 - Caracterização geral do plantel UDS .....	54
Tabela 10 - Microciclo Tipo no período competitivo do UDS .....	61
Tabela 11 - Calendário em que o estagiário esteve inserido de fevereiro a abril .....	63
Tabela 12 - Relação do DGS com a NNMBP .....	87
Tabela 13 - Relação do DGS com o NDBPD .....	89
Tabela 14 - Relação da NNMBP com o NDBPD .....	94
Tabela 15 - Relação da NNMBP com o NFBPD .....	96
Tabela 16 - Relação da NEBP com o NJPBBPD .....	97
Tabela 17 - Relação da EBP com a NNMBP .....	98
Tabela 18 - Frequência de PLD por cada equipa .....	105
Tabela 19 - Frequência de PLD por EBP .....	105
Tabela 20 - Frequência de PLD na MBP .....	105
Tabela 21 - Frequência de PLD no MJBPD .....	105
Tabela 22 - Frequência de PLD nos JPBBPD .....	105
Tabela 23 - Frequência de PLD no DBPD .....	105
Tabela 24 - Frequência de PLD no FBPD .....	106
Tabela 25 - Frequência de PLD no LDJ .....	106
Tabela 26 - Frequência de PLD na PDJ .....	106
Tabela 27 - Frequência de PLD no RM .....	106

---

Tabela 28 - Frequência de PLD na RN .....	106
Tabela 29 - Frequência de PLDD por equipa na EBP.....	107
Tabela 30 - Frequência de PLDD por equipa na MBP .....	107
Tabela 31 - Frequência de PLDD por equipa no MJBPD .....	108
Tabela 32 - Frequência de PLDD por equipa nos JPBBPD.....	108
Tabela 33 - Frequência de PLDD por equipa no DBPD .....	108
Tabela 34 - Frequência de PLDD por equipa no FBPD .....	109
Tabela 35 - Frequência de PLDD por equipa no LDJ .....	109
Tabela 36 - Frequência de PLDD por equipa nas PDJ .....	110
Tabela 37 - Frequência de PLDD por equipa no RM .....	110
Tabela 38 - Frequência de PLDD por equipa na RN .....	110
Tabela 39 - Relação do DGS com a NEBP .....	111
Tabela 40 - Relação do DGS com a MJBPD .....	111
Tabela 41 - Relação do DGS com o NJPBBPD.....	111
Tabela 42 - Relação do DGS com o LDJ .....	112
Tabela 43 - Relação do DGS com o PDJ .....	112
Tabela 44 - Relação do DGS com o RM.....	112
Tabela 45 - Relação do DGS com a NRN .....	113
Tabela 46 - Relação da REC com o MJBPD.....	113
Tabela 47 - Relação da REC com o NMBP.....	113
Tabela 48 - Relação da REC com o NJPBBPD .....	114

## Lista de Abreviaturas

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

**IP** – Instituto Politécnico

**GDUE** – Grupo Desportivo União Ericeirense

**SCUT** – Sport Clube União Torreense

**UDS** – União Desportiva de Santarém

**PSE** – Perceção Subjetiva de Esforço

**BP** – Bola Parada

**BPD** – Bola parada defensiva

**PLD** – Pontapé Livre Direto

**PLDD** – Pontapé Livre Direto Defensivo

**EBP** – Espacialização da Bola Parada

**MBP** – Marcação da Bola Parada

**MJBPD** – Método de Jogo da Bola Parada Defensiva

**JPBBPD** – Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas

**DBPD** – Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva

**FBPD** – Resultado Final da Bola Parada Defensivas

**LDJ** – Local do Jogo

**PDJ** – Partes do Jogo

**RM** – Resultado Momentâneo

**RN** – Relação Numérica

**CST** – Chi-Square Tests

**PCS** – Pearson Chi-Square

**FET** – Fisher’s Exact Test

## Agradecimentos

Começo por agradecer à Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM) e a todos os docentes do Mestrado em Treino Desportivo e da Licenciatura em Treino Desportivo, pois foram importantes no meu percurso académico que finaliza com a apresentação deste relatório.

Ao Professor Especialista Eduardo Teixeira, meu orientador académico, agradeço pela disponibilidade, compreensão, pela partilha de experiências e sobretudo pelo rigor exigido em todos os momentos fazendo com que tivesse de me superar, tornando o meu percurso académico e profissional mais rico.

Ao Filipe Antunes, treinador principal e meu orientador profissional, que esteve sempre disponível para me ajudar e que me fez crescer enquanto pessoa e treinador com as suas experiências e vivências. A ele agradeço pela confiança depositada, que abriram as portas para ingressar na equipa técnica do Sport Clube União Torreense e do União Desportiva de Santarém.

À restante equipa técnica, além de um grupo de imenso trabalho, criou-se uma amizade para a vida onde agradeço por todas as experiências vividas, pelas aprendizagens e pela confiança que sempre me deram.

A toda a equipa técnica que me acompanhou nesta jornada, um grande obrigado, o vosso trabalho foi um exemplo e também uma aprendizagem.

Ao Sport Clube União Torreense e ao União Desportiva de Santarém, agradeço a toda a direção, a todo o *staff* e colaboradores pela confiança e ajuda em tudo o que precisei. Aos jogadores agradeço as aprendizagens conjuntas, os momentos bons e também os menos bons que ultrapassámos juntos.

Um agradecimento especial à minha família e à minha namorada que sempre foram o meu maior suporte para que conseguisse cumprir os meus objetivos e continuasse a caminhar no sentido certo.

## Resumo

O presente documento consiste num relatório de estágio desenvolvido no âmbito do 2º ano do Mestrado em Treino Desportivo, com especialização em futebol, da Escola Superior de Desporto de Rio Maior.

O estágio foi realizado na equipa de Juniores Sub-19 do Sport Clube União Torreense, que disputou a 1ª Divisão do Campeonato Nacional Juniores Sub-19, e também na equipa sénior do União Desportiva de Santarém, que disputou o Campeonato de Portugal, onde foram desempenhadas funções de treinador adjunto.

O estudo desenvolvido teve como objetivo observar, codificar e analisar todos os lances de bola parada defensiva, nomeadamente o Pontapé Livre Direto Defensivo, durante a 1ª fase da 1ª Divisão do Campeonato Nacional Juniores Sub-19, em zonas laterais do campo (excluindo a zona central). Teve também como propósito a análise descritiva dos Pontapés Livres Diretos e também a verificação de diferenças significativas do golo sofrido, da recuperação de bola, da marcação da bola parada e da espacialização da bola parada com as variáveis analisadas. Pode-se verificar que existiram diferenças significativas em algumas das relações estudadas.

**Palavras-Chave:** Futebol, Estágio, Bolas Paradas Defensivas, Pontapé Livre Direto Defensivo

## Abstract

This document consists of an internship report developed under the 2nd year of the Master of Sports Training, with specialization in football, due to the Escola Superior de Rio Maior.

The internship was held in the Sport Clube União Torreense U-19 Juniors team, which played in the 1st Division of the Juniores U19 National Championship, and also in the Senior team of União Desportiva de Santarém, which played the Portuguese Championship, where functions were performed as an assistant coach.

The study developed, aimed at observing, coding and analyzing all throwing ball bids, namely the defensive direct kick, during the first phase of the 1st Division of the Juniores U-19 National Championship, in side zones (excluding the zone central). It was also intended for the descriptive analysis of direct free kicks and also the verification of significant differences in the scored goal, ball recovery, set ball marking and spatialization of the ball with the analyzed variables. It can be seen that there were significant differences in some of the relationships studied.

**Keywords:** Soccer; Internship, Defensive Set Pieces; Defensive free kick

## Parte I - Introdução

### 1. Enquadramento Geral

O relatório de estágio surge no âmbito da unidade curricular de Estágio, inserida no Mestrado em Desporto, com especialização em Treino Desportivo, na Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM), pertencente ao Instituto Politécnico (IP) de Santarém.

A unidade curricular de Estágio enquadra-se no segundo ano do Mestrado tendo como principal objetivo permitir a aplicação dos conhecimentos e competências adquiridos ao longo do percurso formativo dos estudantes através do seu enquadramento num contexto de intervenção prática. O estágio curricular teve a duração de uma época desportiva e foi acompanhado por um orientador designado pela ESDRM.

O estágio retratado neste relatório teve início no dia 27 de junho de 2022 e término a 16 de abril de 2023, com a orientação do Professor Especialista Eduardo Teixeira.

O relatório de estágio apresentado encontra-se dividido em quatro partes: 1) a Introdução; 2) o Estágio; 3) o Estudo “Observação e Análise dos Pontapés Livre Direto Defensivos” e 4) o Balanço Final do Estágio.

Na introdução, surge uma contextualização pessoal que tem como objetivo dar a conhecer o percurso do estagiário e as suas vivências.

Na segunda parte, é descrito e analisado os dois contextos de estágio em que o estagiário esteve inserido, passando pelo enquadramento histórico e competitivo dos clubes, pelas suas estruturas, pelas tarefas e funções desempenhadas e respetiva análise da atividade desenvolvida.

Na terceira parte, apresenta-se o estudo realizado, durante a época desportiva 2022/2023, com o tema “Observação e Análise dos Pontapés Livre Direto Defensivos”, com a seguinte estrutura: introdução, enquadramento teórico, apresentação do problema/objetivos, metodologia, apresentação e análise dos resultados e conclusões.

Na quarta e última parte do relatório, que corresponde ao Balanço Final do Estágio, são descritas e refletidas as questões sobre o percurso do estagiário, as dificuldades e as aprendizagens ao longo do ano e as conclusões relativamente ao estudo realizado.

## 1.1. Enquadramento Pessoal

Diogo André Gomes Filipe, nascido a 19 de outubro de 2000, natural de Queluz (Portugal), representou, desde as escolinhas (denominado na altura) até aos infantis Sub-12, o Grupo Desportivo União Ericeirense (GDUE), permaneceu na Associação Desportiva e Recreativa da Achada durante um ano no escalão Sub-13 e, por fim, esteve no Grupo Desportivo Igreja Nova durante 4 anos, dos Sub-15 aos Sub-17, terminando como juvenil de segundo ano.

A entrada no Ensino Superior aconteceu no ano de 2018, ingressando a Licenciatura de Treino Desportivo, na modalidade de futebol, da ESDRM, que pertence ao IP de Santarém. No decorrer da formação académica ocorreram diversas experiências, em pré-estágio iniciado em 2019 como treinador adjunto, no Núcleo Sportinguista de Rio Maior, no escalão de Traquinas (Sub-8), terminando a época mais cedo devido à pandemia Covid-19.

Na época seguinte, realiza o estágio de licenciatura, sendo o Núcleo Sportinguista de Rio Maior a entidade acolhedora, onde exerceu funções no escalão de juvenis (Sub-17) como treinador estagiário, complementando com a experiência de treinador principal no escalão de traquinas (Sub-8). Devido à pandemia Covid-19, as equipas de formação não competiram e o estagiário teve de integrar um escalão de seniores, decidindo integrar o clube da Sociedade Recreativa e Desportiva De Negrais, como treinador estagiário, onde competiu na 1ª Divisão da Associação de Futebol de Lisboa.

Terminando a licenciatura, e querendo adquirir mais conhecimento teórico e prático da modalidade de futebol, o estagiário ingressou o Mestrado em Treino Desportivo na ESDRM, dando seguimento ao seu percurso académico. Em simultâneo com esta oportunidade, exerceram-se funções no escalão de benjamins (Sub-11), como treinador adjunto e no escalão de petizes (Sub-7), como treinador principal no GDUE.

No ano 2022, iniciou-se o trajeto como estagiário no Sport Clube União Torreense (SCUT), na equipa de juniores (Sub-19), que disputava a 1ª Divisão do Campeonato Nacional Juniores Sub-19.

No término da 1ª fase da competição, foi recebido o convite para ingressar a equipa técnica sénior do União Desportiva de Santarém (UDS), que disputava o Campeonato de Portugal, como treinador adjunto. Com a saída do SCUT, considerou-se o estágio terminado, tendo os requisitos sido cumpridos, nomeadamente a presença em jogos oficiais de competição. Apesar do estágio ter terminado na altura da saída do SCUT, considerou-se que seria pertinente colocar no presente relatório algumas informações e tarefas realizadas no contexto do UDS.

## 1.2. Objetivos da intervenção profissional

Lembrando os objetivos traçados, realçam-se as aprendizagens e a melhoria de competências enquanto treinador de futebol. Alguns objetivos foram propostos pelos diretores desportivos para a equipa técnica, como criar uma equipa competitiva para garantir a manutenção na 1ª Divisão do Campeonato Nacional de juniores, sem nunca descorar o desenvolvimento dos jogadores, de forma a poderem potenciar as suas capacidades para poderem integrar a equipa principal sénior, sendo esse o principal objetivo do clube.

Procurou-se desenvolver os conhecimentos e competências em quatro níveis, sendo que são objetivos de caráter geral: formativos; pedagógicos; sociais e competitivos.

**Objetivos Formativos:** Implementar os conhecimentos adquiridos ao longo da formação académica (licenciatura e mestrado em treino desportivo, ambos os cursos realizados na ESDRM); desenvolver as competências práticas na área da intervenção em treino e em competição; desenvolver a capacidade crítica e reflexiva acerca do processo de treino e de jogo, assim como de outras áreas/temas com que se confrontam os treinadores de futebol diariamente, procurando momentos de partilha com outros intervenientes no processo de treino e de gestão do clube; desenvolver a capacidade de exposição perante a equipa técnica, jogadores, *staff* de apoio e diretivo e a minha capacidade de liderança principalmente nos momentos de treino.

**Objetivos Pedagógicos:** ser assíduo e pontual em todas as atividades desenvolvidas; procurar aplicar os conhecimentos e competências adquiridas na formação e nas experiências passadas no sentido de adequar a intervenção perante a equipa técnica, os jogadores e o *staff* de apoio; intervir com linguagem científica e técnica com os treinadores; intervir com linguagem técnica e simples junto dos atletas e desenvolver as competências técnicas, táticas, técnico-táticas, físicas e psicossociais dos atletas.

**Objetivos Sociais:** estabelecer uma relação positiva, de respeito, de compromisso e de amizade com todos os treinadores, atletas, diretores/delegados, técnicos de saúde (massagista e fisioterapeuta) da entidade acolhedora; estabelecer uma relação profissional próxima dos atletas mostrando o interesse em contribuir para o seu desenvolvimento; alargar a rede de contactos; conhecer o contexto social do clube, respeitá-lo e dignificá-lo.

**Objetivos Competitivos:** terminar a época desportiva com a manutenção assegurada, fazendo com que o clube se mantenha na 1ª Divisão do Campeonato Nacional Jun. A. Na primeira fase do campeonato obter 10 vitórias, ter uma série de 3 vitórias consecutivas, uma série de 5 jogos sem perder e 8 *clean sheets*, ou seja, 8 jogos sem sofrer golo.

## Parte II - O Estágio

Esta parte encontra-se dividida em dois momentos de reflexão inerentes a cada um dos contextos da época desportiva de 2022/2023.

O primeiro contexto de estágio foi durante o período preparatório, e toda a 1ª fase do período competitivo, na equipa júnior do SCUT como treinador adjunto. A equipa disputava a série sul da 1ª Divisão do Campeonato Nacional Juniores Sub-19, tendo havido participação no total de 22 jornadas do campeonato.

Após o término da 1ª fase, terminou-se a colaboração com o SCUT, acompanhando a saída de alguns elementos da equipa técnica. O primeiro contexto durou desde o dia 15 de junho de 2022 até ao dia 28 de janeiro de 2023.

A integração neste segundo contexto de estágio ocorreu a 1 de fevereiro de 2023 e decorreu até ao final da temporada, dia 16 de abril de 2023. O segundo contexto decorreu como treinador adjunto da equipa principal do UDS, que competia na série C do Campeonato de Portugal.

### 1. Contextualização da entidade de estágio (SCU Torreense)

#### 1.1. Contextualização do clube

O Sport Clube União Torreense, fazendo parte do concelho de Torres Vedras e do distrito de Lisboa, foi fundado no dia 1 de maio de 1917 e em 1925 foi inaugurado o Estádio Manuel Marques, na cidade de Torres Vedras.

O símbolo do SCUT tem o formato de um escudo azul e grená, com um castelo de ouro, composto por duas torres unidas por um pano de muralha com a sua porta de vermelho, cobertas e rematadas por duas bandeiras e encimadas por duas estrelas, que, ao centro, acompanham o escudete das quinas. Há ainda um mural de ouro com cinco torres.



Figura 1 - Distrito de Lisboa



Figura 2 - Concelho de Torres Vedras



Figura 3 - Símbolo do Sport Clube União Torreense

Apesar do clube pertencer ao distrito de Lisboa, durante muito tempo disputou as competições da Associação de Futebol de Leiria. Em 1937 fazendo parte da Associação de Futebol de Leiria, sendo de imediato um clube de destaque, foi campeão distrital 10 vezes. Posteriormente, acabaria por se filiar na Associação de Futebol de Lisboa, conseguindo também feitos relevantes.

A nível Nacional, o destaque vai para a presença na Final da Taça de Portugal na temporada 55/56 diante do FC Porto, e para a estreia nessa mesma época na 1ª Divisão Nacional onde se manteve durante quatro anos.

Apenas a partir da década de 40 é que o clube passa a participar nas competições da Associação de Futebol de Lisboa. A nível de palmarés o SCUT destaca-se por ter vencido o Campeonato Nacional da 2ª Divisão em 1954/1955 e em 1990/1991; ser o finalista da Taça de Portugal em 1955/1956; e ter vencido a zona sul do Campeonato Nacional da 2ª Divisão em 1963/1964.

O clube celebrou o seu centenário em 2017, contando com a presença do Sr. Presidente da República, Professor Marcelo Rebelo de Sousa, inaugurando o campo nº 2 do Estádio Manuel Marques. Em relação à estrutura, é composta por uma direção, liderada por Mário Miranda e apoiada por um Conselho Fiscal e uma Mesa de Assembleia Geral. O Coordenador Geral do Futebol, tem a tarefa de supervisionar o Coordenador Técnico de Futebol de Formação e está diretamente ligado ao Departamento de Futebol Profissional. O Coordenador Geral do Futebol orienta ainda o Departamento de Secretariado Técnico, o Departamento de Logística e o Departamento Clínico. A Coordenação Técnica do Futebol Formação tem a tutela do

Departamento de Recrutamento, do Departamento da Análise de Jogo, do Departamento do Futebol Infantil, do Departamento do Futebol Juvenil, do Departamento do Futebol Feminino, do Departamento de Guarda-Redes e do Departamento Psico-Pedagógico, englobando a área da Psicologia e a área escolar.

Na formação, o clube tem 12 equipas, dispostas pelos vários escalões em masculino e feminino. O SCUT tem ao seu dispor, para todos os escalões de formação e seniores vários campos para treinar e jogar.

Após a avaliação realizada pela Federação Portuguesa de Futebol, a mesma, classificou o Sport Clube União Torreense como Entidade Formadora Certificada com 4 estrelas.

## **1.2. Infraestruturas e Recursos Materiais**

Em relação àquilo que eram as infraestruturas do clube, a equipa dos Sub-19 do SCUT tinha à sua disposição um campo sintético, o Parque Desportivo Maximino Franco Dos Santos (A Dos Cunhados), local onde se realizaram a maior parte dos treinos e também dos jogos competitivos. Este espaço desportivo tinha à sua disposição cinco balneários (um para a equipa sénior do clube (A Dos Cunhados), três para atletas e um para treinadores, este para a equipa de arbitragem em dia de competição), espaço para arrumo de material desportivo, posto médico e bar. Na parte final da época o clube completou a construção dos campos sintéticos feitos para o projeto da Academia Torreense, campos estes que começaram a ser utilizados alternadamente com o campo de A Dos Cunhados, quer para os treinos quer para os jogos de competição. Para jogos de competição que seriam realizados em relva natural a equipa treinou num campo de apoio de relva natural do Estádio Manuel Marques para ambientação do piso. A equipa tinha também à sua disposição duas carrinhas de nove lugares e um autocarro para deslocações em dias de jogo.

O clube tem um ginásio com poucos equipamentos que possibilitem o melhor desenvolvimento físico dos atletas, no entanto, tem protocolos com ginásios na cidade de Torres Vedras para os jogadores puderem treinar acompanhados.

Ao nível dos recursos materiais, a equipa teve à sua disposição duas balizas de futebol 11 (duas balizas fixas), 2 balizas de futebol 11 móveis, 4 balizas de futebol 7 móveis, oito balizas de futebol 5, duas mini balizas; sinalizadores (multicores), oito barreiras de salto, doze varas, cinco escadas de coordenação, coletes (multicores), vinte e cinco bolas (quinze oficiais – as únicas permitidas para jogos do campeonato e outras dez bolas para treino); oito mini barreiras,

dez arcos, vinte cones, uma caixa pliométrica, uma bola medicinal. No que diz respeito a equipamentos de treino, os atletas utilizaram os têxteis cedidos pelo clube.

As infraestruturas e os recursos materiais foram suficientes e tinham a qualidade esperada para os jogos e para os exercícios de treino. A melhoria relativa a material que pudesse ajudar a maximização do trabalho no treino, seriam barreiras para que os jogadores pudessem treinar as bolas paradas ofensivas, nomeadamente, os livres diretos e indiretos.

### 1.3. Contextualização da equipa

#### 1.3.1. Equipa técnica e staff de apoio

A equipa técnica iniciou a sua primeira época desportiva no clube começando o planeamento da época desportiva 2022/2023 no mês de junho de 2022.

A equipa técnica foi composta por 7 elementos: treinador principal, treinador adjunto, treinador adjunto/preparador físico, treinador adjunto/analista, treinador principal de guarda-redes, treinador adjunto de guarda-redes e o treinador estagiário.

O staff de apoio era composto ainda por dois fisioterapeutas, o delegado, uma psicóloga e o diretor desportivo.

Tabela 1 - Caracterização da equipa técnica e staff do SCUT

<b>Nome: Treinador 1</b>	Data Nascimento: 1990-10-29 (33 anos)
Função: Treinador Principal	Clube anterior: CF Estrela da Amadora SAD
Comentário: Treinador Principal pela primeira vez na sua carreira, mas com uma vasta experiência em termos de funções, tendo passado por preparador físico e treinador adjunto em clubes como o Sporting CP, o CF Estrela da Amadora e o SCU Torreense. Detentor do nível II.	
<b>Nome: Treinador 2</b>	Data Nascimento: 1998-08-02 (25 anos)
Função: Treinador Adjunto	Clube anterior: Sporting Clube Lourinhanense
Comentário: Com passagem pelo Lourinhanense, tendo treinado equipas da formação, no escalão de Benjamins (Sub-10) e também a equipa Sub-21. Treinador com formação académica na modalidade de futebol e também em condição física. Possui o nível I.	
<b>Nome: Diogo Filipe</b>	Data Nascimento: 2000-10-19 (23 anos)
Função: Treinador Estagiário	Clube anterior: GDU Ericeirense
Comentário: Treinador Adjunto pela primeira vez num escalão de Sub-19. Com passagem por equipas da formação no NS Rio Maior e no GDU Ericeirense. Atuou como treinador adjunto na equipa sénior da SRD Negrais. Tem formação académica na modalidade de futebol. Possui o nível I.	
<b>Nome: Treinador 4</b>	Data Nascimento: 1990-05-09 (33 anos)
Função: Treinador Adjunto/Analista	Clube anterior: Sport União Sintrense

Comentário: Vasta experiência como observador e analista de jogos em diversos clubes de futebol. Não tendo formação académica ou associativa na área do treino, desenvolveu as suas capacidades e competências ao longo dos diversos anos enquanto observador e analista desta modalidade.	
<b>Nome: Treinador 5</b>	Data Nascimento: 1998-04-04 (24 anos)
Função: Treinador Adjunto/Preparador Físico	Clube anterior: Sem clube
Comentário: Treinador Adjunto pela primeira vez numa equipa de futebol. Atuou como jogador de futebol pelo SCU Torreense nos escalões de formação. Não possui formação académica ou associativa na modalidade de futebol, mas é licenciado em condição física.	
<b>Nome: Treinador 6</b>	Data Nascimento: 1979-12-05 (42 anos)
Função: Treinador Principal de Guarda-Redes	Clube anterior: SCU Torreense
Comentário: Vasta experiência como Treinador de Guarda-Redes e também como Coordenador da Formação de Guarda-Redes no SCU Torreense. Não tendo formação académica, desenvolveu as suas competências fazendo cursos na área do treino, em específico no treino de Guarda-Redes.	
<b>Nome: Treinador 7</b>	Data Nascimento: 2001-11-25 (20 anos)
Função: Treinador Adjunto de Guarda-Redes	Clube anterior: Sem clube
Comentário: Treinador de Guarda-Redes que auxilia no treino e no jogo o Treinador Principal de Guarda-Redes. Sendo que, se este se encontra indisponível devido a trabalho pessoal, o treinador assume as funções.	
<b>Nome: Fisioterapeuta 1</b>	Data Nascimento: 1999-04-17 (24 anos)
Função: Fisioterapeuta	Clube anterior: SCU Torreense
Comentário: Fisioterapeuta presente nos treinos e jogos da equipa. Atuou como jogador de futebol pelo SCU Torreense nos escalões de formação. Não possui formação académica ou associativa na modalidade de futebol, mas é licenciado em condição física.	
<b>Nome: Fisioterapeuta 2</b>	Data Nascimento: 1997-01-14 (26 anos)
Função: Fisioterapeuta	Clube anterior: SCU Torreense
Comentário: Fisioterapeuta presente nos treinos e jogos da equipa. Não possui formação académica ou associativa na modalidade de futebol, mas é licenciado em condição física. Atuou como fisioterapeuta noutras equipas da formação e também na equipa principal do SCU Torreense.	
<b>Nome: Delegado</b>	Data Nascimento: 1973-04-10 (50 anos)
Função: Delegado	Clube anterior: SCU Torreense
Comentário: Delegado presente nos treinos e jogos da equipa. Atuou como jogador de futebol pelo SCU Torreense nos escalões de formação. De toda a equipa técnica e <i>staff</i> é a pessoa com mais anos na estrutura do clube.	
<b>Nome: Psicóloga</b>	Data Nascimento: 1993-04-30 (30 anos)
Função: Psicóloga	Clube anterior: SCU Torreense
Comentário: Psicóloga presente nos treinos da equipa. Nos jogos da equipa por vezes ia a estagiária da área da psicologia. Atuou como fisioterapeuta noutras equipas da formação e também na equipa principal do SCU Torreense.	
<b>Nome: Diretor Desportivo</b>	Data Nascimento: 1975-05-27 (48 anos)
Função: Diretor Desportivo	Clube anterior: Clube Desportivo Trofense
Comentário: Diretor desportivo que atuou como jogador profissional de futebol. Como diretor desportivo desempenhou funções também na equipa principal do SCU Torreense.	

De seguida, são apresentadas as tarefas realizadas por cada elemento da equipa técnica (com exceção do treinador estagiário) e dos elementos do *staff* de apoio.

**a) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 1 – Treinador Principal:**

- Planeamento do macrociclo, dos mesociclos, dos microciclos e das unidades de treino;
- Organização do modelo de jogo e modelo de treino;
- Supervisão das tarefas desenvolvidas da restante equipa técnica e *staff* de apoio;
- Operacionalização e condução de exercícios de treino;
- Realização das palestras em dia de jogo;
- Realizações da *flash interview* após os jogos competitivos.

**b) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 2 – Treinador Adjunto:**

- Análise da própria equipa;
- Delinear estratégias de jogo juntamente com o treinador principal;
- Operacionalização de tarefas de treino secundárias ou até mesmo tarefas de treino principais (caso o treinador principal esteja em visualização superior);
- Apresentar sugestões para esquemas táticos ofensivos e defensivos;
- Realização do treino complementar técnico, nomeadamente o desenvolvimento técnico individual e a definição de aspetos de melhoria.

**c) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 4 – Analista:**

- Análise do adversário;
- Construção da base de dados para *scouting*;
- Ajuda complementar em treino ou de observação externa/filmagem;
- Apresentar propostas de estratégia para o jogo;
- Multimédia e audiovisuais;
- Mostrar indicadores táticos coletivos – controlo tático da competição.

**d) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 5 – Preparador Físico:**

- Preparação física da equipa;
- Desenvolvimento do trabalho físico individual e coletivo com sessões de 30 minutos antes do treino e grupos no pós-treino (até 30 minutos);
- Responsável pelo controlo da carga de treino utilizando os indicadores de perceção subjetiva de esforço (PSE), Bem-estar, DOMS, Hidratação e Sono;
- Realização das dinâmicas de carga nos microciclos juntamente com o treinador principal;

- Ligação direta com o posto médico;
- Realização do aquecimento e de atividades de otimização das qualidades físicas;
- Responsável pelo material do ginásio (realização do inventário);
- Controlo do treino físico e da composição corporal dos jogadores.

**e) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 6 – Treinador Principal de Guarda-**

**Redes:**

- Responsável pelo treino dos guarda-redes;
- Trabalho com os guarda-redes de forma individual, apoio e *feedback* durante as situações coletivas (trabalho integrado);
- Próximo do treinador principal no aconselhamento e gestão de eventuais conflitos de grupo;
- Proximidade inteligente com os jogadores, em prol da equipa;
- Responsável por apresentar ideias para dinamização/decoração do espaço assim como de tarefas que desenvolvam o espírito de grupo.

**f) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 7 – Treinador Adjunto de Guarda-**

**Redes:**

- Ajuda na organização do treino;
- Auxílio na realização de fichas de treino e de microciclo;
- Apoio direto ao treinador principal de guarda-redes no planeamento do treino;
- Operacionalização de tarefas secundárias em treino.

**g) Descrição das tarefas desenvolvidas pelos Fisioterapeutas 1 e 2:**

- Indicação até 30 minutos antes do treino sobre a condição física dos jogadores;
- Massagens musculares de pré-ativação;
- Presença durante a sessão de treino para auxílio imediato em caso de lesão;
- Realização de tratamento no posto médico aos jogadores lesionados;
- Planeamento e realização de exercícios em campo após lesão de um jogador (caso seja necessário);
- Exercícios de fortalecimento muscular após lesão de um jogador.

**h) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Delegado:**

- Responsável pela organização e logística do treino e do jogo;
- Responsável pela organização de logística de hotéis e refeições em dias de jogo.
- Responsável pela receção à equipa de arbitragem.

**i) Descrição das tarefas desenvolvidas pela Psicóloga:**

- Indicação de impressões dos jogadores, recolhidas durante os treinos;
- Realização de questionários relativos ao tema da psicologia para retirar ilações do mesmo;
- Realização de atividades relacionadas com a coesão de grupo.

**j) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Diretor Desportivo:**

- Participação ativa na constituição do plantel;
- Conselheiro desportivo relativamente à prestação da equipa em jogo;
- Responsável máximo diretivo no acompanhamento da equipa.

As tarefas que cada elemento da equipa técnica desempenhou foram definidas pelo treinador principal. Este pensou nas características e valências de cada elemento para definir as tarefas, pensadas para uma melhor organização individual e coletiva da equipa técnica com os seus intervenientes. Considera-se que esta divisão das tarefas foi importante para que cada um soubesse aquilo que era pedido logo no início da temporada e para uma melhor organização entre todos os elementos. As tarefas dos elementos do *staff* de apoio, definidas pelo clube, foram vistas e analisadas em conjunto com o treinador principal.

Destaca-se a capacidade do treinador principal na orientação e também na monitorização dada aos elementos da equipa técnica e do *staff* de apoio para que as tarefas de cada elemento estivessem sempre em dia, fazendo com que tudo estivesse praticamente sempre operacional. Esta boa gestão por parte do treinador principal em conjunto com o empenho colocado na realização das tarefas por parte dos elementos de todo o *staff*, fez com que todo o processo durante a época fosse o mais eficaz.

### 1.3.2. Constituição do plantel

A época desportiva foi desde cedo desafiante, onde transitaram para a temporada 2022/2023, 16 jogadores que passaram pela formação do SCUT, sendo que, os restantes 14 jogadores foram contratados este ano a equipas como o Sporting CP, SL Benfica, GD Estoril Praia, UD Leiria, CD Tondela, Os Belenenses e ao Vitória SC.

O plantel tinha na sua constituição 3 guarda-redes (GR), 5 defesas centrais (DC), 5 defesas laterais (DL), 2 médios defensivos (MDef), 6 médios centro (MC), 2 médios ofensivos (MO), 4 extremos (EXT) e 3 avançados (AV). A média de idades situou-se nos 17,93 anos. A média de altura da equipa situou-se nos 179,5 centímetros (Cm) e a média de peso situou-se nos 72,0 quilogramas (Kg).

O principal objetivo na construção do plantel foi criar um plantel jovem para o escalão em que se ia competir, mas que fosse bastante competitivo, tentando atingir os primeiros quatro lugares da tabela classificativa. A construção primeiramente foi baseada num 11 forte com uma mistura de jogadores que já tinham competido nesta competição e no escalão de juniores e com jogadores que eram pela primeira vez juniores (de primeiro ano), mas que tinham estado a jogar em equipas de Sub-17 que tivessem competido na 1ª Divisão do Campeonato Nacional Juniores Sub-17. Estes jogadores de primeiro ano foram escolhidos pela equipa técnica com base em características diferenciadoras, como por exemplo, um extremo muito veloz, um extremo de pé esquerdo com qualidades técnicas muito diferenciadas que pudesse realizar movimentos interiores, um médio com uma qualidade técnica elevada e um lateral que fosse ofensivo e pudesse dar largura ao jogo ofensivo.

Durante a época, após a construção do plantel, a equipa técnica tentou sempre implementar as suas ideias nos jogadores, coletivamente e individualmente, e também maximizar a sua forma física para que pudessem ter um maior rendimento durante os jogos de competição. As ideias coletivas e individuais foram tendo algumas alterações, após um melhor conhecimento das capacidades técnico-táticas dos jogadores. Para controlar a forma física dos jogadores, o peso dos mesmos foi uma das ferramentas controlada semanalmente para que cada um pudesse melhorar a cada semana a sua forma física para obter um melhor rendimento na competição.

Tabela 2 - Caracterização do plantel do SCUT

Jogador	Idade	Posição	Altura	Peso	Anos de Clube
Jogador 1	2005-04-11 (17 anos)	Guarda-Redes	1,92	71,4	2
Jogador 2	2005-07-11 (17 anos)	Extremo Direito	1,70	65,3	1
Jogador 3	2004-04-09 (18 anos)	Extremo Esquerdo	1,66	60,9	1
Jogador 4	2005-06-12 (17 anos)	Médio Defensivo	1,70	72,8	1
Jogador 5	2004-01-12 (18 anos)	Médio Centro	1,76	68,2	Contratação
Jogador 6	2004-04-22 (18 anos)	Defesa Central	1,85	77,6	Contratação
Jogador 7	2005-10-20 (16 anos)	Médio Ofensivo	1,78	71,7	2
Jogador 8	2005-01-27 (17 anos)	Defesa Direito	1,82	71,8	Contratação
Jogador 9	2005-01-12 (17 anos)	Guarda-Redes	1,82	74,7	Contratação
Jogador 10	2004-09-25 (18 anos)	Médio Centro	1,69	62,7	Contratação
Jogador 11	2004-02-26 (18 anos)	Defesa Central	1,85	80,0	Contratação
Jogador 12	2004-01-10 (18 anos)	Guarda-Redes	1,90	92,1	3
Jogador 13	2005-04-06 (17 anos)	Defesa Esquerdo	1,72	66,6	Contratação
Jogador 14	2005-07-06 (17 anos)	Avançado	1,83	72,9	2
Jogador 15	2005-02-11 (17 anos)	Defesa Central	1,90	76,3	Contratação
Jogador 16	2005-08-20 (17 anos)	Defesa Direito	1,63	62,7	8
Jogador 17	2005-04-16 (17 anos)	Médio Centro	1,85	74	3
Jogador 18	2005-06-01 (17 anos)	Avançado	1,75	75,9	2
Jogador 19	2004-04-21 (18 anos)	Médio Defensivo	1,80	70,4	1
Jogador 20	2004-01-22 (18 anos)	Médio Centro	1,68	66,6	1
Jogador 21	2004-05-31 (18 anos)	Defesa Central	1,84	67	2
Jogador 22	2004-06-02 (18 anos)	Defesa Central	1,86	70,5	Contratação
Jogador 23	2004-02-22 (18 anos)	Defesa Esquerdo	1,84	76,0	4
Jogador 24	2005-06-27 (17 anos)	Médio Centro	1,8	72,7	2
Jogador 25	2005-02-28 (17 anos)	Avançado	1,75	67,0	5
Jogador 26	2004-11-22 (17 anos)	Avançado	1,91	76,1	Contratação
Jogador 27	2004-03-16 (18 anos)	Avançado	1,80	69,7	Contratação
Jogador 28	2004-02-19 (18 anos)	Extremo Direito	1,73	74,1	Contratação
Jogador 29	2005-08-18 (17 anos)	Avançado	1,95	78,1	Contratação
Jogador 30	2005-11-02 (16 anos)	Defesa Direito	1,75	75,2	Contratação

*Tabela 3 - Caracterização geral do plantel do SCUT*

Variável	Média	Mínimo	Máximo
Idade (Anos)	17,93	16	18
Altura (Cm)	179,5	163	195
Peso (Kg)	72,0	61	92

No que diz respeito à contratação dos jogadores da equipa, considera-se que se teve algumas lacunas no que toca ao planeamento, tendo jogadores em excesso para determinadas posições, nomeadamente a posição de defesa central e a de médios.

O número elevado de jogadores, por vezes excessivo, dificultou as unidades de treino. Por exemplo, em exercícios coletivos de Gr+10x10+Gr, havia cerca de 5/6 jogadores que, enquanto esperavam para trocar, corriam à volta do campo ou tinham um trabalho complementar, na maior parte das vezes exercícios de finalização. Este número de jogadores elevado deveu-se também que vinham à experiência durante alguns momentos da época, nomeadamente em momentos cruciais do período competitivo. Os jogadores que vinham à experiência, na maior parte das vezes, através de agentes que afirmavam que os seus jogadores poderiam fazer a diferença na nossa equipa, acabaram por fazer dois ou três treinos e após decisão da equipa técnica, praticamente todos os jogadores que vieram à experiência não se tornaram jogadores da equipa.

Ao longo da época desportiva, a equipa teve a saída de três jogadores, dois guarda-redes e de um defesa central. Estas saídas comunicadas, pelos jogadores em questão, diretamente com o treinador principal, deveram-se ao facto de os jogadores não terem tido minutos ao longo da época, procurando outros clubes para poderem ter minutos. No caso dos dois guarda-redes, não tiveram minutos na competição devido ao facto do guarda-redes titular demonstrar sempre mais qualidade e confiança para estar entre os postes. Foram dadas oportunidades em jogos de treino para estes dois guarda-redes, mas a opção da equipa técnica foi manter o guarda-redes que considerou o mais capacitado para defender a baliza da equipa. No caso do defesa central, a situação é idêntica à anterior, onde os outros quatro centrais foram sendo opções para titulares e suplentes utilizados. Este central enfrentou uma paragem de três semanas devido a lesão, o que dificultou ainda mais a possibilidade de entrar para as opções da equipa técnica. Além de se considerar o jogador inferior em termos técnico-táticos em relação aos seus colegas de posição, também se considerou que foi perdendo também ritmo competitivo, levando a que

o jogador quisesse sair em busca de um novo clube onde pudesse ter mais minutos de jogo em competição.

Importa salientar que, ao longo da época, houve uma aposta em jogadores que faziam parte do plantel da equipa de juvenis (Sub-17) que competiram na 1ª Divisão do Campeonato Nacional Juniores Sub-17. A partir da segunda metade da época, houve nomeadamente dois jogadores que começaram a integrar com mais regularidade os treinos da equipa de juniores. Esta integração no plantel dos juniores além de se dever à qualidade técnico-tática e às exibições demonstradas nos jogos de competição pelos juvenis, deveu-se à necessidade de, em determinadas posições, ter jogadores com características diferentes dos jogadores que faziam parte do plantel de juniores. Estes jogadores foram amadurecendo a treinar e a jogar com colegas mais velhos e com outros tipos de experiências.

### 1.3.3. Enquadramento Competitivo

O Campeonato Nacional Sub-19 I Divisão na época desportiva 2022/2023 foi disputado por 24 clubes: os 18 clubes que asseguraram a manutenção do Campeonato Nacional da I Divisão de Sub-19 da época 2021/22 e os seis clubes que Subiram do Campeonato Nacional da II Divisão de Sub-19 da época 2021/2022, sendo o Torreense um dos 6 clubes que garantiu a Subida a esta campeonato na época 2021/2022. A prova foi composta por duas fases: a 1ª Fase e a 2ª Fase – Apuramento de Campeão (fase não alcançada) e 2ª Fase – Manutenção e Descida (fase disputada pela equipa, mas que não foi realizada pelo estagiário).

**1ª fase** – Esta fase foi disputada por 24 clubes, que são divididos em duas séries (Norte e Sul) de 12 clubes cada, distribuídos de acordo com a sua localização geográfica, nos termos regulamentares, estando o clube do SCUT integrado na série sul. Por participarem apenas clubes de uma das Regiões Autónomas foram distribuídos na série mais próxima do aeroporto de Lisboa (série sul). Em cada série os clubes jogaram entre si duas vezes e por pontos, uma na qualidade de visitado e outra na qualidade de visitante, conforme sorteio. Os quatro clubes melhor classificados de cada série, num total de oito clubes, apuraram-se para a 2ª Fase – Apuramento de Campeão. Os restantes 16 clubes apuraram-se para a 2ª Fase – Manutenção e Descida, transitando para a 2ª Fase com o mesmo número de pontos obtidos na 1ª Fase, sendo este o caso do SCUT que terminou no sétimo lugar com 28 pontos em 22 jogos.

**2ª fase – Manutenção e Descida** – Esta fase foi disputada por 16 clubes, que foram divididos em duas séries de oito clubes cada e distribuídos de acordo com a sua localização geográfica, nos termos regulamentares. Em cada série os clubes jogaram entre si duas vezes e por pontos,

uma na qualidade de visitado e outra na qualidade de visitante, conforme sorteio. Os três clubes últimos classificados de cada uma das séries (Norte e Sul), num total de seis clubes, desceram automaticamente ao Campeonato Nacional Sub-19 II Divisão. Os restantes clubes asseguraram a manutenção na prova.

**2ª fase – Apuramento de Campeão** – Esta fase foi disputada por oito clubes, que jogaram entre si duas vezes e por pontos, uma na qualidade de visitado e outra na qualidade de visitante, conforme sorteio, para apuramento do Campeão. Os oito clubes asseguraram a manutenção na prova.

#### 1.3.4. Análise da competição

O diretor desportivo informou que os objetivos passavam por conseguir a manutenção no Campeonato Nacional Sub19 1ª Divisão, sendo que houve subida na época anterior, querendo manter a equipa na mais alta competição no escalão de Sub-19.

Internamente (*staff* e jogadores), assumiram como objetivo alcançar os lugares (os quatro primeiros) de acesso à qualificação - Apuramento de Campeão.

A primeira fase do campeonato, iniciou-se a 6 de agosto de 2022, onde contou com 22 jogos, tendo a equipa terminado em 7º lugar, com 8 vitórias, 4 empates e 10 derrotas, marcando 31 golos e sofrendo 34, dando um total de 28 pontos, como se pode verificar na figura 4.

A primeira volta teve períodos de maior dificuldade para a equipa, onde não foram conseguidos resultados consistentes, tendo conseguido somar apenas 3 vitórias, 2 empates e 6 derrotas, perfazendo 11 pontos nos 11 jogos realizados.

Na segunda volta a equipa conseguiu dar uma melhor resposta, estando com mais rotinas de trabalho e continuando ao alcance aquele que era o objetivo interno de acabar a primeira fase nos primeiros quatro lugares. Nesta volta, a equipa teve a sua melhor série de resultados, contabilizando 6 jogos sem perder (4 vitórias e 2 empates). Conseguiu nesta segunda volta somar 5 vitórias, 2 empates e 4 derrotas, perfazendo 17 pontos nos 11 jogos realizados.

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Benfica	48	22	15	3	4	69	29	+40
2	Sporting	47	22	14	5	3	40	16	+24
3	FC Alverca	42	22	12	6	4	43	36	+7
4	Estoril Praia	35	22	10	5	7	28	35	-7
5	Académica OAF	35	22	10	5	7	32	29	+3
6	Belenenses	34	22	9	7	6	32	23	+9
7	Torreense	28	22	8	4	10	31	34	-3
8	Marítimo	22	22	5	7	10	19	33	-14
9	Casa Pia AC	21	22	6	3	13	22	46	-24
10	Nacional	20	22	5	5	12	26	39	-13
11	Vitória FC	20	22	5	5	12	28	36	-8
12	Vilafranquense	14	22	3	5	14	19	33	-14

Figura 4 - Tabela Classificativa do Campeonato Nacional Sub19 - 1ª Divisão

#### 1.4. Funções e Tarefas desempenhadas

Neste ponto são descritas as tarefas realizadas pelo treinador estagiário na equipa Sub-19 do SCUT.

### 1.4.1. Treino (Planeamento, Operacionalização e Condução do Treino)

- Realizar plano de treino no computador para posteriormente ser impresso e ter o treino em papel para a unidade de treino (figura 5 e 6);

Jogadores		Fase Inicial	TE	TTA																																																																																	
 <p><b>Sport Clube União Torreense</b></p> <p><b>Plano de Unidade de Treino</b></p> <p><b>Época: 2022 / 2023</b></p> <p><b>Equipa: Juniores Sub-19</b> <b>Competição: Campeonato Nacional 1º Divisão</b></p>		<p><b>Objetivos Principais:</b> Princípios Ofensivos e Defensivos</p> <p><b>Dimensão Tática:</b> OD – Bloco Médio e Bloco Alto Transição Defensiva</p> <p><b>Dimensão Técnica:</b> Ações técnicas ofensivas e defensivas</p> <p><b>Dimensão Física:</b> Força Resistente</p> <p><b>Dimensão Psicológica:</b> Confiança e Personalidade</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="7">MATERIAL</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Bolas: 20</td> <td>Escadas:</td> <td colspan="5">Varas:</td> </tr> <tr> <td>Sinalizadores: 8</td> <td colspan="5">Balizas:</td> </tr> <tr> <td>Pinos:</td> <td>Marcas:</td> <td colspan="4">Mini Balizas:</td> </tr> <tr> <td>Coletes: 10</td> <td colspan="5">Outro:</td> </tr> <tr> <td colspan="7">Treino nº: 135 (J-3)</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Mesociclo nº: 6</td> <td colspan="4">Microciclo nº: 29</td> </tr> <tr> <td colspan="7">Próximo Adversário: Académica</td> </tr> <tr> <td colspan="7">Local: Torres Vedras (106m x 68m)</td> </tr> <tr> <td colspan="3">Data: 11/01/2023</td> <td colspan="4">Hora: 20:00h</td> </tr> <tr> <th>SEG</th> <th>TER</th> <th>QUA</th> <th>QUI</th> <th>SEK</th> <th>SAB</th> <th>DOM</th> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td>X</td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </tbody> </table>		MATERIAL							Bolas: 20	Escadas:	Varas:					Sinalizadores: 8	Balizas:					Pinos:	Marcas:	Mini Balizas:				Coletes: 10	Outro:					Treino nº: 135 (J-3)							Mesociclo nº: 6			Microciclo nº: 29				Próximo Adversário: Académica							Local: Torres Vedras (106m x 68m)							Data: 11/01/2023			Hora: 20:00h				SEG	TER	QUA	QUI	SEK	SAB	DOM			X				
MATERIAL																																																																																					
Bolas: 20	Escadas:	Varas:																																																																																			
Sinalizadores: 8	Balizas:																																																																																				
Pinos:	Marcas:	Mini Balizas:																																																																																			
Coletes: 10	Outro:																																																																																				
Treino nº: 135 (J-3)																																																																																					
Mesociclo nº: 6			Microciclo nº: 29																																																																																		
Próximo Adversário: Académica																																																																																					
Local: Torres Vedras (106m x 68m)																																																																																					
Data: 11/01/2023			Hora: 20:00h																																																																																		
SEG	TER	QUA	QUI	SEK	SAB	DOM																																																																															
		X																																																																																			
<p><b>Palavras Chave no discurso de todos no treino:</b> Trabalhar e Sofrer Muito Temos Objetivos</p>			<p><b>Observações:</b></p>																																																																																		
<p>Total de Jogadores: 24 + 2</p>		<p><b>Mobilidade + Prevenção Core + MS</b></p> <p><b>Exercício de Passe</b></p> <p><b>Objetivo:</b> Ações Técnicas – Passe e receção orientada; Combinações diretas e indiretas <b>Espaço:</b> 30m x 30m (x2) <b>Crítérios Êxito:</b> Deslocamento para a bola, posição corporal (tronco) na direção do posterior passe, receção com parte interna do pé, temporização dos movimentos para receber a bola e temporização dos passes. <b>Funções e Tarefas dos Treinadores durante o ET:</b> - Tempo e Feedback; Feedback e ver de bolas; -Feedback e ver de bolas;</p>		<p>10' 5'</p> <p>10' 15'</p> <p>12'</p> <p>30'</p> <p><b>GR : 0</b></p>																																																																																	
		<p><b>Fase Principal</b></p> <p><b>Posse de bola com movimento de rutura</b></p> <p><b>Objetivo:</b> Movimentos de rutura <b>Objetivos Complementares:</b> Transição defensiva (reação à perda da bola) <b>Forma:</b> (4 x 4) + 4AP (x2) <b>Espaço:</b> 20m + (17m x 17m) + 20m (x2) <b>Descrição:</b> Equipa em situação de 4 contra 4 com 4 apoios tenta manter a posse. Após a equipa em posse <b>fizer 5 passes tentam jogar com os apoios para realizar apoio frontal para poder fazer um passe em rutura ou passam aos apoios no corredor lateral para poderem fazer um passe em rutura</b> para um jogador de dentro da posse aparecer e em profundidade e fazer golo na mini baliza. Equipa que defende tenta recuperar bola e quando o fizer ataca de imediato uma mini baliza. <b>Condicionante:</b> 2 toques</p>		<p>2' + 2' + 2' + 2' + 2' + 2'</p> <p>45'</p> <p><b>GR : 0</b></p>																																																																																	
		<p><b>Funções e Tarefas dos Treinadores durante o ET:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tempo e Feedback;</li> <li>Colocação de bola no ET e Feedback;</li> <li>Ver de bolas e Feedback</li> <li>Colocação de bola no ET e Feedback;</li> <li>Ver de bolas e Feedback</li> </ul>																																																																																			

Figura 5 - Exemplo de plano de treino digital (parte da frente) do SCUT

<p><b>Processo Ofensivo – Fase de Criação e Fase de Finalização</b></p> <p><b>Objetivo:</b> Processo Ofensivo – Fase de Criação e Fase de Finalização <b>Forma:</b> GR + 3 x 1 / 2 x 2 / 2 x 2 / 1 x 1 + GR (x2) <b>Espaço:</b> 50m x 34m (x2)      <b>Tempo:</b> 4 series de 5'</p> <p><b>Descrição:</b> A jogada é iniciada com um passe do treinador para um dos lados do exercício. Equipa atacante tenta ligar através dos setores com o objetivo de chegar a zonas de finalização e de fazer golo. Se a equipa que defende recupera bola, transita e tenta fazer golo na baliza de 7.</p> <p><b>Corredor central com 8m de largura</b></p> <p>Em cada situação a equipa pode circular para o lado contrário através do MDEF situado no corredor central</p> <p><b>1ª bola curta para a direita</b> <b>2ª bola curta para a esquerda</b> <b>3ª bola curta no MDEF que joga com o PL</b></p>	 <p><b>Funções e Tarefas dos Treinadores durante o ET:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Tempo e Feedback;</li> <li>· Colocação de bola no ET e Feedback;</li> <li>· Fora de Jogo e Feedback;</li> <li>· Feedback</li> <li>– Ver de bolas</li> </ul>	<p>5' + 5' + 5' + 5'</p> <p>65'</p> <p><b>GR : 3</b></p>
<b>Fase Final</b>		
<p><b>Processo Ofensivo – Fase de Construção</b></p> <p><b>Objetivo:</b> Recriação dos conteúdos trabalhados <b>Forma:</b> GR + 10 x 10 + GR      <b>Espaço:</b> 60m x 68m <b>Descrição:</b> Jogo num espaço mais reduzido.</p> <p><b>Funções e Tarefas dos Treinadores durante o ET:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tempo e Feedback;</li> <li>· Feedback à equipa que defende</li> <li>– Trabalho Complementar;</li> <li>Fora de Jogo e Feedback;</li> <li>· Ver de bolas</li> <li>· Fora de Jogo e Feedback</li> </ul>		<p>7' + 7'</p> <p>80'</p> <p><b>GR : 2</b></p>
<p><b>Processo Ofensivo – Fase de Criação e Fase de Finalização</b> + <b>Transição Defensiva</b></p> <p><b>Objetivo:</b> Recriação dos conteúdos trabalhados <b>Forma:</b> GR + 10 x 10 + GR      <b>Espaço:</b> 60m x 68m <b>Descrição:</b> Jogo num espaço mais reduzido. Cada golo sofrido vale 1 volta ao campo no final</p> <p><b>Funções e Tarefas dos Treinadores durante o ET:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Tempo e Feedback;</li> <li>· Feedback à equipa que defende</li> <li>– Trabalho Complementar;</li> <li>Fora de Jogo e Feedback à linha defensiva;</li> <li>· Ver de bolas</li> <li>· Fora de Jogo e Feedback</li> </ul>	<p><b>DEFINIÇÃO DE TAREFAS</b></p> <p><b>Antes do Treino</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Montar ET1</li> <li>- Montar ET2 (mini balizas)</li> <li>- Montar ET3 (CC)</li> </ul> <p><b>Treino</b></p> <p><b>ET1 -&gt; ET2</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Jogadores</b> recolhem os cones</li> <li>- Colocar sinalizadores</li> <li>- Coletes</li> <li>- Bolas no meio campo</li> </ul> <p><b>ET2 -&gt; ET3</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Jogadores</b> colocam 2 balizas de 7</li> <li>- Colocar sinalizadores</li> <li>- Coletes</li> <li>- Retirar mini balizas</li> <li>- Bolas (meio-campo)</li> </ul> <p><b>ET3 -&gt; ET4</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- <b>Jogadores</b> retiram as 2 balizas de 7</li> <li>- Retirar sinalizadores</li> <li>- Coletes</li> <li>- Bolas (uma baliza)</li> </ul>	<p>7' + 7'</p> <p>95'</p> <p><b>GR : 2</b></p>

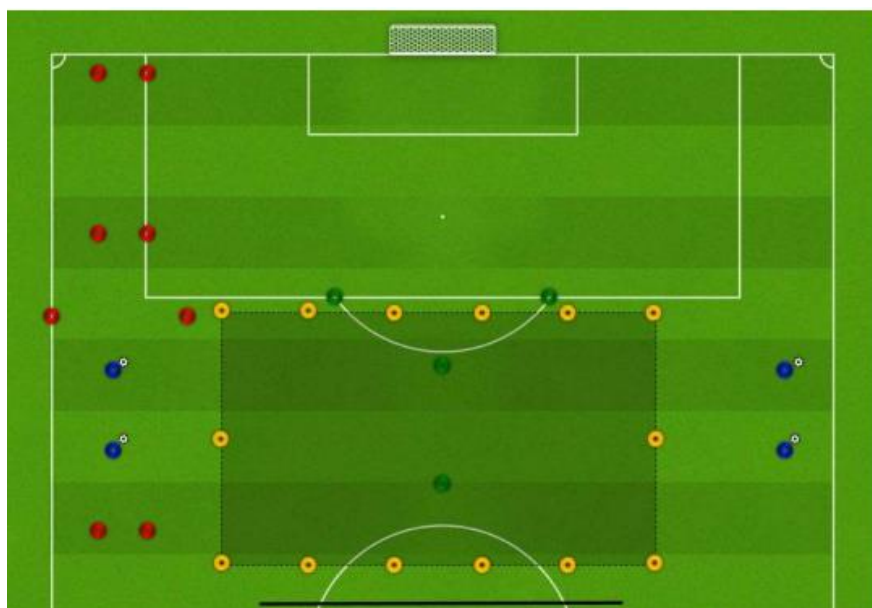
Figura 6 - Exemplo de plano de treino digital (parte traseira) do SCUT

- Suporte na gestão do material, montagem dos exercícios de treino e recolha do material para gestão dos espaços durante e após o final do treino;

- Ajuda ao treinador principal nos exercícios da parte principal do treino, assegurando a observação e reflexão sobre o cumprimento dos objetivos definidos para o exercício;
- Auxílio ao treinador principal na intervenção dos exercícios desenvolvidos na parte principal do treino, nomeadamente quando eram executados dois exercícios em simultâneo;
- Suporte nos exercícios da parte principal através de *feedback* específico para alguns jogadores ou conjunto de jogadores, como por exemplo, a última linha defensiva;
- Controlo do fora de jogo e a reposição de bola em exercícios que assim o exigiam;
- Reflexão coletiva sobre o treino e jogadores com a equipa técnica no fim de cada unidade de treino.

### 1.4.2. Competição

- Cumprimento dos horários estipulados, definidos para a equipa, nos dias de jogo;
- Montagem dos espaços para o aquecimento de jogo, nomeadamente do espaço da mobilização articular, do passe e receção, da posse de bola, dos livres laterais defensivos, da finalização e das saídas de velocidade;



1. LIVRE (c/ e s/ bola) - 2'
  2. MOBILIZAÇÃO GERAL - 4'
  3. PASSE E RECEÇÃO + PROGRESSÃO E CONTENÇÃO - 3'
  4. POSSE DE BOLA - 1',30" + LIVRE LATERAL - 1' (2x)  
(5x5) + Jo
  5. PADRONIZADO | POSICIONAMENTO DEFENSIVO - 5'
  6. FINALIZAÇÃO - 3'
  7. SAÍDAS VELOCIDADE - 2'
- A - 10m; B - 10m + mudança direção (2x); C - 30m.

Figura 7 - Grafismo da montagem dos espaços para o aquecimento de jogo no SCUT

- Suporte no período de aquecimento da equipa, nomeadamente na gestão dos espaços, das bolas e no *feedback* motivacional aos jogadores;
- Comunicação por auricular com o treinador analista para facilitar o processo de substituições e informações acerca do jogo;
- Foco no comportamento do adversário e análise das substituições efetuadas;

- Comunicação com a restante equipa técnica ao intervalo para reflexão sobre a primeira parte do jogo e sobre os aspetos de melhoria para a segunda parte.

### 1.4.3. Extra treino/competição

- Encarregue por coordenar a informação colocada na plataforma *EmJogo*;










Mesociclo 5 07/11/2022 a 04/12/2022	Mesociclo 6 05/12/2022 a 01/01/2023	Mesociclo 7 02/01/2023 a 29/01/2023	Mesociclo 8 30/01/2023 a 05/03/2023
<p><b>Competição</b> Transições Defensivas e Ofensivas Diversos Momentos de Jogo Competitividade</p>	<p><b>Competição</b> Processo Ofensivo - Fase de Finalização (Último Terço) Alternância dos diferentes momentos estratégicos do jogo Momento de Controlo / Matar / Acelerar</p>	<p><b>Competição</b> Bloco Médio Interseccional Processo Ofensivo - Fase de Construção (Jogo direto) Bloco Alto - Recuperação Defensiva</p>	<p><b>Competição</b> Processo Ofensivo Processo Defensivo Processo Transições Esquemas Táticos</p>
<p><b>Microciclo 20</b> 07/11/2022 - 13/11/2022</p> <p>2ªfeira: Princípios de Jogo Ofensivos, Defensivos e Transições em Jogo; Último Terço; Equilíbrios; 3ªfeira: Princípios Defensivos e Ofensivos; Linha Defensiva; Bloco Médio Interseccional; Bloco Médio coletivo; Transições Ofensivas e Defensivas; Momento de Jogo; Matar em Transição; 4ªfeira: Fase de preparação/criação interseccional - Situações Padrão; Ataque Rápido Coletivo; Fase de Preparação / Criação Coletivo - Variação do Cj; Bloco Alto Coletivo; 1ªFase Coletivo; Momentos de Jogo; Acelerar e Controlar; 5ªfeira: Princípios de Jogo Ofensivos; Fase de Criação/Finalização; Situações de Ataque Padrão; Jogo Direto; Alternância dos diferentes momentos estratégicos do jogo; 6ªfeira: Esquemas táticos</p> <p> </p>	<p><b>Microciclo 24</b> 05/12/2022 - 11/12/2022</p> <p>2ªfeira: Princípios Gerais Ofensivos, Defensivos e Transições em Jogo; Último Terço; Fase de Criação; Equilíbrios; 3ªfeira: Princípios Defensivos e Ofensivos; Linha Defensiva; Bloco Médio Interseccional; Bloco Médio coletivo - Contra-ataque; Transições Ofensivas e Defensivas; Momento de Jogo; Matar em Transição; 4ªfeira: Fase de preparação / criação interseccional - Incluir situações de jogo direto; Ataque Rápido Coletivo; Fase de Preparação / Criação Coletivo - Variação do Cj; Bloco Alto Coletivo; 1ªFase Coletivo; Momentos de Jogo; Acelerar e Controlar; 5ªfeira: Princípios de Jogo Ofensivos; Fase de Criação/ Finalização; Situações de Ataque Padrão; Jogo Direto; Alternância dos diferentes momentos estratégicos do jogo; 6ªfeira: Esquemas táticos.</p> <p> </p>	<p><b>Microciclo 28</b> 02/01/2023 - 08/01/2023</p> <p>2ªfeira: Princípios de Jogo Defensivos; Bloco Médio Interseccional; Bloco Médio Coletivo; Objetividade Ofensiva; 3ªfeira: Princípios Defensivos e Ofensivos; Linha Defensiva; Bloco Alto - Recuperação Defensiva; Bloco Médio coletivo - contraAtaque; Transições; Momento de Jogo; Matar em Transição; 4ªfeira: 1ªFase de Construção com Ataques Rápidos; Variação do Cj; Bloco Alto Coletivo; 1ªFase Coletivo; Objetividade Ofensiva; Momentos de Jogo; Acelerar e Controlar; 5ªfeira: Princípios de Jogo Ofensivos; Fase de Criação/ Finalização; Jogo Direto; Alternância dos diferentes momentos estratégicos do jogo; 6ªfeira: Esquemas Táticos</p> <p> </p>	<p><b>Microciclo 32</b> 06/02/2023 - 12/02/2023</p> <p>3ª Feira: Técnica de Passe e Recepção Orientada; Princípios de Jogo Ofensivos; 1ª Fase Interseccional 4ª Feira: Técnica de Conção e Desarme; Bloco Defensivo Médio Alto - Interseccional; Bloco Defensivo Alto - Intrassecional 5ª Feira: Princípios defensivos (Meinhol); Bloco Médio Coletivo; Bloco Defensivo Baixo - Interseccional; Transição Ofensiva Coletiva 6ª Feira: Meinhos Lúdicos (conção, desarme); Transição Ofensiva Intrassecional; Transição Defensiva Intrassecional; Fase de Construção; Preparação e Criação Coletivo; Bloco Defensivo Baixo</p> <p> </p>
<p><b>Microciclo 21</b> 14/11/2022 - 20/11/2022</p> <p>2ªfeira: Princípios de Jogo Ofensivos, Defensivos e Transições em Jogo; Último Terço; Equilíbrios; 3ªfeira: Princípios Defensivos e Ofensivos; Linha Defensiva; Bloco Médio Interseccional; Bloco Médio coletivo; Transições Ofensivas e Defensivas; Momento de Jogo; Matar em Transição; 4ªfeira: Fase de preparação/criação interseccional - Situações Padrão; Ataque Rápido Coletivo; Fase de Preparação / Criação Coletivo - Variação do Cj; Bloco Alto Coletivo; 1ªFase Coletivo; Momentos de Jogo; Acelerar e Controlar; 5ªfeira: Princípios de Jogo Ofensivos; Fase de Criação/Finalização; Situações de Ataque Padrão; Jogo Direto; Alternância dos diferentes momentos estratégicos do jogo; 6ªfeira: Esquemas táticos</p> <p> </p>	<p><b>Microciclo 25</b> 12/12/2022 - 18/12/2022</p> <p>2ªfeira: Princípios Gerais Ofensivos, Defensivos e Transições em Jogo; Último terço; Fase de Criação; Equilíbrios; 3ªfeira: Princípios Defensivos e Ofensivos; Linha Defensiva; Bloco Médio Interseccional - Fase de Criação - Objetividade; Bloco Médio coletivo - ContraAtaque; Transições; Momento de Jogo; Matar em Transição; 4ªfeira: Fase de preparação / criação interseccional - Incluir situações de jogo direto; Fase de Preparação / Criação Coletivo - Variação do Cj; Bloco Alto coletivo; 1ªFase Coletivo; Momentos de Jogo; Acelerar e Controlar; 5ªfeira: Princípios de Jogo Ofensivos; Fase de Criação/ Finalização; Jogo Direto; Alternância dos diferentes momentos estratégicos do jogo; 6ªfeira: Esquemas Táticos</p> <p> </p>	<p><b>Microciclo 29</b> 09/01/2023 - 15/01/2023</p> <p>2ªfeira: Princípios Gerais Ofensivos, Defensivos e Transições em Jogo; Último Terço; Competitividade - Baliza a zero; Apoio frontal e acelera; Equilíbrios; Fase de Criação; 3ªfeira: Princípios Defensivos e Ofensivos; Linha Defensiva; Bloco Alto - Recuperação Defensiva - LIMPAP; Bloco Médio coletivo - ContraAtaque; Transições; Momento de Jogo; Matar em Transição; 4ªfeira: 1ªFase de Construção com Ataques Rápidos; Variação do Cj; 1ªFase Coletivo; Transição defensiva - Práticos - não sofrer; Objetividade Ofensiva; Momentos de Jogo; Acelerar e Controlar; 5ªfeira: Princípios de Jogo Ofensivos; Fase de Criação/ Finalização; Jogo Direto; Alternância dos diferentes momentos estratégicos do jogo; 6ªfeira: Esquemas táticos.</p>	<p><b>Microciclo 33</b> 13/02/2023 - 19/02/2023</p> <p>2ªfeira: Princípios de Jogo Ofensivos, Defensivos e Transições Defensivas; Transição Defesa-Ataque; 3ªfeira: Bloco Alto; Princípios de Jogo Defensivos; Transição Ofensiva; Transição Defensiva; Bola Longa e Ataque Rápido; 4ªfeira: Bloco Médio/Baixo; Fase de Construção e Preparação; Equilíbrios Ofensivos; Fase de Criação/Finalização; 5ª feira: Fase de Construção; Transição Ofensiva; Fase de Criação; 6ª feira: Esquemas Táticos; Situações Extremas; Fase de Finalização.</p> <p> </p>

Figura 8 - Exemplo dos mesociclos 5, 6, 7 e 8 na plataforma "EmJogo".

- Análise do árbitro para os jogos oficiais de competição;



Sport Clube União Torreense



Sport Clube União Torreense



### Análise do árbitro referente à jornada 22 (FC Alverca)

Nome:

Idade: (26 anos)

Associação: AF Porto

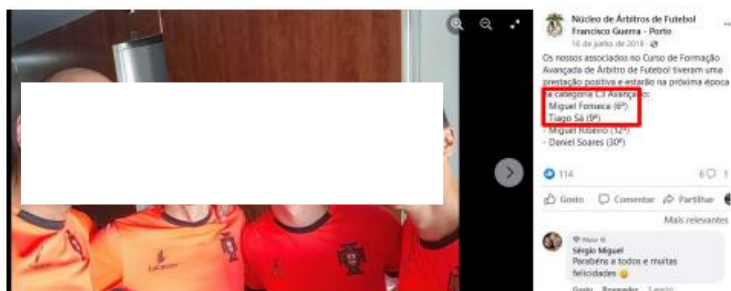
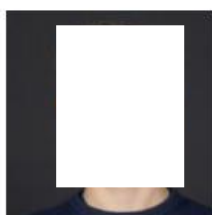


Figura 9 - Página 1 da análise do árbitro para um jogo competitivo no SCUT

### Jogos realizados pelo árbitro

21/01/23	LI3	Vitória SC II	2 - 2	Montalegre	🟡 x8
15/01/23	PRL	Porto	4 - 1	Famalicão	Quarto árbitro
28/12/22	SEL	Porto II	4 - 0	Farense	Quarto árbitro
12/12/22	TDL	Boavista	0 - 0	Vitória SC	Quarto árbitro
05/12/22	TDL	Mafra	1 - 1	Vizela	Quarto árbitro
03/12/22	LI3	Fontinhas	0 - 1	Oliveira Hospital	🟡 x5
26/11/22	TDL	UD Oliveirense	0 - 0	Feirense	Quarto árbitro
12/11/22	LI3	Varzim	2 - 2	Vilaverdense	🟡 x4 🟠
30/10/22	PRL	Gil Vicente	0 - 1	Braga	Quarto árbitro
22/10/22	LI3	São João Ver	2 - 1	Vitória SC II	🟡 x5 🟠
04/09/22	LI3	Fafe	0 - 3	Vilaverdense	🟡 x5
01/05/22	CAN	Pêro Pinheiro	0 - 0	Sertanense	🟡 x5
20/03/22	CAN	Vianense	3 - 2	Os Limianos	🟡 x5 🟠
26/02/22	CAN	Condeixa	3 - 1	Peniche	🟡 x5 🟠
12/12/21	CAN	Oleiros	1 - 1	União Idanhense	🟡 x5 🟠 x2
31/10/21	CAN	Rabo Peixe	1 - 0	Coruchense	🟡 x5 🟠
19/09/21	CAN	Merelinense	1 - 1	Os Limianos	🟡 x2 🟠 x2
15/11/20	CAN	Mirandela	1 - 1	Vilaverdense	🟡 x5 🟠 x7
27/10/19	CAN	Oliveira Hospital	1 - 0	Marinhense	🟡 x3

Figura 10 - Página 2 da análise do árbitro para um jogo competitivo no SCUT

- Responsável por trazer novas ideias à equipa através da observação de jogos de outros contextos;
- Analisar e dizer aspetos concretos da estratégia que não estivessem otimizados;
- Sentir o estado anímico dos jogadores e dar *feedback* ao treinador principal;
- Análise dos exercícios de treino através da filmagem realizada durante os treinos;
- Responsável pelo controlo de treino (conteúdos e volume de treino) e pelo envio do relatório quinzenalmente ao treinador principal.

## 1.5. Análise da atividade

Neste ponto são analisadas todas as tarefas e atividades realizadas na equipa Sub-19 do SCUT.

### 1.5.1. Enquadramento

A integração no contexto do SCUT ocorreu no dia 27 de junho de 2022, dia de início da pré-temporada e dia de apresentação do plantel e equipa técnica no Estádio Manuel Marques, na cidade de Torres Vedras.

Para realizar o planeamento do período preparatório e do período competitivo, toda a equipa técnica juntou-se, em reuniões presenciais ou online (pela plataforma *Zoom*), com o intuito de se definir o microciclo padrão, a utilizar em cada período, e agendar jogos de preparação com o objetivo de preparar a equipa para o início da competição.

A equipa técnica adotou para o período competitivo um Microciclo Tipo (Tabela 4) composto por cinco treinos semanais, o dia de jogo oficial e uma folga no dia após o jogo (Jogo +1).

Tabela 4 - Microciclo Tipo no período competitivo do SCUT

Microciclo Tipo – Sport Clube União Torreense - 2022/2023						
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Jogo +2	Jogo -4	Jogo -3	Jogo -2	Jogo -1	Jogo	Jogo +1
Treino 20h às 21:30h	Treino 20h às 21:30h	Treino 20h às 21:30h	Treino 20h às 21:30h	Treino 20h às 21:30h	Competição 15h	Folga

No dia “+1” de um microciclo competitivo, o dia de folga para a equipa, era visualizado o jogo que tinha ocorrido no dia anterior e tirado notas dos jogadores, e também do jogo coletivo ofensivo e defensivo praticado no jogo. Estas notas eram tiradas para poder debater com a equipa técnica o que se tinha percecionado do jogo e também pensar em estratégias de melhoria individuais e coletivas para que pudesse haver melhorias naquilo que era o jogo praticado pela equipa.

O treino “+2”, normalmente a uma segunda-feira, iniciava com a visualização e com a análise de vídeo do jogo anterior, onde eram mostrados vídeos curtos dos diferentes momentos de jogo. O treino no campo era dividido entre os jogadores que tinham sido mais utilizados no jogo anterior e os que tinham sido menos utilizados, havendo um trabalho de recuperação para os mais utilizados e um trabalho com estímulos mais fortes, através de jogos competitivos, para os jogadores menos utilizados.

O treino “-4” iniciava-se com uma análise de vídeo do próximo adversário, nomeadamente o processo ofensivo nas suas diferentes fases (fase de construção baixa (com o guarda-redes); fase de construção média/alta; fase de criação e fase de finalização) e a transição ofensiva. Era também explicado as estratégias defensivas que a equipa ia adotar para anular o processo ofensivo adversário. Este era o treino da semana com maior volume de treino (cerca de 90 minutos) sendo a força a capacidade motora a trabalhar.

O treino “-3” iniciava-se também com uma análise de vídeo do próximo adversário, nomeadamente o processo defensivo nas suas diferentes fases (bloco alto/pressão alta; bloco médio e bloco baixo) e a transição defensiva. Era também explicado as estratégias ofensivas que a equipa ia adotar para anular o processo defensivo adversário. Este treino da semana variava entre 75 e 90 minutos de volume de treino, sendo a resistência a capacidade motora a trabalhar.

Em alguns microciclos, a análise de vídeo do próximo adversário, nomeadamente o processo defensivo e a transição defensiva, poderia ser realizada no treino “-4”, fazendo com que não houvesse a análise de vídeo no treino “-3”.

O treino “-2” era focado em aspetos mais ofensivos (nomeadamente a fase de criação e a fase de finalização) da equipa e em trabalho de momentos de jogo que eram analisados nos treinos anteriores e que precisavam de ser trabalhados para consolidar posicionamentos ou dinâmicas. O volume de treino nesse dia, era cerca de 75 minutos e focava-se na capacidade motora da velocidade.

O treino “-1”, último treino antes do jogo, era o dia com menor volume de treino (60 minutos), iniciando-se com a análise das bolas paradas ofensivas e defensivas do adversário. A velocidade de reação era a capacidade motora trabalhada nesse dia.

A cada semana, no fim de um microciclo, era realizado o planeamento do microciclo seguinte. Este era desenvolvido pelo treinador principal e, por vezes, com a ajuda da restante equipa técnica. O treinador principal realizava o planeamento dos conteúdos gerais e específicos do treino e construía os exercícios mais aquisitivos do ponto de vista técnico-tático. O preparador físico elaborava uma proposta de planeamento da dinâmica das cargas semanais, sugerindo o que fazer no pré-treino, os conteúdos físicos a trabalhar, o volume de treino total semanal e diário e o regime de treino associado à PSE prevista para cada uma das unidades de treino. O treinador adjunto planeava os exercícios a realizar no trabalho técnico individual dos jogadores. O treinador de guarda-redes realizava o planeamento semanal consoante o tempo do treino em que eram precisos os guarda-redes para exercícios coletivos no treino. O treinador estagiário, a pedido do treinador principal, ajudou no planeamento das unidades de treino, e

por vezes, planeava exercícios da parte inicial do treino, nomeadamente exercícios de ações técnicas ofensivas e defensivas e exercícios de posse de bola.

Nas figuras 11 e 12, são apresentados dois exemplos de microciclo. Um microciclo com os conteúdos a trabalhar nas unidades de treino (figura 11) e outro microciclo com a dinâmica da carga a aplicar nas unidades de treino (figura 12).



Figura 11 - Microciclo (Conteúdos de Treino)

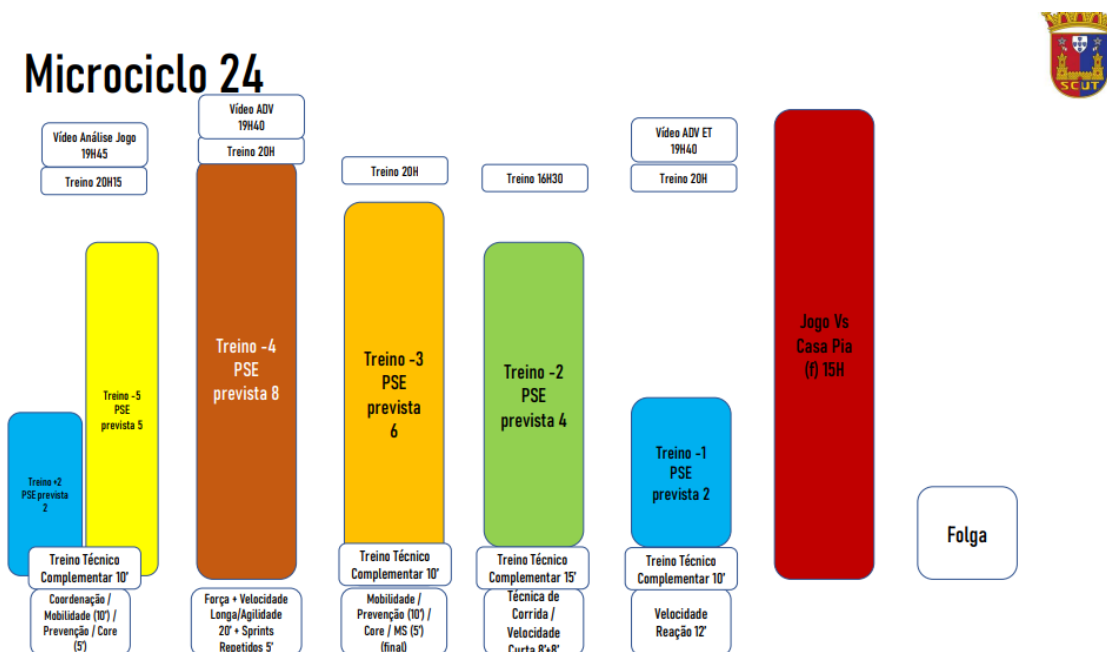


Figura 12 - Microciclo (Dinâmica da Carga)

De seguida, é apresentado o calendário (Tabela 5 e 6) do período em que se esteve inserido na equipa dos Sub-19 do SCUT, colocando os dias de testes físicos, os treinos, os treinos de observação, os dias de jogo e também os dias de folga.

Tabela 5 - Calendário em que o estagiário esteve inserido de junho a setembro

	JUNHO		JULHO		AGOSTO		SETEMBRO	
SEG					1	TREINO (T)		
TER					2	TREINO (T)		
QUA	1				3	TREINO (T)		
QUI	2				4	TREINO (T)	1	TREINO (T)
SEX	3		1	TREINO (T) + T DE OBSERVAÇÃO	5	TREINO (T)	2	TREINO (T)
SÁB	4		2	JOGO (JT1)	6	J1 - VILAFRANQUENSE (C)	3	J5 – SPORTING CP SAD (F)
DOM	5		3	FOLGA	7	FOLGA	4	FOLGA
SEG	6		4	TREINO (T)	8	TREINO (T)	5	TREINO (T)
TER	7		5	TREINO (T) + JOGO (JT2)	9	TREINO (T)	6	TREINO (T)
QUA	8		6	TREINO (T)	10	TREINO (T)	7	TREINO (T)
QUI	9		7	TREINO (T)	11	TREINO (T)	8	TREINO (T)
SEX	10		8	TREINO (T)	12	TREINO (T)	9	TREINO (T)
SÁB	11		9	JOGO (JT3)	13	J2 – VITÓRIA FC SAD (F)	10	J6 – CASA PIA AC (C)
DOM	12		10	FOLGA	14	FOLGA	11	FOLGA
SEG	13		11	TREINO (T)	15	TREINO (T)	12	TREINO (T)
TER	14		12	JOGO (JT4)	16	TREINO (T)	13	TREINO (T)
QUA	15		13	TREINO (T)	17	TREINO (T)	14	TREINO (T)
QUI	16		14	TREINO (T)	18	TREINO (T)	15	TREINO (T)
SEX	17		15	TREINO (T)	19	TREINO (T)	16	TREINO (T)
SÁB	18		16	JOGO (JT5)	20	J3 – CS MARÍTIMO (C)	17	J7 – CF OS BELENENSES (F)
DOM	19		17	FOLGA	21	FOLGA	18	FOLGA
SEG	20		18	TREINO (T)	22	TREINO (T)	19	TREINO (T)
TER	21		19	TREINO (T) + JOGO (JT6)	23	TREINO (T)	20	TREINO (T)
QUA	22		20	TREINO (T)	24	TREINO (T)	21	TREINO (T)
QUI	23	TESTES FÍSICOS	21	TREINO (T)	25	TREINO (T)	22	TREINO (T)
SEX	24	TESTES FÍSICOS	22	TREINO (T)	26	TREINO (T)	23	FOLGA
SÁB	25	TESTES FÍSICOS	23	ATIVIDADE	27	J4 – GD ESTORIL PRAIA (F)	24	FOLGA
DOM	26	FOLGA	24	JOGO (JT7)	28	FOLGA	25	FOLGA
SEG	27	APRESENTAÇÃO	25	FOLGA	29	TREINO (T)	26	TREINO (T)
TER	28	TREINO (T) + T DE OBSERVAÇÃO	26	TREINO (T)	30	TREINO (T)	27	TREINO (T)
QUA	29	TREINO (T) + T DE OBSERVAÇÃO	27	TREINO (T)	31	TREINO (T)	28	TREINO (T)
QUI	30	TREINO (T) + T DE OBSERVAÇÃO	28	TREINO (T)			29	TREINO (T)
SEX	31		29	TREINO (T)			30	TREINO (T)
SÁB			30	JOGO (JT8) + JOGO (JT9)				
DOM			31	FOLGA				
SEG								
TER								

Tabela 6 - Calendário em que o estagiário esteve inserido de outubro a janeiro

	OUTUBRO		NOVEMBRO		DEZEMBRO		JANEIRO	
SEG								
TER			1	TREINO (T)				
QUA			2	TREINO (T)				
QUI			3	TREINO (T)	1	TREINO (T)		
SEX			4	TREINO (T)	2	TREINO (T)		
SÁB	1	J8 – SL BENFICA SAD (C)	5	J13 - VITÓRIA FC SAD (C)	3	J16 – SPORTING CP SAD (C)		
DOM	2	FOLGA	6	FOLGA	4	FOLGA	1	FOLGA
SEG	3	TREINO (T)	7	TREINO (T)	5	TREINO (T)	2	TREINO (T)
TER	4	TREINO (T)	8	TREINO (T)	6	TREINO (T)	3	TREINO (T)
QUA	5	TREINO (T)	9	TREINO (T)	7	TREINO (T)	4	TREINO (T)
QUI	6	TREINO (T)	10	TREINO (T)	8	TREINO (T)	5	TREINO (T)
SEX	7	TREINO (T)	11	TREINO (T)	9	TREINO (T)	6	TREINO (T)
SÁB	8	J9 – ACADÉMICA COIMBRA (F)	12	J14 – CS MARÍTIMO (F)	10	J17 – CASA PIA AC (C)	7	J19 – SL BENFICA SAD (F)
DOM	9	FOLGA	13	FOLGA	11	FOLGA	8	FOLGA
SEG	10	FOLGA	14	TREINO (T)	12	TREINO (T)	9	TREINO (T)
TER	11	TREINO (T)	15	TREINO (T)	13	TREINO (T)	10	TREINO (T)
QUA	12	TREINO (T)	16	TREINO (T)	14	TREINO (T)	11	TREINO (T)
QUI	13	TREINO (T)	17	TREINO (T)	15	TREINO (T)	12	TREINO (T)
SEX	14	TREINO (T)	18	TREINO (T)	16	TREINO (T)	13	TREINO (T)
SÁB	15	J10 – CD NACIONAL (C)	19	J15 – GD ESTORIL PRAIA (C)	17	J18 – CF OS BELENENSES (F)	14	J20–ACADÉMICA COIMBRA(C)
DOM	16	FOLGA	20	FOLGA	18	FOLGA	15	FOLGA
SEG	17	TREINO (T)	21	TREINO (T)	19	FOLGA	16	TREINO (T)
TER	18	TREINO (T)	22	JOGO DE TREINO (T)	20	TREINO (T)	17	TREINO (T)
QUA	19	TREINO (T)	23	TREINO (T)	21	TREINO (T)	18	TREINO (T)
QUI	20	TREINO (T)	24	JOGO DE TREINO (T)	22	JOGO DE TREINO (T)	19	TREINO (T)
SEX	21	TREINO (T)	25	FOLGA	23	FOLGA	20	TREINO (T)
SÁB	22	J11 – FC ALVERCA (F)	26	FOLGA	24	FOLGA	21	J21 – CD NACIONAL (F)
DOM	23	FOLGA	27	FOLGA	25	FOLGA	22	FOLGA
SEG	24	TREINO (T)	28	TREINO (T)	26	FOLGA	23	TREINO (T)
TER	25	TREINO (T)	29	TREINO (T)	27	JOGO DE TREINO (T)	24	TREINO (T)
QUA	26	TREINO (T)	30	TREINO (T)	28	TREINO (T)	25	TREINO (T)
QUI	27	TREINO (T)			29	JOGO DE TREINO (T)	26	TREINO (T)
SEX	28	TREINO (T)			30	TREINO (T)	27	TREINO (T)
SÁB	29	J12 – VILAFRANQUENSE (F)			31	FOLGA	28	J22 – FC ALVERCA (C)
DOM	30	FOLGA					29	
SEG	31	TREINO (T)					30	
TER							31	

### 1.5.2. Treino (Planeamento, Operacionalização e Condução do Treino)

No que diz respeito à parte do planeamento, realizou-se os planos de treino no computador, após o treinador principal enviar, em papel, o que pretendia para a sessão de treino. Após o plano de treino estar feito no computador, este era impresso para que cada treinador tivesse um plano em papel para a unidade de treino.

Normalmente o treinador principal indicava os exercícios a realizar no treino, os grafismos, as descrições, os espaços, a duração e as equipas para cada exercício. Após colocar o principal conteúdo no plano de treino, relacionava-se os conteúdos dos exercícios ditos pelo treinador principal e colocava-se no cabeçalho os objetivos principais, a dimensão tática, a dimensão

técnica, a dimensão física e a dimensão psicológica para a sessão de treino. Ainda no cabeçalho, colocava-se o número da sessão de treino, do microciclo e do mesociclo; o próximo adversário da competição; o local do treino; a data e hora; o dia da semana em que era realizada a unidade de treino e o material que seria usado. Por vezes, poderia ser colocado algumas observações e também palavras-chave no discurso da equipa técnica para o treino.

Numa parte lateral do plano de treino, colocava-se o número total de jogadores, dividindo os jogadores e os guarda-redes, colocava-se o nome dos jogadores que iriam estar disponíveis para o treino, tendo à frente do nome a posição do jogador.

Após colocar o referido pelo treinador principal, desenvolvia-se alguns pontos dos exercícios, nomeadamente o objetivo do exercício, o objetivo complementar, caso houvesse, os critérios de êxito, as condicionantes, as tarefas dos treinadores antes, durante e após os exercícios, e quantos guarda-redes iriam ser precisos para os exercícios, isto para que, os treinadores de guarda-redes soubessem quanto tempo de treino específico de guarda-redes iriam ter na sessão de treino. Considera-se que, este desenvolvimento dos pontos referidos, era bastante importante para a unidade de treino, principalmente a indicação das tarefas de cada treinador antes, durante e após os exercícios, pois, assim, cada treinador tinha no plano de treino em papel o que precisaria de fazer durante toda a sessão, agilizando e estando organizado a transição entre exercícios, conseguindo ganhar tempo útil de treino.

Para a sessão de treino, chegava-se ao local uma hora antes do início do mesmo e realizava-se a montagem dos espaços do treino, para que, dentro do possível da montagem dos exercícios, estivesse praticamente tudo pronto para o início da unidade de treino no campo.

Cerca de 15 minutos antes do treino começar, entregava-se aos restantes elementos da equipa técnica o plano de treino impresso numa folha de papel (exemplo na figura 5 e 6) e procedia à explicação da organização da sessão, referindo as dinâmicas dos exercícios que se desenrolariam durante o treino, das tarefas de cada treinador durante os exercícios e também as tarefas nas transições dos exercícios. Esta explicação do treino acontecia porque se ficou encarregue de realizar o treino em formato digital, ou seja, de passar o treino realizado no papel pelo treinador principal para computador, organizando as ideias e sofisticando alguns pontos do treino. O treino estar devidamente organizado e impresso, permitiu que a montagem dos exercícios pudesse ser realizada por qualquer elemento da equipa técnica, que estes saibam as suas tarefas antes, durante e depois dos exercícios, que *feedbacks* poderiam usar nos exercícios e que critérios de êxito eram os corretos nas ações dos jogadores no exercício.

Após a explicação do treino por parte do treinador estagiário, a equipa técnica, dependendo do dia do microciclo, seguia para o campo para dar início ao treino ou deslocava-se ao balneário para a sessão de análise de vídeo.

Durante o treino, ficou-se encarregue de diversas tarefas, passando pela gestão do tempo dos exercícios, a reposição de bolas, na contagem de pontos em exercícios competitivos, no *feedback* específico para alguns jogadores ou conjunto de jogadores, como por exemplo, a última linha defensiva e no *feedback* motivacional aos jogadores nos exercícios. O treinador estagiário, por realizar o treino em formato digital e por estar mais identificado com o que era pretendido para os exercícios, quando a equipa se dividia em 2 grupos, ficava responsável a par do treinador principal, de realizar a instrução de um dos exercícios e assegurar a condução do mesmo.

Após o treino, a equipa técnica reunia-se no balneário e comentava cada exercício do treino, onde se partilhava os aspetos positivos do treino e também os aspetos de melhoria, quer seja, na parte organizacional como também na parte técnico-tática. Todos os treinadores tinham o seu espaço de intervenção e partilhavam aquilo que tinham sentido do treino.

No decorrer do ano, foi-se verificando que competências estavam pouco desenvolvidas. As competências ao nível tático foram umas das identificadas. Para desenvolver estas competências, visualizou-se diversos jogos de futebol, de equipas profissionais, mas também diversos jogos no campeonato onde se encontrava o SCUT. Procurou-se também ter mais atenção àquilo que ia sendo discutido taticamente antes, durante e após o treino e também foi questionando o treinador adjunto na vertente da análise sobre questões táticas da equipa para conseguir ter outra visão de como analisar os aspetos táticos das equipas.

### **1.5.3. Competição**

No dia de jogo, o treinador estagiário ficava encarregue pela montagem do aquecimento de jogo, organizando os espaços de modo que durante o aquecimento não houvesse tempo perdido com montagem e desmontagem do material durante o mesmo. Auxiliava-se na afixação de folhas no balneário que continham os horários, as frases motivacionais e os posicionamentos dos jogadores nas bolas paradas ofensivas e defensivas. Antes do início do aquecimento, procurou-se também reforçar os jogadores sobre as informações em relação aos jogadores adversários e comportamentos táticos adversários.

No aquecimento, auxiliou-se na gestão dos espaços através da recolha do material, na gestão das bolas e no *feedback* aos jogadores. Colaborava-se e conduzia-se um exercício no aquecimento da equipa, numa tarefa complementar de posicionamento e comportamentos na linha defensiva consoante a posição da bola.

Durante o jogo, comunicava-se com o treinador adjunto na vertente da análise, que ficava numa zona mais alta do estádio para poder ver o mesmo de outra perspetiva. A comunicação era constante, discutindo aspetos coletivos e individuais da equipa e do adversário. Os aspetos considerados importantes e pertinentes para o jogo, eram ditos ao treinador principal pelo treinador estagiário. Esta informação transmitida ao treinador principal tentou ser objetiva, concisa e que tivesse conteúdo pertinente em relação a possíveis mudanças táticas na equipa, indicação de alterações de dinâmicas adversárias e possíveis alterações com entrada de jogadores adversários.

Ao intervalo, a equipa técnica reunia cerca de 6 a 10 minutos para realizar uma reflexão conjunta da primeira parte do jogo, onde cada treinador dava a sua opinião dos momentos de jogo que estavam a ser positivos, os aspetos que consideravam de melhoria ou alterações de jogadores que fariam. Após o debate, a equipa técnica chegava a um consenso e dirigia-se ao balneário onde estavam os jogadores. O treinador principal realizava a palestra, indicando o que a equipa estava a realizar de positivo no jogo e também o que poderia melhorar.

Considera-se que o momento de debate com os restantes elementos da equipa técnica foi fundamental naquilo que seria o rendimento de jogo por parte da equipa. Foi também muito importante este momento da competição para o estágio, devido à rápida reflexão sobre a primeira parte e à célere estruturação de possíveis alterações no plano de jogo.

#### **1.5.4. Extra treino/competição**

Naquilo que eram as tarefas extra treino/competição, ficou-se encarregue de coordenar a informação colocada na plataforma *EmJogo*. Na plataforma, colocou-se os objetivos dos microciclos e dos mesociclos (figura 8); as unidades de treino em formato digital e também uma análise individual dos jogadores.

Outra tarefa a realizar era a análise do árbitro para a jornada (figura 8 e 9), executada no dia anterior ao jogo (momento em que a Federação Portuguesa de Futebol disponibilizava o nome do árbitro para o jogo oficial), onde constava o nome, a idade, a associação, a profissão, fotos do árbitro, os jogos do SCUT que já tinha apitado na época desportiva e os jogos realizados pelo

árbitro noutras competições. Esta era uma análise geral do árbitro para a equipa técnica ter indicação destes pontos para o jogo. A análise realizada não foi mais específica devido à falta de informações relacionadas com os árbitros da partida.

A realização da análise dos exercícios de treino (observação indireta), através de filmagens (figura 13) realizadas durante os treinos, atuou como um suporte para a reflexão da equipa técnica relativamente ao que acontecia durante o treino. Esta análise contribuiu para a reflexão da organização do treino, a sua dinâmica, o cumprimento dos objetivos do treino e de cada um dos exercícios. Além destes pontos, diversos momentos da análise foram relativos às ações e aos comportamentos dos jogadores em treino, procurando refletir sobre a sua evolução, sendo que, foi fundamental analisar o desempenho técnico, mas também avaliar a atitude, o posicionamento tático, a relação com os colegas da equipa e a adaptação feita à correção por parte dos treinadores.



*Figura 13 - Exemplo da observação indireta de um treino no SCUT*

Uma das tarefas realizadas considerada das mais relevantes, para aquilo que foi o planeamento dos microciclos, e também das unidades de treino, foi o desenvolvimento dos relatórios relativamente ao controlo de treino (conteúdos e volume de treino) enviados quinzenalmente ao treinador principal. Este acompanhamento quinzenal realizado foi crucial devido às informações que se poderiam retirar, como por exemplo, os conteúdos que estavam a ser mais e menos trabalhados e as análises que se poderiam relacionar entre si, como perceber após a análise de um jogo de competição, aquilo que foi bem executado e relacionar com aquilo que foi trabalhado durante o microciclo competitivo.

Esta tarefa foi realizada durante toda a época e exigiu tempo, pois semanalmente a base de dados tinha de ser atualizada. A tarefa iniciou-se com uma reunião presencial do treinador estagiário com o treinador principal com o intuito de ser explicado aquilo que era o objetivo da realização dos relatórios do controlo de treino e como o poderia realizar. A divisão combinada entre o treinador principal e o treinador estagiário foi a de 8 itens de carácter geral (conteúdos do treino), sendo eles os esquemas táticos, exercícios técnicos, jogos competitivos, lúdicos, processo defensivo, processo ofensivo, treino complementar qualidades físicas e processo transições.

Como se pode verificar na figura 14, o conteúdo de treino mais trabalhado durante a época, ou seja, o que teve um maior número de minutos totais, foi o conteúdo dos jogos competitivos.

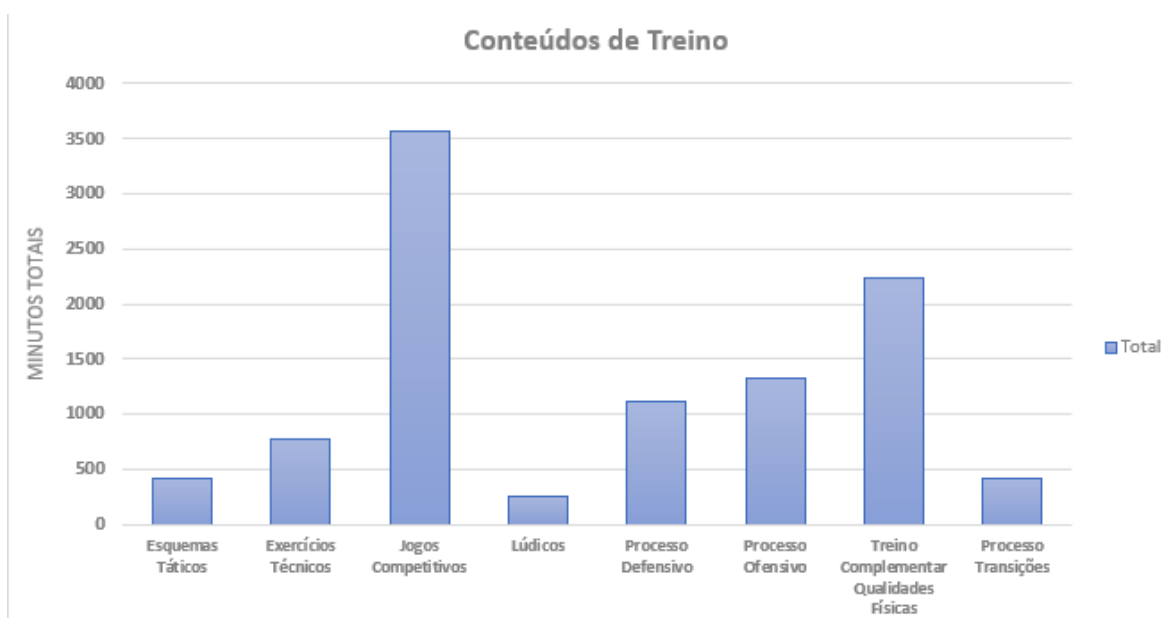


Figura 14 - Tabela dos minutos totais de cada conteúdo de treino

Para se entender melhor o que representa cada conteúdo de treino e o que cada um englobava em termos de exercícios, é descrito de seguida os pontos que eram trabalhados em cada conteúdo geral de treino.

**Esquemas táticos** – Cantos ofensivos, cantos defensivos, livres ofensivos, livres defensivos, lançamento de linha lateral ofensivo, lançamento de linha lateral defensivo, bola de saída ofensiva, bola de saída defensiva e grandes penalidades.

**Exercícios técnicos** – Ativação técnica e finalização.

**Jogos competitivos** – Jogo formal, princípios de jogo (posse de bola), princípios de jogo (posse de bola com transição), princípios de jogo (posse de bola com ruturas), princípios de jogo (posse de bola tático) e princípios de jogo (posse de bola com finalização).

**Lúdicos** – Ativação técnica, velocidade de reação e trabalho de força.

**Processo defensivo** – Bloco médio, bloco alto, bloco baixo, bloco médio/alto, bloco médio/baixo e momento caótico.

**Processo ofensivo** – Fase de finalização, fase de criação, fase de preparação, fase de construção e momento caótico.

**Treino complementar qualidades físicas** – Velocidade, coordenação, velocidade de reação, mobilidade e prevenção, técnica de corrida, core e membros superiores, trabalho de força, resistência aeróbica, resistência anaeróbia, aquecimento e testes físicos.

**Processo de transições** – Transição ofensiva e transição defensiva.

No relatório realizado constavam as tabelas referentes a cada conteúdo geral de treino, de modo que, fosse perceptível o que estava a ser mais trabalhado dentro do conteúdo geral de treino. Nos exemplos a seguir demonstrados (figura 15, 16 e 17), podemos verificar que fases do processo defensivo, do processo ofensivo e do processo de transições foram mais trabalhadas.

No caso do processo defensivo a fase mais trabalhada foi o bloco médio, seguido do bloco alto. Podemos verificar que estes eram os momentos mais trabalhados devido também aquilo que era o modelo de jogo da equipa, sendo que, por a equipa querer ter bola e adotar uma postura dominante no jogo, o bloco alto era muitas vezes treinado, assim como o bloco médio, para que a equipa conseguisse ganhar bola ainda longe da sua baliza e pudesse organizar-se ofensivamente mais perto da baliza adversária.

No caso do processo ofensivo a fase mais trabalhada era a fase de criação, seguido da fase de construção. Estas duas fases eram as mais trabalhadas porque a ideia transmitida aos jogadores era de não ter medo de ter a bola e de ter paciência para achar contexto para criar situações de perigo à baliza adversária. E por isso, em ambas as fases (construção e criação) a equipa técnica sempre tentou passar a ideia de sair a jogar curto e em zonas intermédias do campo, criar as dinâmicas praticadas em treino.

No caso do processo de transições, a transição ofensiva foi a mais trabalhada. Este trabalho deve-se a situações defensivas que acabavam em situações de transição, trabalho realizado para

umentar também situações de ataque rápido. Estes exercícios normalmente eram realizados no dia -3/-2, dependendo das distâncias percorridas.

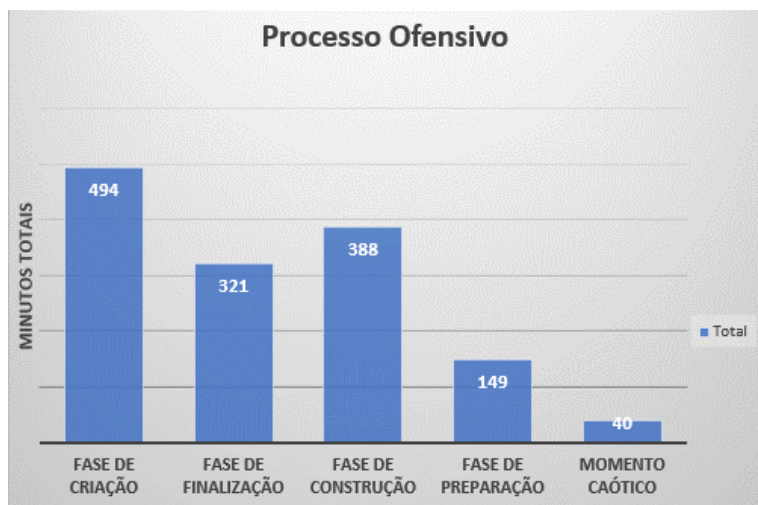


Figura 16 - Tabela dos minutos totais do Processo Ofensivo

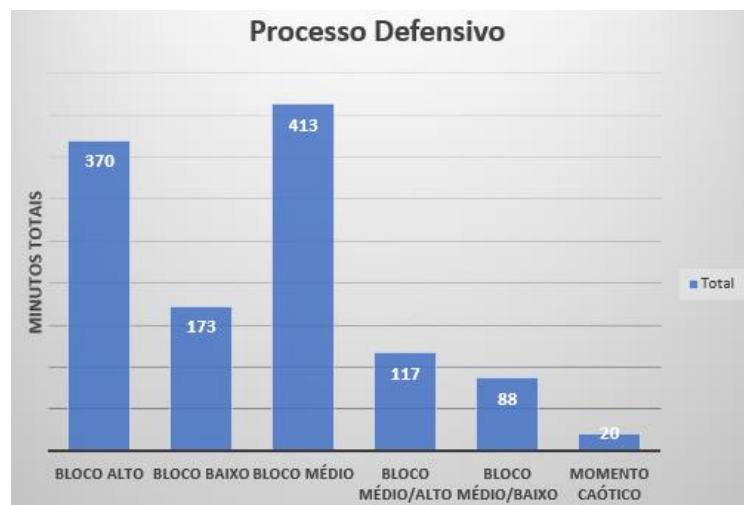


Figura 15 - Tabela dos minutos totais do Processo Defensivo

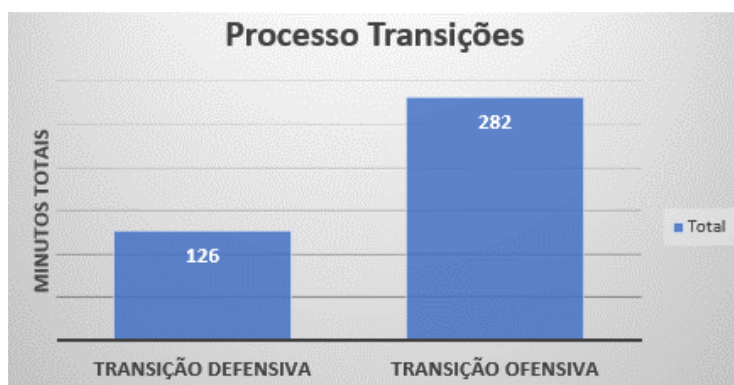


Figura 17 - Tabela dos minutos totais do Processo de Transições

Outra análise realizada para o relatório, era o tipo de exercício e também a dimensão do exercício.

O tipo de exercício dividiu-se em 4 itens, sendo eles a soma de específico e representativo; a soma de representativo; a soma de específico e a soma de complementar.

Os exercícios de soma de específico e representativo são os exercícios que mais se assemelham ao jogo, onde tem a especificidade do jogo e também a representação no que diz respeito à estrutura do exercício. Os exercícios representativos foram identificados quando não tinham especificidade, ou seja, eram exercícios que continham a estrutura e o contexto do jogo. Estes exercícios reproduziam os movimentos individuais e as interações entre os jogadores. Os exercícios específicos, referem-se à replicação de ações de carácter físico, técnico e tático em

jogo, eram exercícios que continham as ações e os movimentos específicos que os jogadores encontravam durante um jogo de competição.

Esta divisão foi feita para na análise se perceber qual era o tipo de exercício que mais estava a ser trabalhado. Como se pode verificar na figura 19, o tipo de exercício mais trabalhado foi a soma de específico e representativo.

A dimensão do exercício dividiu-se em 4 itens, sendo eles a soma do coletivo, a soma de intersectorial, a soma de intrasetorial e a soma de individual.

Os exercícios coletivos eram de situações de jogo, ou seja, de situações de GR+10x10+GR. Os exercícios intersectoriais foram identificados quando se treinava duas linhas (ofensivas ou defensivas) distintas, como por exemplo, um exercício com o objetivo de trabalhar a última linha defensiva e a linha média simultaneamente. Os exercícios intrasetoriais foram identificados quando se trabalhava um setor em específico, como por exemplo, um exercício com o objetivo de trabalhar apenas a última linha defensiva. Os exercícios individuais foram identificados quando se trabalhavam ações individuais dos jogadores.

Esta divisão foi feita para na análise perceber-se qual era a dimensão que mais estava a ser trabalhada. Como se pode verificar na figura 18, a dimensão do exercício mais trabalhada foi a soma de coletivo.

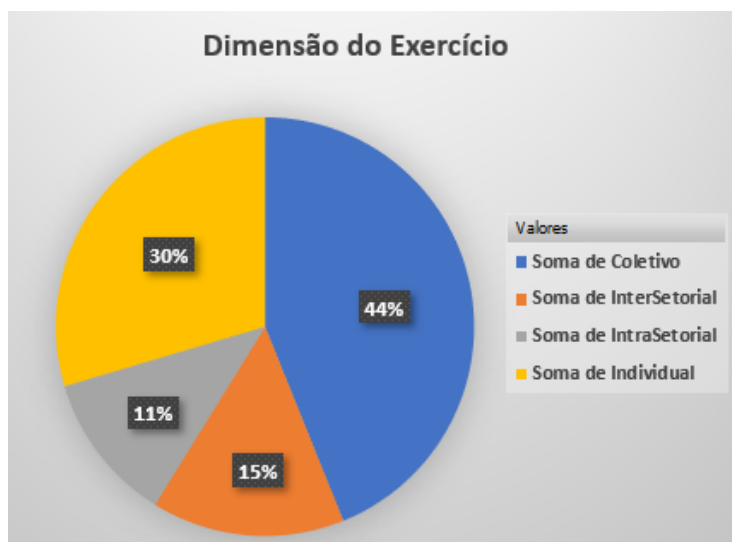


Figura 18 - Gráfico circular da Dimensão do Exercício



Figura 19 - Gráfico circular do Tipo de Exercício

Inicialmente, como referido anteriormente, considerou-se esta tarefa importante naquilo que era a reflexão do que estava a ser trabalhado semanalmente com aquilo que acontecia em jogo, com os momentos de jogo, com a condição física e com as ações individuais dos jogadores que se poderia melhorar. No decorrer da época, com o envio de diversos relatórios para o

treinador principal e de diversas reflexões conjuntas com a equipa técnica, começou-se a perceber que havia tabelas com maior importância, sendo elas a do processo defensivo e a do processo ofensivo. As outras tabelas e gráficos também eram visualizados, mas as tabelas referidas eram as mais discutidas, fazendo sentido pela dimensão tática ser uma dimensão importante a ser trabalhada. Outro aspeto que foi analisado e debatido com o treinador principal foi a organização e a especificidade dos pontos que eram trabalhados em cada conteúdo geral de treino. Após as análises realizadas aos relatórios e aos debates tidos com o treinador principal, chegou-se à conclusão de um novo sistema de organização e de nomenclatura dos conteúdos gerais do treino e os pontos correspondentes a cada conteúdo geral. Este novo sistema foi implementado quando o estagiário transitou do SCUT para o UDS.

## 2. Contextualização da entidade de estágio (UD Santarém)

### 2.1. Contextualização do clube

O clube União Desportiva de Santarém foi fundado em 1969 a partir da união de dois clubes previamente existentes: o Sport Grupo Scalabitano “Os Leões” (fundado em 1911) e o Sport Grupo União Operária. O jogo de estreia do clube União de Santarém não correu da melhor forma, tendo sido derrotados em casa do Tramagal por 3 a 1.

Em 1991 foi fundado os Ex-UDS, um grupo autónomo formado por atletas veteranos que tenham competido no clube, e que organiza anualmente o prestigiado torneio de Veteranos em Santarém.



Figura 21 - Distrito de Santarém



Figura 20 - Concelho de Santarém



Figura 22 - Símbolo do União Desportiva de Santarém

A nível Nacional, o destaque vai para o serem campeões da III Divisão nacional no ano 1974/75 e no ano 1984/85.

O relvado do Campo Chã das Padeiras foi renovado e inaugurado no dia 17 de Janeiro de 2013 no jogo de Portugal (Sub-20) contra a Eslováquia (Sub-20). O campo ficou habilitado a receber jogos internacionais.

Relativamente à história mais recente, no início do milénio, o clube apresentou graves dificuldades financeiras, tendo sido intermitente a sua participação até nos campeonatos distritais seniores da AF Santarém. Contudo com a ajuda de sócios com investimento relevante para o clube, a partir de 2016, o clube entrou numa clara ascensão, tendo atingido duas Subidas consecutivas. Em 2016/17 a equipa atingiu a fase de apuramento de campeão da 2ªdivisão da AF Santarém embora não tendo conseguido a Subida. No ano seguinte conquistaram a 2ªdivisão

de AF Santarém e respetiva Subida à 1ªdivisão onde foram novamente campeões em 2018/19. No regresso aos campeonatos nacionais, o União de Santarém conseguiu o apuramento para a Liga 3 na época 2020/21, no ano em que esta liga foi criada. Contudo não evitou a descida na época seguinte para o Campeonato de Portugal, onde se tem mantido.

Em 2022/2023 o União de Santarém disputou o Campeonato de Portugal, Série C, tendo ficado em 3º lugar, não alcançando os lugares de acesso à fase de Subida. Terminou o campeonato com a melhor defesa, tendo sofrido apenas 14 golos em 25 partidas.

## **2.2. Infraestruturas e Recursos Materiais**

Em relação àquilo que eram as infraestruturas do clube, a equipa sénior do UDS teve à sua disposição dois campos para poder realizar os treinos, um campo relvado, o Campo Chã das Padeiras e um campo sintético, o campo da Escola Agrária de Santarém, cujo trajeto demorava cerca de 7 minutos de carro com partida do Campo Chã das Padeiras que era o local de concentração para todos os treinos. Para fazer deslocar os jogadores, normalmente para o campo sintético o clube tinha à sua disposição 3 carrinhas de 9 lugares e um autocarro para deslocações em dias de jogo.

O campo sintético era utilizado, num microciclo competitivo, nos dias -4 e no dia -2, para haver uma gestão do relvado para o dia de jogo. Foram pensados estes dias no campo sintético devido à carga que era exigida e também por serem dias onde havia mais mudanças de direção por parte dos jogadores, sendo estes movimentos que causam maior estragos no campo relvado. No Campo Chã das Padeiras, eram realizados os treinos +2, -3 e -1, sendo estes os dias escolhidos devido a ter mais conteúdos de processo ofensivo (nomeadamente no dia -3) e ter a bola parada ofensiva e defensiva (nomeadamente no dia -1).

O clube tem à disposição quatro balneários, um para a equipa, outro para a equipa adversária, outro para treinadores e, por fim, outro para árbitros. Existe também um ginásio, um gabinete de posto médico, um espaço para arrumação de material desportivo, uma sala para pequeno almoço, uma sala de reuniões para treinadores, a sala do diretor desportivo e uma sala de estar para os jogadores poderem conviver e relaxar.

Relativamente às instalações no Campo Chã das Padeiras, considera-se que estas são suficientes para uma equipa que disputa o Campeonato de Portugal, contudo o ginásio poderia estar mais bem equipado, uma vez que não possui alguns equipamentos fundamentais para uma melhoria do estado físico dos jogadores, nomeadamente um suporte para agachamento, um *leg*

*extension* ou um *leg curl*, fazendo com que fosse necessário alguma capacidade do preparador físico para garantir o estímulo necessário para os jogadores que necessitam de trabalho complementar específico.

Ao nível dos recursos materiais a equipa teve à sua disposição duas balizas de futebol 11 (duas balizas fixas), 2 balizas de futebol 11 móveis, duas mini balizas, sinalizadores (multicores), oito barreiras de salto, doze varas com bico em aço, doze bases e doze varas, 3 bonecos, cinco escadas de coordenação, coletes (multicores), vinte e cinco bolas (quinze oficiais – as únicas permitidas para jogos do campeonato e dez para treino), quinze arcos, dez cones, uma caixa pliométrica e uma bola medicinal. Quanto a equipamentos de treino, os atletas utilizaram os têxteis cedidos pelo clube. O material de treino tinha algum uso e desgaste, o que obrigou a realização, por parte do treinador estagiário, de uma lista de materiais novos a adquirir.

## **2.3. Contextualização da equipa**

### **2.3.1. Equipa técnica e staff de apoio**

A equipa técnica iniciou o seu trabalho a meio da época desportiva no clube, sendo que começou a planear esta época desportiva de 2022/2023 no início do mês de fevereiro de 2023.

A equipa técnica era composta por 6 elementos: treinador principal, treinador adjunto, treinador adjunto/preparador físico, treinador adjunto/analista, treinador de guarda-redes e o treinador estagiário.

O *staff* de apoio era composto por dois fisioterapeutas, uma técnica de equipamentos e um delegado, que tinha também função de diretor desportivo.

Tabela 7 - Caracterização da equipa técnica e staff do UDS

<b>Nome: Treinador 1</b>	Data Nascimento: 1990-10-29 (33 anos)
Função: Treinador Principal	Clube anterior: SCU Torreense
Comentário: Treinador Principal pela primeira vez na sua carreira, no SCU Torreense, mas com uma vasta experiência em termos de funções, tendo passado por preparador físico e treinador adjunto em clubes como o Sporting CP, o CF Estrela da Amadora e o SCU Torreense. Detentor do nível II.	
<b>Nome: Treinador 2</b>	Data Nascimento: 1998-03-23 (25 anos)
Função: Treinador Adjunto	Clube anterior: Oriental
Comentário: Tendo treinado as equipas juniores do UD Vilafranquense e do SG Sacavenense e também as equipas seniores do SG Sacavenense e do Oriental, tem experiência neste campeonato. Treinador com formação académica na modalidade de futebol. Possui o nível I.	
<b>Nome: Diogo Filipe</b>	Data Nascimento: 2000-10-19 (23 anos)
Função: Treinador Estagiário	Clube anterior: SCU Torreense
Comentário: Treinador Adjunto pela primeira vez num escalão de Sub-19. Com passagem por equipas da formação no NS Rio Maior e no GDUE. Atuou como treinador adjunto na equipa sénior da SRD Negrais. Tem formação académica na modalidade de futebol. Possui o nível I.	
<b>Nome: Treinador 4</b>	Data Nascimento: 1990-05-09 (33 anos)
Função: Treinador Adjunto/Analista	Clube anterior: SCU Torreense
Comentário: Vasta experiência como observador e analista de jogos em diversos clubes de futebol. Não tendo formação académica ou associativa na área do treino, desenvolveu as suas capacidades e competências ao longo dos diversos anos enquanto observador e analista desta modalidade.	
<b>Nome: Treinador 5</b>	Data Nascimento: 1997-11-25 (25 anos)
Função: Treinador Adjunto/Preparador Físico	Clube anterior: CF Estrela da Amadora
Comentário: Treinador Adjunto e preparador físico em equipas da formação do NS Rio Maior. Esteve como preparador físico no CF Estrela da Amadora B. Não possui formação académica ou associativa na modalidade de futebol, mas é licenciado em condição física.	
<b>Nome: Treinador 6</b>	Data Nascimento: 1994-11-19 (28 anos)
Função: Treinador de Guarda-Redes	Clube anterior: CF União Serpense
Comentário: Vasta experiência como Treinador de Guarda-Redes em equipas da formação de Gillingham FC, Cardiff City FC e Pontypridd United AFC. Treinou também a equipa sénior do CF União Serpense nas últimas duas épocas. Tem formação académica na área do treino de Guarda-Redes.	
<b>Nome: Fisioterapeuta 1</b>	Data Nascimento: 1975-02-17 (48 anos)
Função: Fisioterapeuta	Clube anterior: AD Fazendense
Comentário: Fisioterapeuta presente nos treinos e jogos da equipa. Não possui formação académica ou associativa na modalidade de futebol, mas é licenciado em fisioterapia. Tem vários anos como fisioterapeuta no futebol.	
<b>Nome: Fisioterapeuta 2</b>	Data Nascimento: 1962-05-01 (61 anos)
Função: Fisioterapeuta	Clube anterior: UD Santarém
Comentário: Fisioterapeuta presente nos treinos e jogos da equipa. Não possui formação académica ou associativa na modalidade de futebol, mas é licenciado em fisioterapia. Tem vários anos como fisioterapeuta no futebol.	
<b>Nome: Delegado</b>	Data Nascimento: 1969-12-19 (53 anos)
Função: Delegado	Clube anterior: UD Santarém
Comentário: Delegado presente nos treinos e jogos da equipa. Atuou como jogador de futebol pelo UD Santarém nos escalões de formação e na equipa sénior. De toda a equipa técnica e <i>staff</i> é a pessoa com mais anos na estrutura do clube.	

De seguida, são apresentadas as tarefas realizadas por cada elemento da equipa técnica (com exceção do treinador estagiário) e dos elementos do *staff* de apoio.

**a) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 1 – Treinador Principal:**

- Planeamento do macrociclo, dos mesociclos, dos microciclos e das unidades de treino;
- Responsável pela organização do modelo de jogo e modelo de treino;
- Supervisão das tarefas desenvolvidas da restante equipa técnica e *staff* de apoio;
- Operacionalização e condução de exercícios de treino;
- Realização das palestras em dia de jogo;
- Realizações da *flash interview* após os jogos competitivos.

**b) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 2 – Treinador Adjunto:**

- Responsável pela análise da própria equipa;
- Responsável por delinear estratégias de jogo juntamente com o treinador principal;
- Operacionalização de tarefas de treino secundárias ou até mesmo tarefas de treino principais (caso o treinador principal esteja em visualização superior);
- Responsável por apresentar sugestões para esquemas táticos ofensivos e defensivos;
- Responsável pelo treino complementar técnico, nomeadamente o desenvolvimento técnico individual e a definição de aspetos de melhoria.

**c) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 4 – Analista:**

- Responsável pela análise do adversário;
- Construção da base de dados para *scouting*;
- Ajuda complementar em treino ou de observação externa/filmagem;
- Responsável por apresentar propostas de estratégia para o jogo;
- Responsável pela multimédia e audiovisuais;
- Responsável por mostrar indicadores táticos coletivos – controlo tático da competição.

**d) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 5 – Preparador Físico:**

- Responsável pela preparação física da equipa;
- Desenvolvimento do trabalho físico individual e coletivo com sessões de 30 minutos antes do treino e grupos no pós-treino (até 30 minutos);
- Responsável pelo controlo da carga de treino utilizando os indicadores de PSE, Bem-estar, DOMS, Hidratação e Sono;
- Realização das dinâmicas de carga nos microciclos juntamente com o treinador principal;

- Ligação direta com o posto médico;
- Realização do aquecimento e de atividades de otimização das qualidades físicas;
- Responsável pelo material do ginásio (realização do inventário);
- Controlo do treino físico e da composição corporal dos jogadores.

**e) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Treinador 6 – Treinador de Guarda-Redes:**

- Responsável pelo treino dos guarda-redes;
- Trabalho com os guarda-redes de forma individual, apoio e *feedback* durante as situações coletivas (trabalho integrado);
- Próximo do treinador principal no aconselhamento e gestão de eventuais conflitos de grupo;
- Proximidade inteligente com os jogadores, em prol da equipa;
- Responsável por apresentar ideias para dinamização/decoração do espaço assim como de tarefas que desenvolvam o espírito de grupo.

**f) Descrição das tarefas desenvolvidas pelos Fisioterapeutas 1 e 2:**

- Indicação até 30 minutos antes do treino sobre a condição física dos jogadores;
- Massagens musculares de pré-ativação;
- Presença durante a sessão de treino para auxílio imediato em caso de lesão;
- Realização de tratamento no posto médico aos jogadores lesionados;
- Planeamento e realização de exercícios em campo após lesão de um jogador (caso seja necessário);
- Exercícios de fortalecimento muscular após lesão de um jogador.

**g) Descrição das tarefas desenvolvidas pelo Delegado/Diretor Desportivo:**

- Responsável pela organização e logística do treino e do jogo;
- Participação ativa na constituição do plantel;
- Conselheiro desportivo relativamente à prestação da equipa em jogo;
- Responsável pela organização de logística de hotéis e refeições em dias de jogo;
- Responsável pela receção à equipa de arbitragem.

### 2.3.2. Constituição do plantel

A chegada à equipa sénior do UDS foi desde cedo desafiante, onde o tempo para adaptar a equipa ao modelo de jogo foi bastante reduzido. Os elementos que transitaram e acompanharam o treinador principal, nomeadamente o treinador analista e o treinador estagiário, começaram os trabalhos no dia 1 de fevereiro de 2023, numa quarta-feira, tendo apenas 4 dias de treino até ao primeiro jogo.

O plantel contava com 23 jogadores sendo que a sua constituição foi de 3 guarda-redes (GR), 3 defesas centrais (DC), 4 defesas laterais (DL), 2 médios defensivos (MDef), 2 médios centro (MC), 2 médios ofensivos (MO), 5 extremos (EXT) e 2 avançados (AV). A média de idades situou-se nos 24,60 anos. A média de altura da equipa situou-se nos 179,3 centímetros (Cm) e a média de peso situou-se nos 72,3 quilogramas (Kg).

Dos 23 jogadores, 2 encontravam-se lesionados (sendo estes jogadores de campo), fazendo com que houvesse apenas 18 jogadores de campo e os 3 guarda-redes. Este número de jogadores de campo complicou aquilo que era a organização dos treinos, isto porque, em situações de exercícios de jogo formal para rever comportamentos coletivos da equipa em situação de 11 contra 11, era extremamente difícil de conseguir sem ter os 22 jogadores à disposição. Para combater esta falta de jogadores, teve de se utilizar um guarda-redes para jogador de campo e também a entrada de um treinador no exercício para fazer de jogador de campo.

Ao longo da restante época desportiva, a equipa técnica procurou jogadores para as posições mais debilitadas do plantel, principalmente a posição de avançado, isto porque, além de termos apenas dois avançados, um deles estava constantemente a lesionar-se. A possível subida de jogadores da equipa de juniores do clube, foi considerada, mas rapidamente revogada, isto porque, as características e a qualidade dos jogadores da equipa dos juniores estavam distantes daquilo que era pretendido para a equipa sénior. Apesar da procura constante de jogadores noutros clubes, não se chegou a conseguir contratar nenhum jogador para nenhuma posição.

Tabela 8 - Caracterização do plantel do UDS

Jogador	Idade	Posição	Altura	Peso	Anos de Clube
<b>Jogador 1</b>	1989-11-21 (33 anos)	Guarda-Redes	1,85	82,0	Empréstimo
<b>Jogador 2</b>	2000-04-27 (23 anos)	Guarda-Redes	1,87	84,0	Contratação
<b>Jogador 3</b>	2004-11-28 (18 anos)	Guarda-Redes	1,71	81,0	1
<b>Jogador 4</b>	1990-03-31 (33 anos)	Defesa Central	1,83	73,0	Contratação
<b>Jogador 5</b>	1994-06-26 (29 anos)	Defesa Central	1,90	83,0	1
<b>Jogador 6</b>	1998-10-01 (24 anos)	Defesa Central	1,90	75,0	Contratação
<b>Jogador 7</b>	2001-03-09 (22 anos)	Defesa Direito	1,82	72,0	Contratação
<b>Jogador 8</b>	1997-05-16 (26 anos)	Defesa Direito	1,81	75,0	1
<b>Jogador 9</b>	2001-03-28 (22 anos)	Defesa Esquerdo	1,78	70,0	Contratação
<b>Jogador 10</b>	1997-03-11 (26 anos)	Defesa Esquerdo	1,79	70,0	Contratação
<b>Jogador 11</b>	1998-09-01 (18 anos)	Médio Defensivo	1,84	73,0	Contratação
<b>Jogador 12</b>	2001-09-11 (21 anos)	Médio Defensivo	1,87	70,0	Contratação
<b>Jogador 13</b>	1995-09-23 (27 anos)	Médio Centro	1,77	68,0	Contratação
<b>Jogador 14</b>	1999-07-08 (23 anos)	Médio Centro	1,75	70,0	Contratação
<b>Jogador 15</b>	1999-11-11 (23 anos)	Médio Ofensivo	1,79	71,0	2
<b>Jogador 16</b>	1998-09-08 (24 anos)	Médio Ofensivo	1,67	62,0	Contratação
<b>Jogador 17</b>	2001-04-29 (22 anos)	Extremo Direito	1,70	57,0	1
<b>Jogador 18</b>	1988-05-09 (35 anos)	Extremo Direito	1,74	67,0	Contratação
<b>Jogador 19</b>	1999-04-11 (24 anos)	Extremo Esquerdo	1,76	63,0	Contratação
<b>Jogador 20</b>	2001-02-20 (22 anos)	Extremo Esquerdo	1,78	68,0	Contratação
<b>Jogador 21</b>	2005-03-16 (18 anos)	Extremo Esquerdo	1,71	68,0	Contratação
<b>Jogador 22</b>	1994-01-20 (29 anos)	Avançado	1,79	83,0	Contratação
<b>Jogador 23</b>	1998-09-25 (24 anos)	Avançado	1,82	78,0	Contratação

Tabela 9 - Caracterização geral do plantel UDS

Variável	Média	Mínimo	Máximo
Idade (Anos)	24,60	18	35
Altura (Cm)	179,3	167	190
Peso (Kg)	72,3	57	84

Durante o resto da época, a equipa técnica tentou sempre implementar as suas ideias para os jogadores coletivamente e individualmente e também maximizar a sua forma física para que pudessem ter um maior rendimento durante os jogos de competição. As ideias coletivas e individuais foram tendo algumas alterações após um melhor conhecimento das capacidades técnico-táticas dos jogadores. Para controlar a forma física dos jogadores, o peso dos mesmos foi uma das ferramentas controlada semanalmente para que cada um pudesse melhorar a cada semana a sua forma física para obter um melhor rendimento na competição.

### 2.3.3. Enquadramento Competitivo

O Campeonato de Portugal na época desportiva 2022/2023 foi disputado por 56 clubes: os quatro clubes que desceram da Liga 3, os 20 clubes indicados pelas Associações Distritais e Regionais e os clubes que asseguraram a manutenção na prova.

O Campeonato de Portugal foi composta por três fases: a 1.ª Fase, a 2.ª Fase – Subida e a 3.ª Fase – Apuramento de Campeão.

**1ª fase** – O Campeonato de Portugal na 1.ª Fase foi disputado por 56 clubes, que foram divididos por quatro séries de 14 equipas, distribuídos de acordo com a sua localização geográfica, nos termos regulamentares. Em cada série, os clubes jogaram entre si, duas vezes e por pontos, uma na qualidade de visitado e outra na qualidade de visitante, conforme sorteio. Os primeiros dois classificados de cada série, num total de oito, foram apurados para a 2.ª Fase – Subida e asseguram a manutenção na Prova. Os seis piores classificados de cada série desceram aos campeonatos distritais, num total de 24 clubes. Os restantes clubes classificados de cada série asseguraram a manutenção na Prova.

**2ª fase – Subida** – Esta fase foi disputada por oito clubes, distribuídos em duas séries de quatro equipas, de acordo com a sua localização geográfica. Em cada série todos os clubes jogaram entre si duas vezes e por pontos, uma na qualidade de visitado e outra na qualidade de

visitante, conforme sorteio. O 1.º e o 2.º, classificados de cada série apuraram-se para a Liga 3 da época seguinte. O 1.º classificado de cada série apurou-se para a 3.ª Fase.

**3ª fase – Apuramento de campeão** – Esta fase foi destinada a determinar o campeão da Prova, onde foi disputado num jogo (Final), em campo neutro, pelos dois clubes apurados, destinado a determinar o campeão da Prova.

### 2.3.4. Análise da competição

O objetivo, informado pelo diretor desportivo, para o término da 1ª fase, foi acabar num dos dois primeiros lugares que davam acesso à 2ª fase – Subida.

À chegada da nova equipa técnica, o União Desportiva de Santarém encontrava-se no terceiro lugar, com 28 pontos em 16 jogos realizados, tendo 7 vitórias, 7 empates e 2 derrotas, com 23 golos marcados e 10 golos sofridos (figura 23).

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	1º Dezembro	31	16	9	4	3	26	12	+14
2	Benf. Castelo Branco	28	16	7	7	2	18	12	+6
3	U. Santarém	28	16	7	7	2	23	10	+13
4	Pêro Pinheiro	25	15	7	4	4	20	18	+2
5	Sintrense	25	15	6	7	2	21	13	+8
6	Mortágua FC	25	16	7	4	5	25	21	+4
7	Marinhense	25	16	7	4	5	15	13	+2
8	Sertanense	24	16	6	6	4	20	13	+7
9	Coruchense	23	15	6	5	4	19	14	+5
10	União da Serra	23	16	7	2	7	17	20	-3
11	GS Loures	14	16	3	5	8	11	23	-12
12	Arronches e Benfica	13	16	4	1	11	7	25	-18
13	Alcains	7	16	2	1	13	13	27	-14
14	Rio Maior SC	0	13	1	3	9	8	22	-14

Figura 23 - Classificação do Campeonato de Portugal – Série C à 16ª Jornada

A dificuldade que se sentiu no primeiro microciclo foi tentar passar uma ideia de jogo nova aos jogadores tentando que não passasse demasiada informação, isto porque, os jogadores tinham hábitos e rotinas diferentes daquilo que se pretendia em relação à ideia de jogo. No entanto, nos dois primeiros jogos, ainda sem a ideia de jogo consolidada e bem assente no

grupo, a equipa fez 2 jogos em que conseguiu ser superior ao adversário, tendo mais oportunidades de golo, mas infelizmente não conseguiu concretizar mais que o adversário, fazendo com que se tenha perdido um jogo e empatado o outro. Após mais uma semana de trabalho, começou-se a verificar que as dinâmicas estavam a ser realizadas da maneira pretendida e os jogadores a adotarem os comportamentos que a equipa técnica queria que acontecessem em jogo.

Com o desenvolvimento do trabalho e com a determinação por parte dos jogadores, a equipa conseguiu, realizar até ao fim do campeonato, uma sequência de 7 jogos sem sofrer nenhuma derrota, tendo 6 vitórias e 1 empate. Infelizmente, nem esta sequência de bons resultados fez com que a equipa alcançasse o objetivo (ficando apenas a 1 ponto), não passando à fase seguinte. Com a entrada da nova equipa técnica, na qual o estagiário fez parte, a equipa conseguiu efetuar 20 pontos em 9 jogos realizados, tendo 6 vitórias, 2 empates e uma derrota, sendo uma média de 2,22 pontos por jogo, onde marcou 17 golos e sofreu 4 golos.

A equipa terminou no terceiro lugar, com 48 pontos em 25 jogos realizados, tendo 13 vitórias, 9 empates e 3 derrotas, com 40 golos marcados e 14 golos sofridos (figura 24).

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	1º Dezembro	50	25	15	5	5	37	19	+18
2	Pêro Pinheiro	49	25	14	7	4	34	24	+10
3	U. Santarém	48	25	13	9	3	40	14	+26
4	Marinhense	42	25	12	6	7	31	24	+7
5	Benf. Castelo Branco	40	25	10	10	5	33	27	+6
6	Mortágua FC	36	25	9	9	7	41	38	+3
7	Sertanense	36	25	9	9	7	30	25	+5
8	Sintrense	36	25	9	9	7	34	25	+9
9	Coruchense	30	25	7	9	9	30	28	+2
10	União da Serra	30	25	9	3	13	31	40	-9
11	GS Loures	25	25	6	7	12	26	41	-15
12	Arronches e Benfica	19	25	5	4	16	15	39	-24
13	Alcains	14	25	4	2	19	23	47	-24
14	Rio Maior SC	0	13	1	3	9	8	22	-14

Figura 24 - Classificação do Campeonato de Portugal – Série C na última jornada

## 2.4. Funções e Tarefas desempenhadas

Neste ponto são descritas as tarefas realizadas pelo estagiário na equipa sénior do UDS.

### 2.4.1. Treino (Planeamento, Operacionalização e Condução do Treino)

- Realizar plano de treino no computador para posteriormente ser impresso e ter o treino em papel para a unidade de treino (figura 25 e 26);

 <b>União Desportiva de Santarém</b> Plano de Unidade de Treino Época: 2022 / 2023 Equipa: Seniores Competição: Campeonato de Portugal Série C		MATERIAL		
		<b>Objetivos Principais:</b> Princípios Ofensivos e Defensivos  <b>Dimensão Tática:</b> OO – Fase de Construção; Fase de Criação e Preparação  <b>Dimensão Técnica:</b> Ações técnicas ofensivas e defensivas  <b>Dimensão Física:</b> Resistência	Bolas: 25 Sinalizadores: 10 + 10 + 10 Pinos: Coletes: 8 + 6	Escadas: Marcas: Outro:
<b>Palavras-Chave no discurso de todos no treino:</b>		<b>Observações:</b>		
Jogadores		Fase Inicial	TE	TTA
Total de Jogadores: 19 + 3		<b>Aquecimento</b>  <b>Trabalho de Passe (Apoio Frontal)</b>  <b>Objetivo:</b> Ações Técnicas – Passe e receção <b>Objetivos Complementares:</b> Combinações diretas e Indiretas <b>Forma:</b> 6 + 6 + 6 <b>Espaço:</b> 15m + 15m x 15m + 15m (x3) (1'+1' + 1'+1' + 1'+1' + 1'+1'+1') 1ª Variante – Grafismo 2ª Variante – Grafismo 3ª Variante – Grafismo 4ª Variante – Grafismo  <b>Funções e Tarefas dos Treinadores durante o ET:</b> ----- Tempo e Feedback; Colocação de bola no ET e Feedback ; Colocação de bola no ET e Feedback ; - Colocação de bola no ET e Feedback ;	10'	10'
01	Inicial Passador			10'
02			<b>GR : 0</b>	
03				
04		<b>Fase Principal</b>  <b>Trabalho de linha e defesa de cruzamento</b>  <b>Forma:</b> 6 x 4 + GR / 8 x 6 + GR / GR + 9 x 9 + GR) <b>Espaço:</b> 30m + 30m x 68m <b>Descrição:</b> Situação de 6 contra 4 + GR  1ª Série – Ataca 6 x 4 de um lado e depois do outro  2ª Série – Os extremos e DL sobem e descem, atacam 8 x 6 e 8 x 6  3ª Série – Um médio para cada equipa e joga livre		
05				6' + 6' + 6' + 6'
06			<b>GR : 2</b>	
07				
08				
09				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				

Figura 25 - Exemplo de plano de treino digital (parte da frente) do UDS

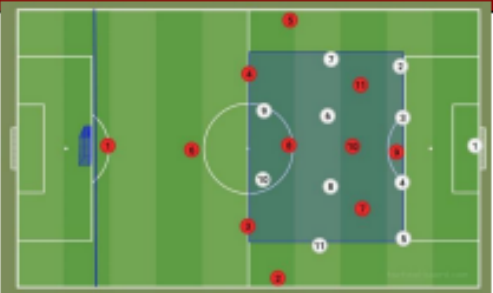

Fase Principal	
<p><b>Processo Ofensivo – Fase de Preparação + Fase de Criação</b></p> <p>Forma: GR + 10 x 10 + GR      Espaço: 80m x 68m</p> <p>Descrição: Situação de GR + 10 x 10 + GR</p> <p>Equipa em PO (fase de preparação e fase de criação) tem como objetivo fazer golo.</p> <p><b>Alternar entre as seguintes situações:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Construção a 3 com médio dentro</li> <li>- Construção com médio fora e outro dentro</li> <li>- Construção com Lateral direito baixo</li> <li>- Construção com lateral esquerdo baixo</li> </ul> <p><b>No terceiro período dinâmica igual, mas equipa em PO em 4 – 4 – 2</b></p>	 <p><b>Funções e Tarefas dos Treinadores durante o ET:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· Tempo e Feedback;</li> <li>· Fora de jogo e Feedback</li> <li>· Fora de jogo e Feedback</li> <li>· Inclusão no exercício</li> </ul> <p><b>Trocar a meio</b></p> <p style="text-align: right;"><b>GR : 2</b></p>
Fase Final	
<p><b>Processo Ofensivo – Fase de Construção e Referencias de bloco médio sem bola</b></p> <p style="text-align: center;">+</p> <p><b>Processo Defensivo – Bloco Alto</b></p> <p>Forma: GR + 10 x 10 + GR      Espaço: 3/4 do campo</p> <p>Descrição:</p> <p>Se houver jogo direto e perdermos o duelo, só o setor defensivo defende</p> <p><b>Funções e Tarefas dos Treinadores durante o ET:</b></p> <p>Filipe – Tempo e Feedback;</p> <p>Diogo – Fora de jogo e Feedback</p> <p>André – Fora de jogo e Feedback</p> <p>Shamilo – Ver de bolas</p>	 <p><b>Trocar a meio</b></p> <p style="text-align: right;"><b>GR : 2</b></p>

Figura 26 - Exemplo de plano de treino digital (parte traseira) do UDS

- Suporte na gestão do material, montagem dos exercícios de treino e recolha do material para gestão dos espaços durante e após o final do treino;

- Ajuda ao treinador principal nos exercícios da parte principal do treino, assegurando a observação e reflexão sobre o cumprimento dos objetivos definidos para o exercício;
- Auxílio ao treinador principal na intervenção dos exercícios desenvolvidos na parte principal do treino, nomeadamente quando eram executados dois exercícios em simultâneo;
- Suporte nos exercícios da parte principal através de *feedback* específico para alguns jogadores ou conjunto de jogadores, como por exemplo, a última linha defensiva;
- O controlo do fora de jogo e a reposição de bola em exercícios que assim o exigiam;
- Reflexão coletiva sobre o treino e jogadores com a equipa técnica no fim de cada unidade de treino.

### 2.4.2. Competição

- Responsável no cumprimento dos horários estipulados, definidos para a equipa, nos dias de jogo;
- Montagem dos espaços para o aquecimento de jogo, nomeadamente o espaço da mobilização articular, do passe e receção, da posse de bola, dos livres laterais defensivos, da finalização e das saídas de velocidade;



1. LIVRE (c/ e s/ bola) - 2'
  2. MOBILIZAÇÃO GERAL - 4'
  3. PASSE E RECEÇÃO + PROGRESSÃO E CONTENÇÃO - 3'
  4. POSSE DE BOLA - 1',30" + LIVRE LATERAL - 1' (2x)  
(5x5) + Jo
  5. PADRONIZADO | POSICIONAMENTO DEFENSIVO - 5'
  6. FINALIZAÇÃO - 3'
  7. SAÍDAS VELOCIDADE - 2'
- A - 10m; B - 10m + mudança direção (2x); C - 30m.

Figura 27 - Grafismo da montagem dos espaços para o aquecimento de jogo no UDS

- Suporte no período de aquecimento da equipa, nomeadamente na gestão dos espaços, das bolas e no *feedback* motivacional aos jogadores;
- Comunicação por auricular com o treinador analista para facilitar o processo de substituições e informações acerca do jogo;

- Foco no comportamento do adversário e análise das substituições efetuadas;
- Comunicação com a restante equipa técnica ao intervalo para reflexão sobre a primeira parte do jogo e sobre os aspetos de melhoria para a segunda parte.

### 2.4.3. Extra treino/competição

- Análise do árbitro para os jogos oficiais de competição;



União Desportiva de Santarém



União Desportiva de Santarém



CAMPIONATO DE PORTUGAL

Análise do árbitro referente à jornada 24 (1º Dezembro)

Árbitro
Idade:
Associação:
Profissão:

Observador:



Figura 28 - Página 1 da Análise do Árbitro para um jogo competitivo no UDS

Jogos realizados pelo árbitro

22/01/23	CAN	Imortal Albufeira	2 - 2	Praiense	⚠ x3
07/01/23	CAN	Marítimo II	2 - 0	Camacha	⚠ x8
27/11/22	CAN	Aronches e Benfica	0 - 0	Marinhense	⚠ x3
30/10/22	CAN	Atlético CP	2 - 2	Oriental Dragon	⚠ x4
18/09/22	CAN	1º Dezembro	4 - 0	Pêro Pinheiro	⚠ x5
29/05/22	CAN	Olhanense	2 - 1	Sertanense	⚠ x5
24/04/22	CAN	Moncarapachense	0 - 0	CF Os Belenenses	⚠ x4
06/03/22	CAN	Marinhense	2 - 3	Fontinhas	⚠ x3
29/01/22	CAN	Juventude Évora	5 - 0	FC Barreirense	⚠ x5
19/12/21	CAN	Benfica Castelo Branco	2 - 2	União Idanhense	⚠ x7
05/12/21	CAN	O Elvas	1 - 0	Operário	⚠ x2
24/10/21	CAN	CF Os Belenenses	2 - 0	Loures	⚠ x3
09/05/21	CAN	Loures	0 - 0	Oliveira Hospital	⚠ x2
11/11/20	CAN	Torreense	2 - 0	Sintrense	⚠ x3

Figura 29 - Página 2 da Análise do Árbitro para um jogo competitivo no UDS

- Responsável por trazer novas ideias à equipa através da observação de jogos de outros contextos;
- Analisar e dizer aspetos concretos da estratégia que não estejam otimizados;
- Sentir o estado anímico dos jogadores e dar *feedback* ao treinador principal;
- Responsável pelo controlo de treino (conteúdos e volume de treino) e pelo envio do relatório quinzenalmente ao treinador principal.

### 2.5. Análise da atividade

Neste ponto são analisadas todas as tarefas e atividades realizadas na equipa sénior do UDS.

### 2.5.1. Enquadramento

A integração no contexto do UDS ocorreu no dia 01 de fevereiro de 2023, numa quarta-feira, durante o período competitivo da equipa, havendo jogo nesse domingo a contar para o campeonato.

Para realizar o planeamento do período competitivo, a equipa técnica chegou à conclusão de que era para manter o microciclo tipo que estava a ser utilizado pela equipa técnica anterior (Tabela 10).

Tabela 10 - Microciclo Tipo no período competitivo do UDS

Microciclo Tipo – União Desportiva de Santarém - 2022/2023						
Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Jogo +1	Jogo +2	Jogo -4	Jogo -3	Jogo -2	Jogo -1	Jogo
	<b>Chegada</b> <b>08:45h</b>	<b>Chegada</b> <b>08:45h</b>	<b>Chegada</b> <b>08:45h</b>	<b>Chegada</b> <b>08:45h</b>	<b>Chegada</b> <b>08:45h</b>	<b>Chegada</b> <b>08:45h</b>
<b>Folga</b>	<b>Treino</b> <b>10:00h</b>	<b>Treino</b> <b>10:00h</b>	<b>Treino</b> <b>10:00h</b>	<b>Treino</b> <b>10:00h</b>	<b>Treino</b> <b>10:00h</b>	<b>Treino</b> <b>10:00h</b>

A equipa técnica adotou para o período competitivo um microciclo tipo, composto por cinco treinos semanais, o dia de jogo oficial e uma folga, esta no dia após o jogo (Jogo +1).

O dia “+1” de um microciclo competitivo, dia de folga para a equipa, era visualizado o jogo que tinha ocorrido no dia anterior, tirado notas dos jogadores e também do jogo coletivo ofensivo e defensivo praticado no jogo. Estas notas eram tiradas para poder debater com a equipa técnica o que tinham percecionado do jogo e também pensar em estratégias de melhoria individuais e coletivas para que pudesse haver melhorias naquilo que era o jogo praticado pela equipa.

O treino “+2”, normalmente a uma segunda-feira, iniciava com a visualização e com a análise de vídeo do jogo anterior, onde eram mostrados vídeos curtos dos diferentes momentos de jogo. O treino no campo era dividido para os jogadores que tinham sido mais utilizados no jogo anterior e para os que tinham sido menos utilizados no jogo anterior, havendo um trabalho de recuperação para os mais utilizados e um trabalho com estímulos mais fortes, através de jogos competitivos, para os jogadores menos utilizados.

O treino “-4” iniciava-se com uma análise de vídeo do próximo adversário, nomeadamente o processo ofensivo nas suas diferentes fases (fase de construção baixa (com o guarda-redes);

fase de construção média/alta; fase de criação e fase de finalização) e a transição ofensiva. Era também explicado as estratégias defensivas que a equipa ia adotar para anular o processo ofensivo adversário. Este era o treino da semana com maior volume de treino (cerca de 90 minutos) sendo a força a capacidade motora a trabalhar.

O treino “-3” iniciava-se com uma análise de vídeo do próximo adversário, nomeadamente o processo defensivo nas suas diferentes fases (bloco alto/pressão alta; bloco médio e bloco baixo) e a transição defensiva. Era também explicado as estratégias ofensivas que a equipa ia adotar para anular o processo defensivo adversário. Este treino da semana variava entre 75 e 90 minutos de volume de treino, sendo a resistência a capacidade motora a trabalhar.

Em alguns microciclos, a análise de vídeo do próximo adversário, nomeadamente o processo defensivo e a transição defensiva, poderia ser realizada no treino “-4”, fazendo com que não houvesse a análise de vídeo no treino “-3”.

O treino “-2” foi focado em aspetos mais ofensivos (nomeadamente a fase de criação e a fase de finalização) da equipa e em trabalho de momentos de jogo que eram analisados nos treinos anteriores e que precisavam de ser trabalhados para consolidar posicionamentos ou dinâmicas. O volume de treino neste dia era cerca de 75 minutos e focava-se na capacidade motora da velocidade.

O treino “-1”, último treino antes do jogo, era o dia com menor volume de treino (60 minutos), iniciando-se com a análise das bolas paradas ofensivas e defensivas do adversário. A velocidade de reação era a capacidade motora trabalhada neste dia.

A cada semana, no fim de um microciclo, era realizado o planeamento do microciclo seguinte. Este era desenvolvido pelo treinador principal e por vezes com a ajuda da restante equipa técnica. O treinador principal realizava o planeamento dos conteúdos gerais e específicos do treino e construía os exercícios mais aquisitivos do ponto de vista técnico-tático. O preparador físico elaborava uma proposta de planeamento da dinâmica das cargas semanais sugerindo o que fazer no pré-treino, os conteúdos físicos a trabalhar, o volume de treino total semanal e diário e o regime de treino associado à PSE prevista para cada uma das unidades de treino. O treinador adjunto planeava os exercícios a realizar no trabalho técnico individual dos jogadores. O treinador de guarda-redes realizava o planeamento semanal consoante o tempo do treino em que eram precisos os guarda-redes para exercícios coletivos no treino. O treinador estagiário, a pedido do treinador principal, ajudou no planeamento das unidades de treino, e por vezes, planeava exercícios da parte inicial do treino, nomeadamente exercícios de ações técnicas ofensivas e defensivas e exercícios de posse de bola.

De seguida, é apresentado o calendário do período em que o estagiário esteve inserido na equipa de seniores do União Desportiva de Santarém (Tabela 11).

Tabela 11 - Calendário em que o estagiário esteve inserido de fevereiro a abril

	FEVEREIRO		MARÇO		ABRIL	
SEG						
TER						
QUA	1		1			
QUI	2		2			
SEX	3		3	TREINO (T)		
SÁB	4		4	TREINO (T)	1	TREINO (T)
DOM	5	J17 – GD CORUCHENSE (C)	5	J21 – SERTANENSE FC (C)	2	J24 – SU 1ºDEZEMBRO (F)
SEG	6	FOLGA	6	FOLGA	3	FOLGA
TER	7	TREINO (T)	7	TREINO (T)	4	TREINO (T)
QUA	8	TREINO (T)	8	TREINO (T)	5	TREINO (T)
QUI	9	TREINO (T)	9	TREINO (T)	6	TREINO (T)
SEX	10	TREINO (T)	10	TREINO (T)	7	TREINO (T)
SÁB	11	TREINO (T)	11	TREINO (T)	8	TREINO (T)
DOM	12	J18 – CA PÊRO PINHEIRO (F)	12	J22 – UNIÃO DA SERRA (F)	9	J25 – AC MARINHENSE (C)
SEG	13	FOLGA	13	FOLGA	10	FOLGA
TER	14	TREINO (T)	14	TREINO (T)	11	TREINO (T)
QUA	15	TREINO (T)	15	TREINO (T)	12	TREINO (T)
QUI	16	TREINO (T)	16	TREINO (T)	13	TREINO (T)
SEX	17	TREINO (T)	17	TREINO (T)	14	TREINO (T)
SÁB	18	TREINO (T)	18	TREINO (T)	15	TREINO (T)
DOM	19	J19 – GS LOURES (C)	19	J23 – MORTÁGUA (C)	16	J26 – RIO MAIOR SC
SEG	20	FOLGA	20	FOLGA	17	
TER	21	TREINO (T)	21	TREINO (T)	18	
QUA	22	TREINO (T)	22	TREINO (T)	19	
QUI	23	TREINO (T)	23	TREINO (T) + ATIVIDADE	20	
SEX	24	TREINO (T)	24	TREINO (T)	21	
SÁB	25	TREINO (T)	25	FOLGA	22	
DOM	26	J20 – CD ALCAINS (F)	26	FOLGA	23	
SEG	27	FOLGA	27	FOLGA	24	
TER	28	TREINO (T)	28	TREINO (T)	25	
QUA			29	TREINO (T)	26	
QUI			30	TREINO (T)	27	
SEX			31	TREINO (T)	28	
SÁB					29	
DOM					30	
SEG					31	

### 2.5.2. Treino (Planeamento, Operacionalização e Condução do Treino)

Chegava-se ao local do treino uma hora e um quarto antes do início do mesmo e realizava-se a montagem dos espaços do treino, para que, dentro do possível da montagem dos exercícios estivesse praticamente tudo pronto para o início da unidade de treino no campo.

Cerca de 60 minutos antes do treino começar, entregava-se aos restantes elementos da equipa técnica, o treino impresso numa folha de papel (exemplo na figura 25 e 26) e procedia-se à explicação da organização do treino, referindo-se as dinâmicas dos exercícios que se desenrolariam durante o treino, das tarefas de cada treinador durante os exercícios e também

as tarefas nas transições dos exercícios. Esta explicação do treino acontecia porque se ficou encarregue de realizar o treino em formato digital, ou seja, de passar o treino realizado no papel pelo treinador principal para computador, organizando as ideias e sofisticando alguns pontos do treino. O treino estar devidamente organizado e impresso, permitiu que a montagem dos exercícios pudesse ser realizada por qualquer elemento da equipa técnica, que estes saibam as suas tarefas antes, durante e depois dos exercícios, que *feedbacks* poderiam usar nos exercícios e que critérios de êxito eram os corretos nas ações dos jogadores no exercício.

Após a explicação do treino, a equipa técnica, dependendo do dia do microciclo, seguia para o campo para dar início ao treino ou deslocava-se ao balneário para a sessão de análise de vídeo.

Durante o treino, ficou-se encarregue de diversas tarefas, passando pela gestão do tempo dos exercícios, a reposição de bolas, na contagem de pontos em exercícios competitivos, no *feedback* específico para alguns jogadores ou conjunto de jogadores, como por exemplo, a última linha defensiva e no *feedback* motivacional aos jogadores nos exercícios. O treinador estagiário, por realizar o treino em formato digital e por estar mais identificado com o que era pretendido para os exercícios, quando a equipa se dividia em 2 grupos, ficava responsável a par do treinador principal, de realizar a instrução de um dos exercícios e assegurar a condução do mesmo.

Após o treino, a equipa técnica reunia-se no balneário e comentava cada exercício do treino, onde se partilhava os aspetos positivos do treino e também os aspetos de melhoria, quer seja, na parte organizacional do treino como também aspetos de melhoria na parte técnico-tática. Todos os treinadores tinham o seu espaço de intervenção e partilhavam aquilo que tinham sentido do treino.

### **2.5.3. Competição**

No dia de jogo, ficou-se encarregue pela montagem do aquecimento de jogo, organizando os espaços de modo que durante o aquecimento não houvesse tempo perdido com montagem e desmontagem do material durante o aquecimento. Auxiliava-se na afixação no balneário dos horários, das frases motivacionais e dos posicionamentos dos jogadores nas bolas paradas ofensivas e defensivas. Antes do início do aquecimento, procedia-se à entrega dos coletes para o exercício de posse de bola que se desenrolaria durante o aquecimento e também se procurou reforçar os jogadores sobre informações relativamente aos jogadores adversários e sobre comportamentos táticos adversários.

Durante o aquecimento, assumia-se a gestão e tempo dos exercícios. Dirigia-se a parte inicial, nomeadamente a parte livre, onde os jogadores trocavam passes entre eles e mobilizavam à sua vontade e o exercício de passe onde englobava passes curtos (menos de 1 metro) de aumento de intensidade, passes médios (cerca de 10 metros) e passes longos (cerca de 20 metros). A meio destes dois exercícios, o preparador físico realizava a mobilização articular com os jogadores. Após estes exercícios, realizava-se uma posse de bola onde o treinador adjunto assumia a liderança do exercício. O treinador estagiário voltava a assumir o exercício da bola parada defensiva, nomeadamente os livres defensivos e o exercício a seguir, do trabalho do posicionamento e comportamentos na linha defensiva consoante a posição da bola (momento do aquecimento dividido em dois grupos). Após isso, no exercício de finalização, os jogadores realizavam 3 a 4 finalizações fora da grande área, seguindo para o último exercício do aquecimento, as saídas em velocidade, exercício assumido pelo preparador físico.

Durante o jogo, comunicava-se com o treinador adjunto na vertente da análise, que ficava numa zona mais alta do estádio para poder ver o mesmo de outra perspetiva. A comunicação era constante, discutindo aspetos coletivos e individuais da equipa e do adversário. Os aspetos considerados importantes e pertinentes para o jogo, eram ditos ao treinador principal pelo treinador estagiário. Esta informação transmitida ao treinador principal tentou ser objetiva, concisa e que tivesse conteúdo pertinente sobre possíveis mudanças táticas na equipa, indicação de alterações de dinâmicas adversárias e possíveis alterações com entrada de jogadores adversários.

#### **2.5.4. Extra treino/competição**

Naquilo que eram as tarefas extra treino/competição, ficou-se encarregue de tarefas similares àquelas que foram desempenhadas no SCUT, desde a análise do árbitro para a jornada, da análise dos exercícios de treino através da observação indireta do treino e o desenvolvimento dos relatórios relativamente ao controlo de treino (conteúdos e volume de treino).

## Parte III - Enquadramento do Estudo

### 1. Introdução

Sendo o futebol um jogo desportivo coletivo que ocorre num contexto de elevada variabilidade, imprevisibilidade e aleatoriedade, no qual as equipas em confronto, disputando objetivos comuns, lutam para gerir em proveito próprio, o tempo e o espaço, realizando em cada momento, ações reversíveis de sinal contrário (ataque ↔ defesa) alicerçadas em relações de oposição ↔ cooperação (Garganta, 2001).

Segundo Garganta (2004) registam-se cerca de 120 interrupções de jogo (uma em cada 45 segundos) o que faz com que um dos grandes problemas do jogo de futebol seja conseguir oportunidades de finalização, no entanto as sucessivas interrupções de jogo através do elevado número de faltas podem e devem ser um aspeto a que se deve dar grande importância de modo a atingir-se oportunidades de finalização.

Na análise à evolução do jogo, verifica-se que nos jogos de futebol tem havido uma diminuição da média de golos por jogo e que os golos obtidos por jogo através de bolas paradas têm aumentado (Leite, 2020).

Verificou-se que as bolas paradas têm ganho importância no futebol atual, constituindo-se como uma oportunidade de fazer golo num jogo, onde cada vez é mais difícil concretizar (Sousa & Garganta, 2001). Simultaneamente, os estudos efetuados sobre a análise destes momentos têm crescido pelo que a sua preparação e a melhor estratégia a aplicar se revestem de grande importância (Garganta, 2008).

Uma vez que as bolas paradas ofensivas são colocadas como um aspeto a explorar no jogo como oportunidade de finalização, deve-se ter igualmente em conta a preocupação com as bolas paradas defensivas, no entanto a fase defensiva das bolas paradas tem sido menos abordada pela investigação estudada (De Baranda & Lopez-Riquelme, 2012; Saccilotto Sigallis Souza et al., 2021).

A análise dos lances de bola parada, e a sua evolução, está logicamente associada à evolução da própria análise do jogo, sendo que, as bolas paradas são um dos principais focos de interesse da análise do jogo nos últimos anos, indo ao encontro da opinião que os treinadores têm sobre a importância da análise das bolas paradas no jogo de futebol (Pedro Miguel Silva et al., 2011).

Assim, vendo a importância dos lances de bolas paradas defensivas, nomeadamente para este estudo o pontapé livre direto, com a realização de observação de vídeo, de codificação e também de uma análise com o objetivo de compreender qual o método de jogo da bola parada defensiva (MJBPD) mais utilizado, quantos jogadores nos postes/barreiras nas bolas paradas defensivas (JPBBPD) são colocados, qual o desenvolvimento da bola parada defensiva (DBPD) e qual o resultado final da bola parada defensivas (FBPD) e também analisar se há relações entre as variáveis e compreender se há diferenças significativas entre o golo sofrido por uma equipa com as diversas variáveis do sistema de observação; se há diferenças significativas entre a recuperação de bola, da equipa que defende a bola parada defensiva, com o MJBPD, a marcação da bola parada (MBP) e os JPBBPD; se há diferenças significativas entre a MBP com o DPBD e com o FBPD e se há diferenças significativas entre a espacialização da bola parada (EBP) com os JPBBPD e a MBP.

### **1.1. Enquadramento Teórico**

Segundo Loureiro et al. (2014), as bolas paradas (BP) são um dos aspetos mais importantes do futebol moderno.

Armatas et al. (2007) constata, também, da importância que as BP apresentam no desenvolvimento do jogo de futebol quer ao nível do processo, quer ao nível do resultado propriamente dito. Por conseguinte, faz sentido valorizarmos todas as situações fixas do jogo numa perspetiva de as reconhecermos (identificando-as quer no processo ofensivo e defensivo), de as categorizarmos (definindo variáveis específicas para cada uma das ações) e de as avaliarmos numa lógica quantitativa e/ou qualitativa.

O momento das BP é dado como determinante no jogo de futebol de alto rendimento, uma vez que se expressa como decisivo no sucesso ou insucesso de uma equipa nesse contexto, na medida em que influencia o resultado final de jogos realizados e respetiva classificação. Nesse sentido, torna-se essencial a sua abordagem em treino, de modo que sejam produzidos os efeitos desejados em jogo (P. Teixeira, 2016).

As BP no futebol atual, nomeadamente os livres frontais, os livres laterais e os pontapés de canto, são considerados os mais importantes pelos treinadores. Os mesmos treinadores consideram que a introdução da defesa zona alterou a forma de defender as bolas paradas nos últimos anos (Loureiro et al., 2014).

De modo a perceber a importância dos lances de bola parada ofensiva (livres, cantos e penaltis) no Futebol de 11, Cunha (2007) realizou uma análise que teve uma amostra que integrava 115 golos (70 golos obtidos a partir de BP em 92 jogos da 2ª Volta da I Liga Portuguesa 2005/2006 e 45 golos também resultantes de lances de BP da observação dos 54 jogos do Campeonato do Mundo de Futebol 2006). Dos 197 golos observados durante a 2ª Volta da I Liga Portuguesa 2005/2006, 70 foram obtidos a partir de situações de BP (36%). Já no Campeonato do Mundo de 2006, dos 129 golos analisados, 45 ocorreram na sequência de lances de BP (35%). Relacionando de forma mais pormenorizada a frequência e percentagem de jogos em que ocorreram golos na sequência de lances de BP e nos que não ocorreram, podemos constatar que na I Liga Portuguesa se obteve golos através de lances de BP em 56 jogos (61% do total de jogos analisados) e que se obteve valores iguais em termos percentuais (61%) nos jogos alvo de observação no Campeonato do Mundo. Na I Liga Portuguesa os pontapés de canto são o segundo tipo de lances de BP onde se obtiveram mais golos (23 golos – 33%), tal como se pode analisar no Campeonato do Mundo (14 golos – 32%). Em primeiro encontra-se os pontapés livres. Na I Liga Portuguesa a grande maioria dos golos através de pontapé de canto (15 golos - 68%), surgiram através de 2 toques, ou seja, marcação do canto direto para a área com finalização imediata, sendo a zona do 1º poste onde ocorreram um maior número de finalizações (9 golos). No Campeonato do Mundo os resultados são idênticos aos obtidos na I Liga Portuguesa, ou seja, os cantos em que houve apenas 2 toques na bola revelaram maior prevalência permitindo a obtenção de 11 golos (79%), sendo a zona central onde ocorreram um maior número de finalizações.

Verifica-se que as equipas de sucesso têm mais lances de BP, conseguem criar mais situações de golo através destes momentos do jogo, marcam mais golos na sequência destes lances e defendem melhor este tipo de lances, sendo que, nos jogos equilibrados e importantes a percentagem de golos obtidos na sequência destes lances ainda é superior (Cunha, 2007).

Uma vez que as BP ofensivas são colocadas como um aspeto a explorar no jogo como oportunidade de finalização, deve-se ter igualmente em conta a preocupação com as BP defensivas. Sabendo de senso comum que “o ataque ganha jogos e que a defesa ganha campeonatos”, é importante perceber como as equipas se organizam a nível defensivo nos lances de BP.

Nos livres diretos e indiretos um aspeto importante é a colocação da barreira (caso seja necessário), o número de jogadores que a constitui e a sua coordenação, depois o posicionamento do guarda-redes de modo a possibilitar a visão da bola, a subida da linha

defensiva quando há o primeiro contacto com a bola e os jogadores estarem preparados para as bolas aéreas e os ressaltos (Esteves, 2013).

A utilização da defesa zona, é algo que tem vindo a ser referenciado pela literatura, pois responde a um conjunto de necessidades específicas que os treinadores e equipas sentem, e que parece, neste momento ser a mais utilizada pelas equipas de alto rendimento. Uma particularidade que vem sendo abordada na literatura e à qual os treinadores dão importância, prende-se com a colocação de jogadores nos postes e na barreira. Alguns autores têm estudado o canto defensivo numa perspetiva de verificar o número de jogadores que as equipas colocam nos postes, outros referem a importância da barreira e o número de jogadores que a constituem (De Baranda & Lopez-Riquelme, 2012; Loureiro et al., 2014).

## **1.2. Apresentação do Problema/Objetivos**

O objetivo deste estudo foi observar, codificar e analisar todos os lances de bola parada defensiva (BPD), nomeadamente o Pontapé Livre Direto (PLD), durante a 1ª fase da 1ª Divisão do Campeonato Nacional Juniores Sub-19, em zonas laterais do campo (excluindo a zona central) e também nas zonas no meio-campo defensivo da equipa analisada, através de um sistema de observação já validado (Teixeira et al., 2015), com o propósito de se compreender quais os métodos defensivos mais utilizados, quantos jogadores são colocados nos postes e barreiras, qual o desenvolvimento das bolas paradas defensivas de cada equipa e quais os processos finais das bolas paradas defensivas. Outros objetivos neste estudo são: compreender se há diferenças significativas entre o golo sofrido por uma equipa com as diversas variáveis do sistema de observação; se há diferenças significativas entre a recuperação de bola, da equipa que defende o pontapé livre direto, com o método de jogo da bola parada defensiva (MJBPD), a marcação de bola parada (MBP) e os jogadores nos postes/barreiras nas bolas paradas defensivas (JPBBPD); se há diferenças significativas entre a MBP com o desenvolvimento da bola parada defensiva (DPBD) e com o resultado final da bola parada defensivas (FBPD) e se há diferenças significativas entre a especialização da bola parada (EBP) com os JPBBPD e a MBP.

## 1.3. Metodologia

### 1.3.1. Caracterização da Amostra

A amostra deste estudo foi constituída por 784 BPD, nomeadamente os PLD, nas seguintes zonas: 1, 2, 3, 4, 7, 8, 9, 10, 13 e 14 (figura 30), de doze equipas do Campeonato Nacional Sub-19 da 1ª Divisão, na época 2022/2023, da série da zona Sul. As 12 equipas estudadas foram o SL Benfica SAD (SLB), o Sporting CP SAD (SCP), o FC Alverca (FCA), o GD Estoril Praia (GDPE), a Académica Coimbra OAF (AAC), o CF “Os Belenenses” (CFB), o SCU Torreense SAD (SCUT), o CS Marítimo (CSM), o Casa Pia AC (CPAC), o CD Nacional (CDN), Vitória FC SAD (VFC) e o AVS SAD (UDVF).

### 1.3.2. Materiais a Utilizar e Recursos Necessários

Os materiais utilizados foram os seguintes: o *software Videobserver*; *IBM-SPSS Statistics 25*, uma câmara de filmar e um computador portátil (*Asus, VivoBook 15*).

### 1.3.3. Tarefas, Procedimentos e Protocolos

As tarefas a realizar neste processo foram: a visualização das BPD, a codificação no *software* do *Videobserver* e a consequente análise estatística realizada posteriormente.

Para a visualização das bolas paradas defensivas, foi necessário realizar o *upload* do ficheiro MP4 (jogo completo) para a plataforma *online* do *software Videobserver*, criar a partida na plataforma, adicionar o vídeo à partida na plataforma, abrir a partida no *software*, visualizar o jogo e codificá-lo.

A codificação foi realizada no momento da visualização do jogo inserido no *software Videobserver*. Enquanto foram feitos os cortes das BPD, foi realizado em simultâneo, a codificação destas bolas paradas defensivas.

O instrumento observacional utilizado foi o Sistema de Observação em Competição no Futebol de Bolas Paradas (SOTFutBP), desenvolvido e validado por Teixeira et al. (2015). Algumas das categorias do SOTFutBP foram excluídas por não se adequarem com o objetivo do estudo. No critério da Identificação da Bola Parada (IBP) foram excluídas as categorias: Pontapé Livre Indireto (PLI) e o Pontapé de Canto (PC). No critério da Espacialização da Bola Parada (EBP) foram excluídas as categorias: a Zona 5 (LZ5), a Zona 6 (LZ6), a Zona 11 (LZ11), a Zona 12 (LZ12), a Área

1 (LA1), a Área 2 (LA2), a Área 3 (LA3), a Área 4 (LA4), a Área 5 (LA5), a Área 6 (LA6), a Área 7 (LA7), a Área 8 (LA8), a Área 9 (LA9), a Área 10 (LA10), a Área 11 (LA11) e a Área 12 (LA12). No critério dos Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (JPBBPD) foram excluídas as categorias: Defendem com um jogador no 1º poste (1J1P), Defendem com um jogador no 2º poste (J2P), Defendem com um jogador no 1º poste e um no 2º poste (2JP) e Não colocam jogadores nos postes (OJP).

Após a codificação, os dados foram registados na base de dados do *IBM-SPSS Statiscs 25* e posteriormente foram alvo de um tratamento estatístico descritivo e inferencial, descrevendo e correlacionando-se as variáveis coletadas.

Seguidamente, apresenta-se o sistema de observação e a organização do campograma com a definição de zonas e áreas (figura 30), utilizado para a realização da codificação dos lances de BPD. Foi usado o Sistema de Observação em Competição no Futebol de Bolas Paradas (SOTFutBP) (Teixeira et al., 2015).

<b>Critério da Caracterização geral e momentânea do jogo</b>		
<b>Caraterização geral e momentânea do jogo:</b> Informação geral e específica respeitante ao jogo observado. É composto por 4 Subcritérios. Todos os sistemas das categorias inerentes aos Subcritérios são exaustivos e mutuamente excluentes.		
<b>Subcritério</b>	<b>Categorias</b>	<b>Códigos</b>
<b>Local do jogo:</b> Subcritério relacionado com o local onde a partida é realizada de acordo com a equipa observada. É composto por 2 categorias.	<b>- Casa</b> O jogo é realizado no estádio da equipa observada.	<b>C</b>
	<b>- Fora</b> O jogo é realizado fora do estádio da equipa observada	<b>F</b>
<b>Partes do jogo:</b> Subcritério relacionado com o tempo de jogo decorrido (de acordo com a Lei 7) adequado ao escalão em causa. É composto por 2 categorias.	<b>- 1ª Parte</b> Tempo de jogo que decorre desde o apito do árbitro para o início da primeira parte até ao apito do mesmo para o final dessa mesma parte.	<b>1p</b>
	<b>- 2ª Parte</b> Tempo de jogo que decorre desde o apito do árbitro para o início da segunda parte até ao apito do mesmo para o final do jogo.	<b>2p</b>
<b>Resultado Momentâneo:</b> Subcritério relacionado com o número de golos marcados e sofridos pela equipa observada e equipa adversária. É composto por 5 categorias.	<b>- Ganhar por mais de 1 golo</b> Equipa observada possui, no mínimo, mais que um golo marcado que o adversário, no momento da observação.	<b>G2</b>
	<b>- Ganhar por 1 golo</b> Equipa observada possui mais um golo marcado que o adversário, no momento da observação.	<b>G1</b>
	<b>- Empate</b> Equipa observada possui o mesmo número de golos marcados que o adversário, no momento da observação.	<b>G0</b>
	<b>- Perder por 1 golo</b> Equipa observada possui menos um golo marcado que o adversário, no momento da observação.	<b>P1</b>
	<b>- Perder por mais de 1 golo</b> Equipa observada possui, no mínimo, menos dois golos marcados que o adversário, no momento da observação.	<b>P2</b>

<b>Relação Numérica:</b> Subcritério relacionado com o número de jogadores em campo da equipa observada e adversária na situação momentaneamente visível na execução de uma bola parada. É composto por 3 categorias.	<b>- Superioridade numérica</b> Equipa observada possui vantagem numérica em campo pela expulsão ou lesão de um ou mais jogadores adversários.	<b>SN</b>
	<b>- Igualdade Numérica</b> Equipa observada está em igualdade numérica em campo em relação à equipa adversária.	<b>IN</b>
	<b>- Inferioridade numérica</b> Equipa observada está em desvantagem numérica em campo pela expulsão ou lesão de um ou mais jogadores.	<b>Ifn</b>

<b>Critério da Identificação da Bola Parada (IBP)</b>		
<b>Critério</b>	<b>Categorias</b>	<b>Códigos</b>
<b>Identificação de Bola Parada:</b> Critério relacionado com todas as BP defensivas existentes no jogo de futebol. É composto por 3 categorias. Sistema exaustivo e mutuamente excludente.	<b>- Pontapé Livre Direto</b> Jogo inicia de acordo com a Lei dos Pontapés-Livres (Lei 13 <sup>1</sup> ).	<b>PLD</b>
	<b>- Pontapé Livre Indireto</b> Jogo inicia de acordo com a Lei dos Pontapés-Livres.	<b>PLI</b>
	<b>- Pontapé de Canto</b> Jogo inicia de acordo com a Lei do Pontapé de Canto (Lei 17 <sup>2</sup> )	<b>PC</b>

Critério da Espacialização da Bola Parada (EBP)		
Critério	Categorias	Códigos
<b>Espacialização BP:</b> Critério relacionado com o local do campo onde a bola parada é executada. Composto por 26 categorias. Sistema exaustivo e mutuamente excluyente.	Zona 1	LZ1
	Zona 2	LZ2
	Zona 3	LZ3
	Zona 4	LZ4
	Zona 5	LZ5
	Zona 6	LZ6
	Zona 7	LZ7
	Zona 8	LZ8
	Zona 9	LZ9
	Zona 10	LZ10
	Zona 11	LZ11
	Zona 12	LZ12
	Zona 13	LZ13
	Zona 14	LZ14
	Área 1	LA1
	Área 2	LA2
	Área 3	LA3
	Área 4	LA4
	Área 5	LA5
	Área 6	LA6
	Área 7	LA7
	Área 8	LA8
	Área 9	LA9
	Área 10	LA10
	Área 11	LA11
	Área 12	LA12

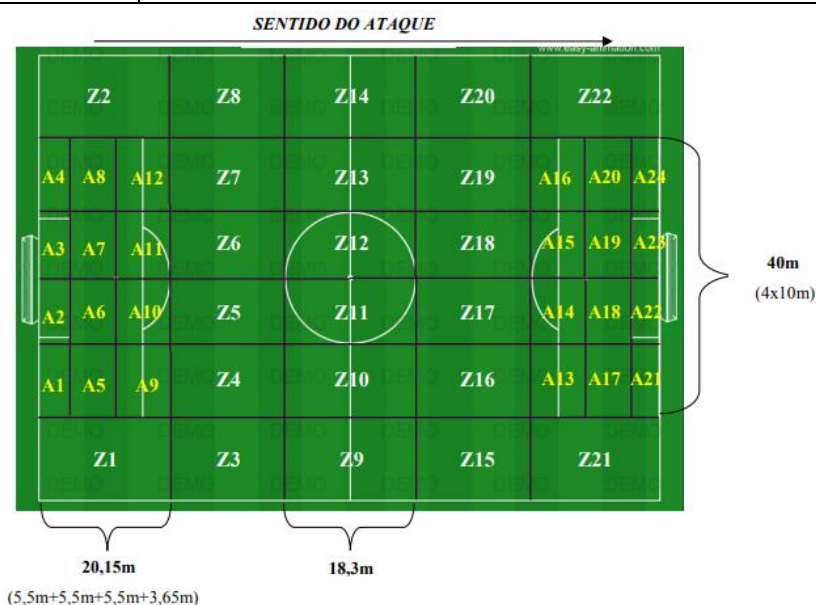


Figura 30 - Organização do campograma com definição de zonas e áreas.

<b>Critério da Marcação da Bola Parada (MBP)</b>		
<b>Marcação de BP:</b> Critério relacionado com a forma como a BP é executada. Composto por 3 Subcritérios. Sistema exaustivo e mutuamente excluyente em todos os Subcritérios.		
<b>Subcritério</b>	<b>Categorias</b>	<b>Códigos</b>
<p><b>Livre (direto e indireto):</b> Subcritério relacionado com a especificidade das BP (sempre que as mesmas são executadas). É composto por 7 categorias.</p>	<p>- <b>Batido para a frente curto/médio</b> Sempre que o marcador da BP chuta a bola para frente de forma curta ou média (passe dentro da mesma zona topográfica ou numa das zonas contíguas) para um dos companheiros com o intuito de dar continuidade ao PO.</p>	<b>PFCu</b>
	<p>- <b>Batido para a frente longo</b> Sempre que o marcador da BP chuta a bola para a frente de forma longa (passe que cruza duas zonas contíguas e é jogada numa terceira zona) para um dos companheiros como intuito de dar continuidade ao PO.</p>	<b>PFLo</b>
	<p>- <b>Batido para o lado curto/médio</b> Sempre que o marcador da BP chuta a bola para o lado e de forma curta (passe dentro da mesma zona topográfica ou numa das zonas contíguas) para um dos companheiros com o intuito de dar continuidade ao PO</p>	<b>PLCu</b>
	<p>- <b>Batido para o lado longo</b> Sempre que o marcador da BP chuta a bola para o lado de forma longa (passe que cruza duas zonas contíguas e é jogada numa terceira zona) para um dos companheiros como intuito de dar continuidade ao PO</p>	<b>PLLo</b>
	<p>- <b>Batido para trás curto/médio</b> Sempre que o marcador da BP chuta a bola para trás de forma curta (passe dentro da mesma zona topográfica ou numa das zonas contíguas) para um dos companheiros com o intuito de dar continuidade ao PO</p>	<b>PTCu</b>
	<p>- <b>Batido para trás longo</b> Sempre que o marcador da BP chuta a bola para trás de forma longa (passe que cruza duas zonas contíguas e é jogada numa terceira zona) para um dos companheiros como intuito de dar continuidade ao PO</p>	<b>PTLo</b>
	<p>- <b>Batido diretamente para Área Grande Penalidade</b> Quando a BP é no setor ofensivo e nos corredores laterais, ea equipa bate a BP diretamente para a Área de Grande Penalidade com o intuito de haver finalização por outro jogador da equipa.</p>	<b>CDAGP</b>

<b>Critério do Método de Jogo da Bola Parada Defensiva (MJBPD)</b>		
<b>Critério</b>	<b>Categorias</b>	<b>Códigos</b>
<b>Método de Jogo Defensivo:</b> Critério relacionado com o tipo de método de jogo com que as equipas defendem as bolas paradas.	- <b>Defesa à zona</b> A equipa defende a BP com os jogadores a serem responsáveis por defender um espaço particular.	<b>MDZo</b>
	- <b>Defesa mista</b> A equipa defende a BP com uma combinação de defesa zona e marcação individual.	<b>MDM</b>
	- <b>Defesa individual</b> A equipa defende a BP com cada jogador a marcar individualmente um jogador adversário.	<b>MDIn</b>

<b>Critério de Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (JPBBPD)</b>		
<b>Critério</b>	<b>Categorias</b>	<b>Códigos</b>
<b>Jogadores nos Postes / Barreiras:</b> Critério relacionado com o número de jogadores que as equipas colocam nos postes (cantos) ou na formação de barreiras (livres). É composto por 10 categorias.	- <b>Defendem com um jogador no 1º poste</b> A equipa defende a BP colocando um jogador no 1º poste e nenhum no 2º poste.	<b>1J1P</b>
	- <b>Defendem com um jogador no 2º poste</b> A equipa defende a BP colocando um jogador no 2º poste e nenhum no 1º poste.	<b>1J2P</b>
	- <b>Defendem com um jogador no 1º poste e um no 2º poste</b> A equipa defende a BP colocando um jogador no 1º poste e outro no 2º poste.	<b>2JP</b>
	- <b>Não colocam jogadores nos postes</b> A equipa defende a BP não colocando nenhum jogador na zona dos postes.	<b>0JP</b>
	- <b>Barreira com 2 jogadores</b> A equipa defende a BP formando uma barreira constituída por 2 jogadores.	<b>B2J</b>
	- <b>Barreira com 3 jogadores</b> A equipa defende a BP formando uma barreira constituída por 3 jogadores.	<b>B3J</b>
	- <b>Barreira com 4 jogadores</b> A equipa defende a BP formando uma barreira constituída por 4 jogadores.	<b>B4J</b>
	- <b>Barreira com 5 jogadores</b> A equipa defende a BP formando uma barreira constituída por 5 jogadores.	<b>B5J</b>
	- <b>Barreira com mais de 5 jogadores</b> A equipa defende a BP formando uma barreira constituída por mais de 5 jogadores.	<b>B6J</b>
	- <b>Sem colocação de barreira</b> A equipa defende a BP não formando barreira.	<b>SBarr</b>

<b>Critério do Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva (DBPD)</b>		
<b>Critério</b>	<b>Categorias</b>	<b>Códigos</b>
<p><b>Desenvolvimento BP Defensiva:</b> Critério sobre as ações defensivas efetuadas após o momento da marcação da BP ofensiva pela equipa adversária. Conjunto de ações principais codificadas, sequencialmente, após a marcação e o culminar da BP. É composto por 8 categorias.</p>	<p>- <b>Disputa de bola aérea</b> Após a marcação da BP a bola é disputada no ar, numa altura acima da cintura, por um ou mais jogadores de cada equipa.</p>	<b>DDBA</b>
	<p>- <b>Disputa de bola rasa</b> Após a marcação da BP a bola é disputada no solo, numa altura abaixo da cintura, por um ou mais jogadores de cada equipa.</p>	<b>DDBR</b>
	<p>- <b>Interceção de bola</b> Após a marcação da BP há uma interceção de bola.</p>	<b>DINT</b>
	<p>- <b>Desarme de bola</b> Após a marcação da BP há um desarme ao adversário, quer seja por um jogador ou pelo GR.</p>	<b>DDRB</b>
	<p>- <b>Desvio pelo guarda-redes</b> Após a marcação da BP o GR intervém sobre a bola através de desvio.</p>	<b>DDGR</b>
	<p>- <b>Encaixe pelo guarda-redes</b> Após a marcação da BP o GR intervém sobre a bola ficando com ela em seu poder.</p>	<b>DEGR</b>
	<p>- <b>Sem ação sobre a bola</b> No desenvolvimento da BP ofensiva adversária a equipa não tem ação sobre a bola.</p>	<b>DSAB</b>
	<p>- <b>Não ocorreu</b> Não ocorre desenvolvimento da BP.</p>	<b>DNOC</b>

<b>Critério do Resultado Final da Bola Parada Defensivas (RFBPD)</b>		
<b>Critério</b>	<b>Categorias</b>	<b>Códigos</b>
<p><b>Resultado Final da BP Defensiva:</b> Subcritério relacionado com o resultado das bolas paradas defensivas, sendo que consideramos que o final do processo pode ter ou não eficácia. Composto por 13 categorias.</p>	<p><b>Recuperação de bola com início de ataque posicional</b> A BP termina com a equipa em PD recupera a posse de bola e mantém a mesma em seu poder, com comportamentos de circulação de bola mais em largura do que em profundidade e com passes curtos, impondo um ritmo mais lento ao jogo.</p>	<b>DRBAPos</b>
	<p><b>Recuperação de bola com início de contra ataque</b> A BP termina com a equipa em PD recupera a posse de bola e tem comportamentos de circulação de bola em profundidade, com passes longos, impondo um ritmo rápido ao jogo.</p>	<b>DRBCat</b>
	<p><b>Recuperação de bola com início de contra ataque e remate à baliza adversária</b> A BP termina com a equipa em PD recupera a posse de bola e tem comportamentos de circulação de bola em profundidade, com passes longos, impondo um ritmo rápido ao jogo e conseguindo rematar à baliza adversária.</p>	<b>DRBCAtR</b>
	<p><b>Recuperação de bola com início de contra ataque e obtenção de golo</b> A BP termina com a equipa em PD recupera a posse de bola e tem comportamentos de circulação de bola em profundidade, com passes longos, impondo um ritmo rápido ao jogo e obtendo um golo.</p>	<b>DRBCAtG</b>
	<p><b>Bola parada ofensiva</b> A BP finaliza devido a uma infração às leis do jogo cometida pela equipa ofensiva (originando um livre direto, livre indireto ou pontapé de grande penalidade) ou pela saída da bola pela linha de baliza ou linha final (originando um pontapé de canto, pontapé de baliza ou um lançamento de linha lateral).</p>	<b>DBPO</b>
	<p><b>Golo Sofrido</b> A BP finaliza com a obtenção de um golo contra devidamente validado pelo árbitro, diretamente da marcação da BP.</p>	<b>DGS</b>
	<p><b>Manutenção da posse de bola adversária</b> A BP termina com a equipa ofensiva a continuar com a posse de bola e a dar continuidade ao processo ofensivo.</p>	<b>DMPB</b>
	<p><b>Remate sofrido na barra/postes</b> A BP finaliza com remate efetuado por um jogador da equipa ofensiva que atinge a barra ou postes da baliza adversária, sem que resulte em golo.</p>	<b>DRBP</b>
	<p><b>Remate sofrido defendido pelo guarda-redes</b> A BP finaliza com remate defendido pelo GR ou defesa quando impede que a bola entre na baliza numa situação iminente de golo.</p>	<b>DRDGR</b>
	<p><b>Remate sofrido fora</b> A BP finaliza com remate efetuado por um jogador da equipa ofensiva para fora.</p>	<b>DRF</b>
	<p><b>Remate sofrido contra adversário</b> A BP finaliza com remate do adversário a embater num jogador da defesa.</p>	<b>DRCAd</b>
	<p><b>Bola parada defensiva</b> A BP finaliza devido a uma infração às leis do jogo por parte da equipa em processo defensivo (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).</p>	<b>DBPD</b>
	<p><b>Situação Indefinida</b> A BP termina, mas com a bola a continuar a ser disputada por ambas as equipas, sem haver uma definição clara de quem fica com a posse bola.</p>	<b>DSIND</b>

## 1.4. Apresentação e análise dos resultados

No que respeita a análise e a apresentação dos resultados, optou-se por recorrer inicialmente à análise da estatística descritiva e apresentar posteriormente a análise dos resultados da estatística inferencial.

### 1.4.1. Análise Descritiva

De seguida, na análise descritiva são apenas analisados os casos do Pontapé Livre Direto (PLD), que ocorreram durante toda a 1ª fase do Campeonato Nacional Juniores Sub-19 na 1ª Divisão. No total ocorreram 784 ações de PLD durante todo o campeonato.

**Seguidamente, são analisadas as tabelas 18, 19, 20, 21, 22, 23, 24, 25, 26, 27 e 28 (em anexo), relativamente à frequência e à percentagem de cada categoria em relação ao total de PLD das 12 equipas (784 PLD) nas onze variáveis (descritas no Sistema de Observação), nas quais são: as equipas, a Espacialização da Bola Parada (EBP), a Marcação da Bola Parada (MBP), o Método de Jogo da Bola Parada Defensiva (MJBPD), os Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (JPBBPD), o Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva (DBPD), o Resultado Final da Bola Parada Defensiva (FBPD), o Local do Jogo (LDJ), a Partes do Jogo (PDJ), o Resultado Momentâneo (RM) e a Relação Numérica (RN).**

a) Na tabela 18, em anexo, foi analisado a frequência e a percentagem de Pontapé Livre Direto Defensivo (PLDD) que cada equipa teve em relação ao total das 12 equipas (784 PLD). A equipa com menos ações de PLDD em comparação com as restantes equipas foi o CFB com 52 (6,6%) e a segunda equipa com menos ocorrências foi o SLB com 55 (7,0%). Observamos também o inverso, a equipa com maior frequência de PLDD foi o CPAC com 78 (9,9%) e a segunda com maior frequência foi o UDVF com 75 (9,6%).

b) Na tabela 19, da frequência de PLD por EBP, podemos verificar que a zona 3 foi onde foram executados mais PLD com 187 ocorrências (23,9%), seguindo a zona 8 com 164 ocorrências (20,9%). A zona 14 foi a que teve menos ocorrências de PLDD com apenas 10 ocorrências (1,3%).

c) Na tabela 20, da frequência de PLD na MBP, observamos que ocorreram 697 ações de Batido diretamente para a Área Grande Penalidade (CDAGP) correspondendo a 88,9% de todas as 784 ações de PLD.

**d)** Na tabela 21, da frequência de PLD no MJBPD, observa-se que a Defesa mista (MDM) foi a que teve mais ocorrências em relação à Defesa à zona (MDZo), com 504 (64,3%) na MDM e com 280 (35,7%) na MDZo.

**e)** Na tabela 22, da frequência de PLD nos JPBBPD, podemos observar que ocorreram mais PLD na Barreira com 2 jogadores (B2J) com 374 (47,7%) ações e ocorreram 327 (41,7%) PLD sem colocação de barreira (SBarr).

**f)** Na tabela 23, da frequência de PLD no DBPD, verificamos que foi a Interceção de bola (DINT) que ocorreu mais vezes, tendo acontecido por 262 vezes (33,4%).

**g)** Na tabela 24, da frequência de PLD no FBPD, o que ocorreu mais vezes foi a ação da Bola parada ofensiva (DBPO), acontecendo por 155 vezes (19,8%). O Golo Sofrido (DGS) ocorreu por 37 vezes, correspondendo a 4,7% de todas as 784 ações de PLD.

**h)** Na tabela 25, da frequência de PLD no LDJ, ocorreram 395 (50,4%) PLD quando as equipas jogaram em casa e ocorreram 389 (49,6%) quando as equipas jogaram fora.

**i)** Na tabela 26, da frequência de PLD nas PDJ, ocorreram 401 PLDD (51,1%) na primeira parte e ocorreram 383 PLD (48,9%) na segunda parte.

**j)** Na tabela 27, da frequência de PLD no RM, ocorreram mais PLD quando o resultado do jogo se encontrava em igualdade numérica, acontecendo por 359 (45,8%) vezes.

**l)** Na tabela 28, da frequência de PLD na RN, ocorreram mais PLD quando as equipas se encontravam em igualdade numérica, acontecendo por 732 (93,4%) vezes.

**Seguidamente, são analisadas as tabelas 29, 30, 31, 32, 33, 34, 35, 36, 37 e 38 (em anexo), relativamente à frequência e à percentagem de cada categoria em relação ao total de PLDD de cada equipa nas dez variáveis (descritas no Sistema de Observação), nas quais são: a Espacialização da Bola Parada (EBP), a Marcação da Bola Parada (MBP), o Método de Jogo da Bola Parada Defensiva (MJBPD), os Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (JPBBPD), o Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva (DBPD), o Resultado Final da Bola Parada Defensiva (FBPD), o Local do Jogo (LDJ), as Partes do Jogo (PDJ), o Resultado Momentâneo (RM) e a Relação Numérica (RN).**

**a) Frequência de PLDD por equipa na Espacialização da Bola Parada (EBP)**

Na tabela 29, em relação à EBP, analisamos a frequência e a percentagem de PLDD em cada zona que cada equipa teve, em relação ao total de PLDD de cada equipa.

Podemos verificar que a zona LZ3 foi onde foram executados mais PLDD nas seguintes equipas: a AAC com 23 (35,4%) PLDD em 65, o CPAC com 23 (29,5%) PLDD em 78, o CSM com 16 (22,5%) em 71, o FCA com 18 (27,3%) em 65, o SCUT com 16 (25,0%) em 64 e o UDVF com 17 (22,7%) em 75. A zona LZ4 foi uma zona onde 2 equipas tiveram uma maior ocorrência de PLDD, tendo o CDN com 17 (27,0%) em 63 e o VFC com 20 (28,6%) em 70. A zona LZ8 teve também duas equipas com maior ocorrências de PLDD, tendo o CFB com 13 (25,0%) e o GDEP com 20 (30,3%) em 66. A zona LZ7 teve apenas uma equipa com maior ocorrências de PLDD nessa zona, sendo o SCP com 14 (23,7%) em 59. O SLB teve a zona LZ3 e LZ4 com o mesmo número de ações de PLDD, tendo sido efetuados 12 PLDD (21,8%) em cada zona.

Verificamos que a zona intermedia da EBP (LZ3, LZ4, LZ7 e LZ8) foi onde foram executados mais PLDD durante toda a 1ª fase do Campeonato Nacional Juniores Sub-19 na 1ª Divisão.

#### **b) Frequência de PLDD por equipa na Marcação da Bola Parada (MBP)**

Na tabela 30, em relação à MBP, analisamos a frequência e a percentagem da forma como foram executados os PLD adversários de cada equipa. Verificamos que em todas as equipas houve uma ocorrência de PLD Batido diretamente para a Área Grande Penalidade (CDAGP), sendo que, a menor percentagem foi a do GDEP com 55 (83,3%) PLDD em 66.

#### **c) Frequência de PLDD por equipa no Método de Jogo da Bola Parada Defensiva (MJBPD)**

Na tabela 31, em relação ao MJBPD, analisamos a frequência e a percentagem do método de jogo defensivo que as equipas utilizaram para defender os PLDD. Podemos verificar que em nenhuma equipa ocorreu defesas individuais. Em apenas duas equipas houve mais ocorrências de defesas à zona em comparação com a defesa mista, tendo o SCUT 33 ações (51,6%) em 64 e o SCP com 31 ações (52,5%) em 59. As restantes 10 equipas tiveram predominantemente mais ações nos PLDD com defesa mista.

#### **d) Frequência de PLDD por equipa nos Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (JPBBPD)**

Na tabela 32, em relação aos JPBBPD, analisamos a frequência e a percentagem da colocação de jogadores ou não na barreira nos PLDD de cada equipa. Podemos verificar que a colocação de 2 jogadores na barreira foi a forma de defender mais executada nos PLDD em 8 equipas, sendo elas o CPAC com 49 (62,8%) PLDD em 78, o CSM com 37 (52,1%) em 71, o CFB com 32 (61,5%) em 52, o CDN com 38 (60,3%) em 63, o SCUT com 39 (60,9%) em 64, o SLB com 26 (47,3%) em 55, o UDVF com 38 (50,7%) em 75 e o VFC com 37 (52,9%) em 70. Analisamos na tabela que não colocar jogadores na barreira foi o método mais frequente em 4 equipas, sendo

elas a AAC com 31 (47,7%) PLDD em 65, o FCA com 40 (60,6%) em 66, o GDEP com 49 (74,2%) em 66 e o SCP com 33 (55,9%) em 59.

#### **e) Frequência de PLDD por equipa no Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva (DBPD)**

Na tabela 33, em relação ao DBPD, analisamos a frequência e a percentagem do que ocorreu e se desenvolveu após o batimento do PLDD. Podemos verificar através da tabela, que a interceção de bola foi a ação mais frequente em 9 equipas, sendo elas a AAC com 24 ações de interceção de bola (36,9%) em 65 PLDD; o CPAC com 34 (43,6%) em 78, o CDN com 22 (34,9%) em 63, o FCA com 23 (34,8%) em 66, o GDEP com 21 (31,8%) em 66, o SCUT com 26 (40,6%) em 64, o SLB com 19 (34,5%) em 55, o SCP com 21 (35,6%) em 59 e o UDVF com 24 (32,0%) em 75. Verificamos que há duas equipas em que a ação que mais ocorreu após a marcação do PLDD foi a sem ação sobre a bola, sendo elas o CFB com 18 (34,6%) em 52 e o VFC com 26 (37,1%) em 70. O CSM teve uma igualdade nas ocorrências no DPBD, tendo 16 ações de interceção de bola (22,5%) e 16 ações de disputa de bola aérea (22,5%) em 71 PLDD.

#### **f) Frequência de PLDD por equipa no Resultado Final da Bola Parada Defensiva (FBPD)**

Na tabela 34, em relação ao FBPD, analisamos a frequência e a percentagem do que resultou após o batimento do PLDD. Podemos verificar através da tabela que a Bola parada defensiva (DBPD) foi a ação mais frequente em 4 equipas, sendo elas o CPAC com 21 ações de DBPD (26,9%) em 78 PLDD, o CFB com 12 (23,1%) em 52, o GDEP com 15 (22,7%) em 66 e o VFC com 16 (22,9%) em 70. A segunda ação mais frequente foi a DBPO em 3 equipas, sendo elas o CSM com 15 (21,1%) em 71, o FCA com 22 (33,3%) em 66 e o SCUT com 28 (43,8%) em 64. A ação do Remate sofrido fora (DRF) foi a mais frequente em duas equipas, sendo elas o SCP com 15 (25,4%) em 59 e o UDVF com 13 (17,3%) em 75. Houve em duas equipas a mesma frequência em duas ações, a Manutenção da posse de bola adversária (DMPB) e o DRF, sendo elas a AAC com 12 ações de DMPB (18,5%) e 12 ações de DRF (18,5%) em 65 PLDD; e o SLB com 11 ações de DMPB (20,0%) e 11 ações de DRF (20,0%) em 55 PLDD. Na equipa do CDN houve duas ações com a mesma frequência, a DBPO e o DRF, tendo o CDN 12 ações de DBPO (19,0%) e 12 ações de DRF (19,0%) em 63 PLDD.

#### **g) Frequência de PLDD por equipa no Local do Jogo (LDJ)**

Na tabela 35, em relação ao LDJ, analisamos a frequência e a percentagem de PLDD que cada equipa teve quando jogou em casa e quando jogou fora. Verificamos que houve mais equipas com PLDD em casa em relação a PLDD quando as equipas jogaram fora. Houve em 6 equipas mais PLDD quando a equipa jogou em casa, sendo elas o CPAC com 43 (55,1%) em 78,

o CSM com 40 (56,3%) em 71, o FCA com 38 (57,6%) em 66, o SCUT com 36 (56,3%) em 64, o UDVF com 38 (50,7%) em 75 e o VFC com 37 (52,9%) em 70. Houve 5 equipas com uma maior frequência de PLDD quando a equipa jogou fora, sendo elas a AAC com 34 (52,3%) em 65, o CDN com 36 (57,1%) em 63, o GDEP com 34 (51,5%) em 66, o SLB com 34 (61,8%) em 55 e o SCP com 33 (55,9%) em 59. O CFB teve uma igual distribuição de PLDD a jogar em casa ou a jogar fora, com 26 PLDD em casa (50,0%) e com 26 PLDD a jogar fora (50,0%).

#### **h) Frequência de PLDD por equipa nas Partes do Jogo (PDJ)**

Na tabela 36, em relação às PDJ, analisamos a frequência e a percentagem de PLDD que cada equipa teve na primeira parte do jogo e na segunda parte do jogo. Verificamos que houve mais equipas, com PLDD na primeira parte em relação a PLDD na segunda parte. Houve em 8 equipas mais PLDD na primeira parte, sendo elas o CFB com 30 (57,7%) em 52, CDN com 34 (54,0%) em 63, o FCA com 38 (57,6%) em 66, o GDEP com 34 (51,5%) em 66, o SCUT com 38 (59,4%) em 64, o SLB com 29 (52,7%) em 55, o UDVF com 39 (52,0%) em 75 e o VFC com 36 (51,4%) em 70. Houve 4 equipas com uma maior frequência de PLDD na segunda parte, sendo elas a AAC com 33 (50,8%) em 65, o CPAC com 42 (53,8%) em 78, o CSM com 40 (56,3%) em 71 e o SCP com 35 (59,3%) em 59.

#### **i) Frequência de PLDD por equipa no Resultado Momentâneo (RM)**

Na tabela 37, em relação ao RM, analisamos a frequência e a percentagem de PLDD que cada equipa teve consoante o resultado do jogo. Verificamos que houve 11 equipas com mais PLDD quando o resultado estava empatado, sendo elas a AAC com 32 PLDD quando o resultado se encontrava empatado (49,2%) em 65 PLDD, o CPAC com 40 (51,3%) em 78, o CSM com 33 (46,5%) em 71, o CFB com 21 (40,4%) em 52, o CDN com 27 (42,9%) em 63, o FCA com 22 (33,3%) em 66, o GDEP com 31 (47,0%) em 66, o SCUT com 32 (50,0%) em 64, o SCP com 23 (39,0%) em 59, o UDVF com 47 (62,7%) em 75 e o VFC com 35 (50,0%) em 70. Apenas o SLB teve uma maior frequência de PLDD consoante o resultado do jogo noutra categoria, sendo ela o ganhar por mais de 1 golo, tendo 18 PLDD, quando se encontrava a ganhar por mais de 1 golo (32,7%) em 55 PLDD. Outros dados interessantes que podemos verificar através da tabela são que o CFB, o FCA e o SCUT foram as únicas equipas a não apresentarem nenhum PLDD quando se encontravam a perder por mais de 1 golo e outro dado é o CPAC não apresentar nenhum PLDD quando a equipa se encontrava a ganhar por mais de 1 golo.

### **j) Frequência de PLDD por equipa na Relação Numérica (RN)**

Na tabela 38, em relação à RN, analisamos a frequência e a percentagem de PLDD que cada equipa teve consoante o número de jogadores em campo da equipa analisada e da equipa adversária. Verificamos que em todas as equipas, houve mais PLDD quando as duas equipas se encontravam em igualdade numérica. Outros dados interessantes que podemos verificar através da tabela são que a AAC, o CFB, o SCUT e o VFC não apresentaram nenhum PLDD quando a equipa se encontrava em inferioridade numérica e outro dado é que o CDN, o SCP e o UDFV não apresentaram nenhum PLDD quando a equipa se encontrava em superioridade numérica.

### **Frequência dos golos sofridos nos Pontapés Livre Direto com o total de golos sofridos no campeonato**

Houve no total 389 golos em todo o campeonato e 37 destes foram sofridos através de PLD, verificamos que 9,51% dos golos sofridos foram de PLD.

### **Frequência e percentagem dos golos sofridos de Pontapés Livre Direto por cada equipa**

De seguida, é descrito a percentagem de golos sofridos de PLD em relação ao total de golos sofridos por cada equipa do campeonato desde o primeiro lugar até ao último lugar da tabela classificativa. 1º - SLB com 2 golos sofridos (6,90%) em 29; 2º - SCP com 2 golos sofridos (12,50%) em 16; 3º - FCA com 4 golos sofridos (11,11%) em 36; 4º - GDEP com 4 golos sofridos (11,43%) em 35; 5º - AAC com 1 golo sofrido (3,45%) em 29; 6º - CFB com 2 golos sofridos (8,70%) em 23; 7º - SCUT com 1 golo sofrido (2,94%) em 34; 8º - CSM com 2 golos sofridos (6,06%) em 33; 9º - CPAC com 4 golos sofridos (8,70%) em 46; 10º - CDN com 3 golos sofridos (7,69%) em 39; 11º - VFC com 8 golos sofridos (22,22%) em 36; 12º - UDFV com 4 golos sofridos (12,12%) em 33.

## **1.4.2. Análise Inferencial**

A análise que se segue é referente à análise inferencial apenas dos PLDD.

**Relação do Golo Sofrido (DGS) com as seguintes variáveis: Espacialização da Bola Parada (EBP), a Marcação da Bola Parada (MBP), o Método de Jogo da Bola Parada Defensiva (MJBPD), os Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (JPBBPD), o Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva (DBPD), o Local do Jogo (LDJ), as Partes do Jogo (PDJ), o Resultado Momentâneo (RM) e a Relação Numérica (RN)**

Para se poder analisar o DGS com as variáveis, teve-se de transformar a variável FBPD (devido a ter a categoria do DGS), para uma nova variável onde é diferenciado o DGS com todas

as outras categorias do FBPD. A nova variável é dividida em duas categorias: 1 – Golo sofrido (DGS) e 2 – Outros; que inclui todas as outras categorias do FBPD, sendo elas: a Recuperação de bola com início de ataque posicional (DRBAPos), a Recuperação de bola com início de contra ataque (DRBCat), a Recuperação de bola com início de contra ataque e remate à baliza adversária (DRBCAtR), a Recuperação de bola com início de contra ataque e obtenção de golo (DRBCAtG), a Bola parada ofensiva (DBPO), a Manutenção da posse de bola adversária (DMPB), o Remate sofrido na barra/postes (DRBP), o Remate sofrido defendido pelo guarda-redes (DRDGR), o Remate sofrido fora (DRF), o Remate sofrido contra adversário (DRCAd), a DBPD e a Situação Indefinida (DSIND).

#### **a) Relação do Golo Sofrido (DGS) com a Nova Especialização da Bola Parada (NEBP)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas entre o DGS pela equipa analisada com a zona onde foi executado o PLD.

Primeiramente, foi analisado a relação entre o DGS e a EBP, onde se verificou que não foram cumpridas as condições do Chi-Square Tests (CST), devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente 7 células (35,0%) apresentaram um valor expectado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, agrupou-se algumas categorias criando uma nova variável (NEBP), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado. Agrupou-se as seguintes categorias da variável da EBP: as categorias, Zona 1 (LZ1) e Zona 2 (LZ2), formaram o “Perto”; a Zona 3 (LZ3), a Zona 4 (LZ4), a Zona 7 (LZ7) e a Zona 8 (LZ8), formaram a “Média” e a Zona 9 (LZ9), a Zona 10 (LZ10), a Zona 13 (LZ13) e a Zona 14 (LZ14), formaram o “Longe”. Com estas alterações criou-se a variável nova EBP (NEBP).

Analisando a relação entre o DGS com a NEBP, podemos verificar na tabela 39, em anexo, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente uma célula (16,7%) apresentou um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por Pearson Chi-Square (PCS). Verificamos através do valor de PCS, que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,47 ser maior que 0,05), entre o DGS quando o PLD é executado numa zona Perto, Média ou Longe.

Embora não se verifiquem diferenças significativas, podemos observar que apesar de haver com maior frequência PLDD executados na zona Média, verificamos que houve também mais DGS nessas mesmas zonas.

### **b) Relação do Golo Sofrido (DGS) com a 2 Nova Marcação da Bola Parada (NNMBP)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas entre o DGS pela equipa analisada com a MBP executada pela equipa adversária.

Primeiramente, foi analisado a relação entre o DGS e a MBP, onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente 8 células (57,1%) apresentaram um valor expectado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, agrupou-se algumas categorias criando uma nova variável (NNMBP), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado. Agrupou-se as seguintes categorias na variável da MBP: as categorias, Batido para a frente curto/médio (PFCu), Batido para a frente longo (PFLo), Batido para o lado curto/médio (PLCu), Batido para o lado longo (PLLo), Batido para trás curto/médio (PTCu) e Batido para trás longo (PTLo), formaram a categoria “Batido para fora da Área Grande Penalidade” e a categoria Batido diretamente para a Área Grande Penalidade (CDAGP) manteve-se sem nenhuma alteração. Com estas alterações criou-se a variável 2 nova marcação da bola parada (NNMBP).

Analisando a relação entre o DGS com a NNMBP, podemos verificar na tabela 12 que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente uma célula (25,0%) apresentou um valor expectado menor que 5, portanto não é possível analisar o valor dado por PCS. Devido à tabela ser no formato 2 por 2, podemos verificar o valor dado pelo “Fisher’s Exact Test” (FET), que é utilizado quando não há condições no teste CST. Verificamos através do valor de FET, que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,59 ser maior que 0,05), entre o DGS quando o PLDD é executado para fora da área grande penalidade ou quando é CDAGP.

Embora não se verifiquem diferenças significativas, podemos observar que apesar de haver com uma maior frequência PLDD quando são CDAGP verificamos que houve também mais DGS nessa zona.

Tabela 12 - Relação do DGS com a NNMBP

Relação do DGS com a NNMBP					
			NNMBP		
			Batido para fora da Área Grande Penalidade	Batido diretamente para Área Grande Penalidade	Total
DGS	Outros	Frequência	82	665	747
		Residual ajustado	-0,5	0,5	
	Golo Sofrido	Frequência	5	32	37
		Residual ajustado	0,5	-0,5	
	Total da Frequência	87	697	784	
Chi-Square Tests					
			Valores	Significância	
<b>Pearson Chi-Square</b>			0,230a	0,63	
<b>Fisher's Exact Test</b>			-----	0,59	
a. Uma célula (25,0%) tem um valor expectado menor que 5.					

#### c) Relação do Golo Sofrido (DGS) com o Método de Jogo da Bola Parada Defensiva (MJBPD)

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas entre o DGS e o método de jogo adotado pela equipa analisada.

Analisando a relação entre o DGS com a MJBPD, podemos verificar na tabela 40, em anexo, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20% nomeadamente 0 células (0,0%) apresentaram um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,07 ser maior que 0,05), entre o DGS e o método de jogo adotado pela equipa analisada.

Embora não se verifiquem diferenças significativas podemos observar que apesar de haver com uma maior frequência a utilização do método defesa mista, houve também mais DGS nesse método de jogo.

#### d) Relação do Golo Sofrido (DGS) com o Novo Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (NJPBBPD)

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas entre o DGS e o número de jogadores colocados ou não na barreira pela equipa analisada.

Primeiramente, foi analisado a relação entre o DGS e os JPBBPD onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%,

nomeadamente 5 células (41,7%) apresentaram um valor expectado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, agrupou-se algumas categorias criando uma nova variável (NJPBBPD), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado. Agrupou-se as seguintes categorias da variável dos JPBBPD: as categorias, Barreira com 2 jogadores (B2J), Barreira com 3 jogadores (B3J), Barreira com 4 jogadores (B4J), Barreira com 5 jogadores (B5J) e Barreira com mais de 5 jogadores (B6J), formaram a categoria “Barreira” e a categoria Sem colocação de barreira (SBarr) manteve-se sem nenhuma alteração. Com estas alterações criou-se a variável nova jogadores nos postes/barreiras nas bolas paradas defensivas (NJPBBPD).

Analisando a relação entre o DGS com a NJPBBPD, podemos verificar na tabela 41, em anexo, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente 0 células (0,0%) apresentaram um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,41 ser maior que 0,05), entre o DGS e a colocação ou não de barreira.

#### **e) Relação do Golo Sofrido (DGS) com o Novo Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva (NDBPD)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas entre o DGS e o que acontece no momento antes do golo, o Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva (DBPD).

Primeiramente, foi analisado a relação entre o DGS e o DBPD onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente 4 células (28,6%) apresentaram um valor expectado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, agrupou-se algumas categorias criando uma nova variável (NDBPD), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado. Agrupou-se as seguintes categorias da variável da DBPD: as categorias, Disputa de Bola Aérea (DDBA) e Disputa de Bola Rasa (DDBR), formaram a “Disputa de bola”; a categoria, Desvio pelo guarda-redes (DDGR) e o Encaixe pelo guarda-redes (DEGR), formaram o “Guarda-Redes” e as categorias Interceção de bola (DINT), Desarme de bola (DDRBR), Sem ação sobre a bola (DSAB) e Não ocorreu (DNOC) mantiveram-se sem nenhuma alteração. Com estas alterações criou-se a variável nova DBPD (NDBPD).

Analisando a relação entre o DGS com a NDBPD, podemos verificar na tabela 13 que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente uma célula (10,0%) apresentou um valor expectado menor que 5, portanto é

possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,00 ser menor que 0,05), entre o DGS e o que acontece no momento antes do golo, o DBPD.

Especificamente, observamos que há relação direta de uma equipa sofrer um golo de PLDD quando o DBPD é o Sem ação sobre a bola (DSAB). Outra relação que se pode verificar é que quando a equipa defensiva realiza uma Interceção de bola (DINT) tem uma menor probabilidade de sofrer um golo. Foi possível analisar estas relações devido ao valor do residual ajustado encontrar-se fora do intervalo entre -2 e 2.

Tabela 13 - Relação do DGS com o NDBPD

Relação do DGS com o NDBPD								
			NDBPD					Total
			Disputa de bola	Interceção de bola	Desarme de bola	Guarda-Redes	Sem ação sobre a bola	
DGS	Outros	Frequência	191	260	8	130	158	747
		Residual ajustado	-0,2	3,7	0,6	1,9	-5,8	
	Golo	Frequência	10	2	0	2	23	37
		Residual ajustado	0,2	-3,7	-0,6	-1,9	5,8	
	<b>Total da Frequência</b>		201	262	8	132	181	784
	Chi-Square Tests							
			Valores			Significância		
<b>Pearson Chi-Square</b>			38,241a			0,00		
a. Uma célula (10,0%) tem um valor expectado menor que 5.								

#### f) Relação do Golo Sofrido (DGS) com o Local do Jogo (LDJ)

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas entre o DGS e o local do jogo onde ocorreram os golos sofridos pela equipa analisada.

Analisando a relação entre o DGS com o LDJ, podemos verificar na tabela 42, em anexo, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente 0 células (0,0%) apresentaram um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,58 ser maior que 0,05), entre o DGS e o local do jogo onde ocorreram os golos sofridos pela equipa analisada.

#### g) Relação do Golo Sofrido (DGS) com as Partes do Jogo (PDJ)

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas entre o DGS e a parte do jogo onde ocorreram os golos sofridos pela equipa analisada.

Analisando a relação entre o DGS com a PDJ, podemos verificar na tabela 43, em anexo, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente 0 células (0,0%) apresentaram um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,19 ser maior que 0,05), entre o DGS e a parte do jogo onde ocorreram os golos sofridos pela equipa analisada.

Embora não se verifiquem diferenças significativas podemos observar que houve uma maior percentagem de golos sofridos na segunda parte em relação à primeira parte, havendo na primeira parte 15 golos em 401 ações de PLDD (3,7%) e na segunda parte houve 22 golos em 383 ações de PLDD (5,7%).

#### **h) Relação do Golo Sofrido (DGS) com o Resultado Momentâneo (RM)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas entre o DGS e o resultado momentâneo em que o golo sofrido ocorreu pela equipa analisada.

Analisando a relação entre o DGS com a RM, podemos verificar na tabela 44, em anexo, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente duas células (20,0%) apresentaram um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,44 ser maior que 0,05), entre o DGS e o resultado momentâneo em que o golo sofrido ocorreu pela equipa analisada.

#### **i) Relação do Golo Sofrido (DGS) com a Nova Relação Numérica (NRN)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas entre o DGS pela equipa analisada com a RN no momento em que ocorreu o golo sofrido.

Primeiramente, foi analisado a relação entre o DGS e a RN onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente duas células (33,3%) apresentaram um valor expectado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, agrupou-se algumas categorias criando uma nova variável (NRN), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado. Agrupou-se as seguintes categorias da variável da RN: as categorias, Superioridade numérica (SN) e Inferioridade numérica (IN), formaram a categoria "SN e In" e a categoria Igualdade numérica (IN) manteve-se sem nenhuma alteração. Com estas alterações criou-se a variável nova relação numérica (NRN).

Analisando a relação entre o DGS com a NRN, podemos verificar na tabela 45, em anexo, que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente uma célula (25,0%) apresentou um valor expectado menor que 5, portanto não é possível analisar o valor dado por PCS. Devido à tabela ser no formato 2 por 2, podemos verificar o valor dado pelo FET, que é utilizado quando não há condições no teste CST. Verificamos através do valor de FET que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,50 ser maior que 0,05), entre o DGS pela equipa analisada com a RN no momento em que ocorreu o golo sofrido.

**Relação da Recuperação de bola (REC) (Recuperação de bola com início de ataque posicional (DRBAPos), Recuperação de bola com início de contra ataque (DRBCat), Recuperação de bola com início de contra ataque e remate à baliza adversária (DRBCatR) e a Recuperação de bola com início de contra ataque e obtenção de golo (DRBCatG)) com as seguintes variáveis: Método de Jogo da Bola Parada Defensiva (MJBPD), a Marcação da Bola Parada (MBP) e os Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (JPBBPD)**

Para se poder analisar a recuperação de bola com o MJBPD e com o JPBBPD, teve-se de transformar a variável FBPD (devido a ter 4 categorias relativamente à recuperação de bola), para uma nova variável onde é diferenciado as 4 categorias da recuperação de bola com todas as outras categorias do FBPD. A nova variável é dividida em duas categorias: 1 – Recuperação de bola; que inclui as seguintes categorias: o DRBAPos, o DRBCat, o DRBCatR e o DRBCatG e 2 – Outros; que inclui todas as outras categorias do FBPD, sendo elas a, Bola parada ofensiva (DBPO), o golo sofrido (DGS), a Manutenção da posse de bola adversária (DMPB), o Remate sofrido na barra/postes (DRBP), o Remate sofrido defendido pelo guarda-redes (DRDGR), o Remate sofrido fora (DRF), o Remate sofrido contra adversário (DRCAd), a DBPD e a Situação Indefinida (DSIND).

**a) Relação da Recuperação de bola (REC) (DRBAPos, DRBCat, DRBCatR e a DRBCatG) com o Método de Jogo da Bola Parada Defensiva (MJBPD)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas na recuperação de bola com o MJBPD que a equipa adotou.

Podemos verificar na tabela 46, em anexo, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente 0 células (0,0%) apresentaram um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,59 ser maior que 0,05), entre o método de defesa à zona e o método de defesa mista.

### **b) Relação da Recuperação de bola (REC) (DRBAPos, DRBCat, DRBCatR e a DRBCatG) com a Nova Marcação da Bola Parada (NMBP)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas na recuperação de bola com a MBP que a equipa adversária executou.

Primeiramente, foi analisado a relação entre a recuperação de bola e a MBP onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente 6 células (42,9%) apresentaram um valor expectado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, agrupou-se algumas categorias criando uma nova variável (NMBP), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado. Agrupou-se as seguintes categorias da variável da MBP: as categorias, Batido para a frente curto/médio (PFCu) e Batido para a frente longo (PFLo), formaram a categoria “Frente”; as categorias Batido para o lado curto/médio (PLCu) e Batido para o lado longo (PLL0), formaram a categoria “Lado”; as categorias Batido para trás curto/médio (PTCu) e Batido para trás longo (PTLo), formaram a categoria “Atrás” e a categoria Batido diretamente para a Área Grande Penalidade (CDAGP) manteve-se sem nenhuma alteração. Com estas alterações criou-se a variável nova marcação da bola parada (NMBP).

Analisando a relação entre a recuperação de bola com a variável NMBP, podemos verificar na tabela 47, em anexo, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente uma célula (12,5%) apresentou um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,28 ser maior que 0,05), entre a recuperação de bola quando esta é batida para a frente, para o lado, para trás ou quando é CDAGP.

Embora não se verifiquem diferenças significativas podemos observar que houve uma maior percentagem de recuperação de bola quando o PLD é CDAGP em relação à MBP quando esta é realizada para a Frente, para o Lado ou para Atrás. Houve quando a MBP foi: Batido diretamente para a Área Grande Penalidade (CDAGP), 137 recuperações de bola em 697 ações de PLDD (19,7%); Frente, 3 recuperações de bola em 38 ações de PLDD (7,9%); 6 recuperações de bola em 32 ações de PLDD (18,8%) e duas recuperações de bola em 17 ações de PLDD (11,8%)

### **c) Relação da Recuperação de bola (REC) (DRBAPos, DRBCat, DRBCatR e a DRBCatG) com o Novo Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (NJPBBPD)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas na recuperação de bola com os JPBBPD que a equipa adotou.

Primeiramente, foi analisado a relação entre a recuperação de bola e os JPBBPD onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente 3 células (25,0%) apresentaram um valor expectado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, utilizou-se a variável NJPBBPD (descrita no ponto 1, explicando como foi realizado o agrupamento das categorias), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado.

Analisando a relação entra a recuperação de bola com a variável NJPBBPD, podemos verificar na tabela 48, em anexo, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente 0 células (0,0%) apresentaram um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que não há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,18 ser maior que 0,05), entre a recuperação de bola quando há barreira ou quando não há colocação de barreira.

Embora não se verifiquem diferenças significativas podemos observar que houve uma maior percentagem de recuperação de bola quando a equipa defensiva não colocava jogadores na barreira em relação a quando colocava jogadores na barreira, havendo quando era colocado jogadores na barreira 79 recuperações de bola em 457 ações de PLDD (17,3%) e havendo 69 recuperações de bola em 327 ações de PLDD (21,1%) quando a equipa defensiva não colocava jogadores na barreira.

### **Relação da 2 Nova Marcação da Bola Parada (NNMBP) com as seguintes variáveis: o Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva (DBPD) e o Resultado Final da Bola Parada Defensiva (FBPD)**

#### **a) Relação da 2 Nova Marcação da Bola Parada (NNMBP) com o Desenvolvimento da Bola Parada Defensiva (DBPD)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas na MBP com o DBPD.

Primeiramente, foi analisado a relação entre a MBP e o DBPD onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente 8 células (57,1%) apresentaram um valor expectado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, utilizou-se a variável NNMBP (descrita no ponto 1, explicando

como foi realizado o agrupamento das categorias), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado.

Analisando a relação entre a NNMBP com a variável DBPD, podemos verificar na tabela 14 que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente duas células (14,3%) apresentaram um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,00 ser menor que 0,05), entre a NNMBP e o DBPD.

Especificamente, observamos que há relação direta quando a MBP é Batido diretamente para a Área Grande Penalidade (CDAGP) verificamos que há maior probabilidade de haver uma Disputa de Bola Aérea (DDBA) e também o Desvio pelo guarda-redes (DDGR). Outra relação, é que acontece mais Desarme de bola (DDR) e também Sem ação sobre a bola (DSAB) quando o PLDD é batido para fora da área grande penalidade. Foi possível analisar estas relações devido ao valor do residual ajustado encontrar-se fora do intervalo entre -2 e 2.

Tabela 14 - Relação da NNMBP com o NDBPD

Relação da NNMBP com o DBPD										
			DBPD							Total
			DDBA	DDR	DINT	DDR	DDGR	DEGR	DSAB	
NNMBP	Batido para fora da Área Grande Penalidade	Frequência	11	5	28	7	2	6	28	87
		Residual ajustado	-2,2	1,0	-0,3	6,9	-2,1	-0,6	2,1	
	Batido diretamente para Área Grande Penalidade	Frequência	160	25	234	1	63	61	153	697
		Residual ajustado	2,2	-1,0	0,3	-6,9	2,1	0,6	-2,1	
	Total da Frequência		171	30	262	8	65	67	181	784
	<i>Chi-Square Tests</i>									
			Valores				Significância			
<i>Pearson Chi-Square</i>			60,152a				0,00			
a. Duas células (14,3%) têm um valor expectado menor que 5.										

## **b) Relação da 2 Nova Marcação da Bola Parada (NNMBP) com o Novo Resultado Final da Bola Parada Defensiva (NFBPD)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas na MBP com o FBPD.

Primeiramente, foi analisado a relação entre a MBP com o FBPD onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente 69 células (82,1%) apresentaram um valor expectado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, agrupou-se algumas categorias criando uma nova variável (NFBPD) e utilizou a variável NNMBP (descrita no ponto 1, explicando como foi realizado o agrupamento das categorias), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado. Agrupou-se as seguintes categorias na variável da FBPD: as categorias, Recuperação de bola com início de ataque posicional (DRBAPos), Recuperação de bola com início de contra ataque (DRBCat), Recuperação de bola com início de contra ataque e remate à baliza adversária (DRBCAtR) e a Recuperação de bola com início de contra ataque e obtenção de golo (DRBCAtG), formaram a categoria “Recuperação de bola”, devido a estas categorias serem relacionadas com a recuperação de bola; as categorias, Remate sofrido na barra/postes (DRBP), Remate sofrido defendido pelo guarda-redes (DRDGR), Remate sofrido fora (DRF) e Remate sofrido contra adversário (DRCAd), formaram a categoria “Remate sofrido”, devido a estas categorias serem relacionadas com o remate sofrido. As categorias Bola parada ofensiva (DBPO), golo sofrido (DGS), Manutenção da posse de bola adversária (DMPB), DBPD e a Situação Indefinida (DSIND) mantiveram-se sem nenhuma alteração. Com estas alterações criou-se a variável nova resultado final da bola parada defensiva (NFBPD).

Analisando a relação entre a NNMBP com a variável NFBPD, podemos verificar na tabela 15, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente duas células (14,3%) apresentaram um valor expectado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,01 ser menor que 0,05), entre NNMBP e o NFBPD.

Especificamente, observamos que há relação direta quando a MBP é Batido diretamente para a Área Grande Penalidade (CDAGP). Verificamos que há maior probabilidade de haver uma DBPO. Foi possível analisar esta relação devido ao valor do residual ajustado encontrar-se fora do intervalo entre -2 e 2.

Tabela 15 - Relação da NNMBP com o NFBPD

Relação da NNMBP com o NFBPD										
			NFBPD							
			Recuperação de bola	DBPO	DGS	DMPB	Remate sofrido	DBPD	DSIND	Total
NNMBP	Batido para fora da Área Grande Penalidade	Frequência	11	30	5	11	16	14	0	87
		Residual ajustado	-1,6	3,7	0,5	0,2	-1,6	-0,6	-1,0	
	Batido diretamente para Área Grande Penalidade	Frequência	137	125	32	83	182	130	8	697
		Residual ajustado	1,6	-3,7	-0,5	-0,2	1,6	0,6	1,0	
	<b>Total da Frequência</b>		148	155	37	94	198	144	8	784
	<i>Chi-Square Tests</i>									
			Valores				Significância			
<i>Pearson Chi-Square</i>			16,083a				0,01			
a. Duas células (14,3%) têm um valor esperado menor que 5.										

**Relação da Especialização da Bola Parada (EBP) com as seguintes variáveis: os Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (JPBBPD) e a Marcação da Bola Parada (MBP)**

**a) Relação da Nova Especialização da Bola Parada (NEBP), com o Novo Jogadores nos Postes/Barreiras nas Bolas Paradas Defensivas (NJPBBPD)**

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas na EBP com os JPBBPD.

Primeiramente, foi analisado a relação entre a EBP e os JPBBPD onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente 35 células (58,3%) apresentaram um valor esperado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, utilizou-se a variável NEPB (descrita no ponto 1, explicando como foi realizado o agrupamento das categorias) e a variável NJPBBPD (descrita no ponto 1, explicando como foi realizado o agrupamento das categorias), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado.

Analisando a relação entre a NEPB com a variável NJPBBPD, podemos verificar na tabela 16, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente 0 células (0,0%) apresentaram um valor esperado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,00 ser menor que 0,05), entre NEPB e o NJPBBPD.

Observasse que há relação direta quando o PLDD é batido nas zonas “perto” verificamos que há relação e que houve com maior frequência a colocação de barreira. Outra relação, é que quando o PLDD é batido nas zonas “longe” verificamos que há relação e que houve com maior frequência a não colocação de jogadores na barreira. Foi possível analisar estas relações devido ao valor do residual ajustado encontrar-se fora do intervalo entre -2 e 2.

Tabela 16 - Relação da NEBP com o NJPBBPD

Relação da NEBP com o NJPBBPD						
			NJPBBPD			
			Barreira	Sem colocação de barreira	Total	
NEBP	Perto	Frequência	95	37	132	
		Residual ajustado	3,5	-3,5		
	Média	Frequência	351	239	590	
		Residual ajustado	1,2	-1,2		
	Longe	Frequência	11	51	62	
		Residual ajustado	-6,7	6,7		
	<b>Total da Frequência</b>		457	327	784	
	<i>Chi-Square Tests</i>					
				Valores	Significância	
<i>Pearson Chi-Square</i>			52,438a	0,00		
a. 0 células (0,0%) têm um valor esperado menor que 5.						

#### b) Relação da Especialização da Bola Parada (EBP) com a 2 Nova Marcação da Bola Parada (NNMBP)

O objetivo desta relação foi perceber se haveria diferenças significativas na EBP com a MBP.

Primeiramente, foi analisado a relação entre a EBP com a MBP onde se verificou que não foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem maior ou igual a 20%, nomeadamente 55 células (78,6%) apresentaram um valor esperado menor que 5. De modo a cumprir as condições do CST, utilizou-se a variável NNMBP (descrita no ponto 1, explicando como foi realizado o agrupamento das categorias da variável MBP), permitindo que a amostra se tornasse maior e que a relação em causa não perdesse sentido e significado.

Analisando a relação entre a EPB com a variável NNMBP, podemos verificar na tabela 17, que foram cumpridas as condições do CST, devido a haver uma percentagem menor ou igual a 20%, nomeadamente 4 células (20,0%) apresentaram um valor esperado menor que 5, portanto é possível analisar o valor dado por PCS. Verificamos através do valor de PCS que há diferenças significativas (devido ao coeficiente 0,00 ser menor que 0,05), entre EBP e o NNMBP.

Observamos que há uma relação direta entre a LZ1 e quando a MBP é Batido diretamente para a Área Grande Penalidade (CDAGP). Há também relação direta entre a LZ8, a LZ9, a LZ10 e a LZ13, quando a MBP é batida para fora da área grande penalidade. Foi possível analisar estas relações devido ao valor do residual ajustado encontrar-se fora do intervalo entre -2 e 2.

Tabela 17 - Relação da EBP com a NNMBP

Relação da EBP com a NNMBP					
			NNMBP		
			Batido para fora da Área Grande Penalidade	Batido diretamente para Área Grande Penalidade	Total
EBP	LZ1	Frequência	1	69	70
		Residual ajustado	-2,7	2,7	
	LZ2	Frequência	4	58	62
		Residual ajustado	-1,2	1,2	
	LZ3	Frequência	17	170	187
		Residual ajustado	-1,0	1,0	
	LZ4	Frequência	9	127	136
		Residual ajustado	-1,8	1,8	
	LZ7	Frequência	10	93	103
		Residual ajustado	-0,5	0,5	
	LZ8	Frequência	27	137	164
		Residual ajustado	2,5	-2,5	
	LZ9	Frequência	7	18	25
		Residual ajustado	2,7	-2,7	
LZ10	Frequência	4	9	13	
	Residual ajustado	2,3	-2,3		
LZ13	Frequência	5	9	14	
	Residual ajustado	3,0	-3,0		
LZ14	Frequência	3	7	10	
	Residual ajustado	1,9	-1,9		
		<b>Total da Frequência</b>	87	697	784
Chi-Square Tests					
		Valores	Significância		
<b>Pearson Chi-Square</b>		41,068a	0,00		
a. Quatro células (20,0%) têm um valor esperado menor que 5.					

## 1.5. Conclusões

Deste estudo, podemos averiguar que a relação entre os resultados obtidos e os resultados analisados pelos autores, referidos anteriormente, se compatibilizam em diversos aspetos. Um deles é que se verifica que as equipas que terminaram nos lugares cimeiros da tabela tiveram não só menos ações de pontapés livre direto defensivos, como também menos golos sofridos nesse momento de jogo, podendo relacionar esta análise com aquilo que nos diz Cunha (2007), que as equipas de sucesso defendem melhor este tipo de lances. É de realçar o trabalho desenvolvido pela equipa técnica e pelos jogadores na equipa dos sub-19, onde o estagiário esteve inserido, pois a equipa durante toda a primeira fase do campeonato, sofreu apenas um golo de pontapé livre direto. Este feito só foi também alcançado pela equipa da Académica Coimbra OAF.

Após a análise dos resultados, estes levantam questões relevantes em relação ao pontapé livre direto defensivo, sendo as questões: a relação da marcação da bola parada com o desenvolvimento da bola parada defensiva e com o resultado final da bola parada defensiva; a relação da espacialização da bola parada com os jogadores nos postes/barreiras nas bolas paradas defensivas e com a marcação da bola parada. Outra questão relevante, é a relação do golo sofrido com o desenvolvimento da bola parada defensiva, que tem a conotação de se poder analisar defensivamente, mas também ofensivamente.

Este estudo apresenta algumas limitações que, resolvidas, tornariam um futuro estudo mais preparado e exato, sendo elas: a pouca qualidade de imagem nas gravações realizadas durante os jogos, tornando menos perceptível o desenrolar do pontapé livre direto; a perspetiva/ângulo em que a gravação ocorreu influenciava a perceção do local onde foi executado o pontapé livre direto, podendo, por exemplo, não ser perceptível se a ação era executada na zona 1 ou na zona 3, ficando à opinião/consideração do observador nos lances. Por este estudo ser pioneiro, não é possível realizar uma comparação com outras equipas ou com épocas anteriores.

## Parte IV - Balanço Final do Estágio

A decisão de ingressar no mestrado com especialização em Treino Desportivo, teve como objetivo adquirir um conjunto de conhecimentos teóricos e competências práticas para um desenvolvimento enquanto treinador de futebol. Por estes motivos, é fundamental refletir sobre o percurso geral destes últimos 2 anos.

O primeiro ano de mestrado permitiu, principalmente, reunir um conjunto de aprendizagens teóricas nas diversas unidades curriculares do mestrado e aplicar o mesmo nos trabalhos realizados, permitindo ter um olhar mais vasto naquilo que são as funções e tarefas de um treinador de futebol em contextos profissionais. O segundo ano no mestrado, apesar de só incluir a realização do estágio, trouxe uma enorme quantidade de experiências e aprendizagens.

O principal objetivo conseguido durante a época desportiva, foi conseguir com que houvesse uma ligação dos conteúdos teóricos aprendidos durante os anos da licenciatura e no primeiro ano de mestrado na ESDRM com os conteúdos práticos. Outros objetivos alcançados com sucesso foram o desenvolvimento como treinador, o maior número de experiências durante toda a época desportiva.

Desde cedo que um dos objetivos foi integrar um clube e equipa de contextos superiores, ou seja, que a competição fosse a nível nacional. Este objetivo foi prioridade pois havia um conjunto de vantagens e aprendizagens que não eram possíveis num contexto mais baixo, em termos de recursos humanos, recursos materiais e também em conhecimento técnico-tático.

A possibilidade de representar o Sport Clube União Torreense no escalão Sub-19 foi uma oportunidade inesperada, mas que ia de encontro com aquilo que era ambicionado para amadurecer enquanto profissional.

Realizando uma reflexão nas diferentes áreas de intervenção, retrata-se os conhecimentos adquiridos com as tarefas realizadas.

Ao nível do treino (Planeamento, Operacionalização e Condução do Treino), o estágio e a entidade acolhedora onde foi realizado o mesmo, permitiu uma grande evolução. Devido à necessidade de realizar as unidades de treino em formato digital, permitiu a proximidade do desenvolvimento das unidades de treino realizadas pelo treinador principal, bem como, por vezes, ter de desenvolver exercícios para a parte inicial e principal do treino. Outro momento de aprendizagem foi o desenvolvimento dos microciclos em conjunto com a equipa técnica, onde

o debate em relação às cargas de treino e aos conteúdos a treinar para as unidades de treino foram importantes para desenvolver a capacidade de ligação dos conteúdos teóricos aprendidos com os conteúdos práticos naquilo que seria o melhor para o desenvolvimento dos jogadores e também do jogo coletivo da equipa. No que diz respeito à operacionalização dos exercícios das unidades de treino, considera-se que foi um momento fundamental para o crescimento enquanto treinador, pelo facto de ter de assumir um exercício quando eram feitos dois grupos, um para cada exercício, fez com que tivesse de liderar e conduzir os exercícios, fazendo com que fosse possível intervir nas ações técnico-táticas dos jogadores e, no fim do treino, perceber com a restante equipa técnica como foi essa mesma gestão no exercício.

A nível da competição, conseguiu-se desenvolver a capacidade de leitura do jogo, um dos objetivos definidos durante a época por perceber que era uma vertente em que tinha mais fragilidades. Foi importante analisar os jogos, após o acontecimento destes, e perceber diante da restante equipa técnica o que analisaram comparando o grau de especificidade de cada análise no sentido de tentar alcançar melhores análises após os jogos. Outro momento importante na competição, foi a análise imediata durante o jogo das jogadas coletivas da equipa e da equipa adversária, onde o estagiário percebeu que tinha de estar com uma atenção redobrada para poder verificar quais as melhores alterações na sua equipa para que tivesse mais sucesso no jogo. Estas situações foram também identificadas por serem experiências “novas”, no sentido de serem por vezes situações mais complexas, rápidas e por estarem num nível mais próximo do profissional.

Na área extra treino/competição, cada uma das diversas tarefas realizadas teve a sua importância no processo de trabalho semanal. A análise do árbitro da jornada foi importante porque, para além da equipa técnica ter algumas informações base relativamente ao árbitro, foi também possível passar informações aos jogadores de que tipo de arbitragem se poderia ter durante o jogo, por exemplo, se era costume o árbitro dar muitos cartões amarelos e vermelhos. A análise dos exercícios de treino através da observação indireta do treino foi também muito importante para a reflexão do planeamento realizado e também para a análise dos comportamentos dos jogadores individuais e coletivos. A tarefa do desenvolvimento dos relatórios relativamente ao controlo de treino (conteúdos e volume de treino) foi das tarefas consideradas mais importantes e relevantes para o seu crescimento profissional, pois por realizar esta tarefa, era perguntado pelo treinador principal qual dos conteúdos de treino e que exercícios se poderiam realizar no microciclo seguinte.

O desafio tido na entidade do UDS foi sem dúvida inesperado e árduo. Por ter sido a primeira vez numa situação de transição de clube a meio de uma época desportiva, a adaptação a esta foi difícil e desafiante, no entanto, esta passagem foi bastante enriquecedora a nível de experiências e aprendizagens. Trabalhar num contexto sénior no Campeonato de Portugal foi um passo importante naquilo que é procurado, que é poder trabalhar num contexto profissional. Apesar do UDS não ser um clube profissional, trabalha e dispõe de condições para o ser e foram importantes as condições e os recursos que o clube possuía para o crescimento enquanto treinador.

O trabalho realizado enquanto equipa técnica, foi um dos principais motivos no crescimento enquanto treinador. Devido à relação e ao profissionalismo de cada elemento da equipa técnica, foi sempre desejado acompanhar o árduo trabalho de cada elemento, fazendo com que quisesse trabalhar mais e mostrar também serviço para que a equipa em geral e os jogadores pudessem melhorar os seus comportamentos técnico-táticos.

O estágio superou claramente as expectativas sobre aquilo que poderia vir a ser a participação e intervenção em contextos de uma exigência tão elevada e foi determinante para que atingisse os objetivos de desenvolvimento de conhecimentos e competências previamente estabelecidos.

A realização deste estudo, desenvolvido ao longo da época desportiva, constitui uma aquisição de conhecimentos naquilo que está relacionado com o pontapé livre direto. Como visto no enquadramento teórico, o pontapé livre direto é uma das bolas paradas mais importantes segundo os treinadores. Ao longo do Campeonato Nacional Sub-19 I Divisão na época desportiva 2022/2023, ocorreram 37 golos de PLD, correspondendo a 4,7% de todas as 784 ações de PLD.

Com a realização deste estudo e reflexão sobre este momento de jogo, no pontapé livre direto é de realçar a importância e o trabalho do pontapé livre direto defensivo. Futuramente, haverá a preocupação de associar a parte teórica à parte prática, aplicando em treino e também na competição aquilo que foi compreendido com os resultados observados.

Finalizando, foram 2 anos de mestrado que trazem muitas aprendizagens e experiências que permitiram a evolução do estagiário enquanto treinador e pessoa, uma vez que, todas as pessoas com que houve contacto, foi possível aprender e evoluir.

## Bibliografia

Armatas, V., Giannakos, A., Papadopoulou, S., & Galazoulas, C. (2007). Analysis of the set-plays in the 18th football World Cup in Germany. *Physical Training*.

Cunha, N. (2007). *A importância dos lances de bola parada (livres, cantos e penaltis) no futebol de 11: Análise de situação finalizadas com golo na 1ª Liga Portuguesa 2005-06 e no Campeonato do Mundo'2006*.

De Baranda, P. S., & Lopez-Riquelme, D. (2012). Analysis of corner kicks in relation to match status in the 2006 World Cup. *European Journal of Sport Science*, 12(2), 121–129. <https://doi.org/10.1080/17461391.2010.551418>

Esteves, L. F. A. P. (2013). *Situações de bola parada no jogo de futebol: As sequências de jogo a partir dos livres no meio campo ofensivo*.

Garganta, J. (2001). A análise da performance nos jogos desportivos. Revisão acerca da análise do jogo. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 2001(1), 57–64. <https://doi.org/10.5628/rpcd.01.01.57>

Garganta, J. (2008). *Modelação táctica em jogos desportivos: A desejável cumplicidade entre pesquisa, treino e competição*. 18.

Leite, W. (2020). The importance of set plays in high performance football. *Sportske Nauke i Zdravlje*, 10(1), 5–9. <https://doi.org/10.7251/JIT2001005L>

Loureiro, N., Teixeira, E., Costa, J. P., Prudente, J., & Sequeira, P. (2014). A importância das bolas paradas no futebol, a opinião dos treinadores. (Portuguese). *Revista da UIIPS*, 3(2), 4–22.

Pedro Miguel Silva, Jorge Castelo, & Pedro Santos. (2011). Caracterização do processo de análise do jogo em clubes da 1ª liga portuguesa profissional de futebol na época 2005/2006. Characterization of match analysis process in Portuguese first football league teams: Season 2005/2006. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte: RBEFE*, 25(3), 441–453. <https://doi.org/10.1590/S1807-55092011000300009>

Saccilotto Sigallis Souza, A., Henrique Somavilla, G., Legnani, E., da Cunha Voser, R., Silva Cardoso, M., & Cícero Moraes, J. (2021). Análise dos gols de cobranças de escanteio diretas à área de pênalti no campeonato brasileiro série a temporadas 2018 e 2019. (portuguese): Analysis of goals from direct corner kicks to the shooting area in the brazilian championship a series seasons 2018-2019. (english). *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 13(53), 297–308.

Sousa, T., & Garganta, J. (2001). *The importance of “ set plays” in soccer*. 8.

Teixeira, E., Loureiro, N., & Sequeira, P. (2015). Construção e validação de um sistema de observação em competição no futebol de bolas paradas. *Revista da Unidade de Investigação do Instituto Politécnico de Santarém*, 3(3), 1–17.

Teixeira, P. (2016). *A Importância das Ações de Bola Parada no Contexto do Alto Rendimento – Estudo de Caso do Moreirense Futebol Clube na Época 2015/2016*.

## Anexos

Tabela 18 - Frequência de PLD por cada equipa

Equipas	Frequência	Percentagem
AAC	65	8,3
CPAC	78	9,9
CSM	71	9,1
CFB	52	6,6
CDN	63	8,0
FCA	66	8,4
GDEP	66	8,4
SCUT	64	8,2
SLB	55	7,0
SCP	59	7,5
UDVF	75	9,6
VFC	70	8,9
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 19 - Frequência de PLD por EBP

EBP	Frequência	Percentagem
LZ1	70	8,9
LZ2	62	7,9
LZ3	187	23,9
LZ4	136	17,3
LZ7	103	13,1
LZ8	164	20,9
LZ9	25	3,2
LZ10	13	1,7
LZ13	14	1,8
LZ14	10	1,3
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 20 - Frequência de PLD na MBP

MBP	Frequência	Percentagem
PFCu	30	3,8
PFLo	8	1,0
PLCu	28	3,6
PLLo	4	0,5
PTCu	16	2,0
PTLo	1	0,1
CDAGP	697	88,9
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 21 - Frequência de PLD no MJBPD

MJBPD	Frequência	Percentagem
MDZo	280	35,7
MDM	504	64,3
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 22 - Frequência de PLD nos JPBBPD

JPBBPD	Frequência	Percentagem
B2J	374	47,7
B3J	33	4,2
B4J	41	5,2
B5J	8	1,0
B6J	1	0,1
SBarr	327	41,7
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 23 - Frequência de PLD no DBPD

DBPD	Frequência	Percentagem
DDBA	171	21,8
DDBR	30	3,8
DINT	262	33,4
DDRB	8	1,0
DDGR	65	8,3
DEGR	67	8,5
DSAB	181	23,1
DNOC	0	0,0
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 24 - Frequência de PLD no FBPD

FBPD	Frequência	Percentagem
DRBAPos	65	8,3
DRBCat	78	9,9
DRBCAtR	5	0,6
DRBCAtG	0	0,0
DBPO	155	19,8
DGS	37	4,7
DMPB	94	12,0
DRBP	4	0,5
DRDGR	52	6,6
DRF	136	17,3
DRCAd	6	0,8
DBPD	144	18,4
DSIND	8	1,0
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 25 - Frequência de PLD no LDJ

LDJ	Frequência	Percentagem
C	395	50,4
F	389	49,6
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 26 - Frequência de PLD na PDJ

PDJ	Frequência	Percentagem
1p	401	51,1
2p	383	48,9
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 27 - Frequência de PLD no RM

RM	Frequência	Percentagem
G2	73	9,3
G1	194	24,7
G0	359	45,8
P1	117	14,9
P2	41	5,2
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 28 - Frequência de PLD na RN

RN	Frequência	Percentagem
lfn	16	2,0
IN	732	93,4
SN	36	4,6
<b>Total</b>	<b>784</b>	<b>100,0</b>

Tabela 29 - Frequência de PLDD por equipa na EBP

Equipas	EBP	Frequência	Percentagem	Equipas	EBP	Frequência	Percentagem	
AAC	LZ1	2	3,1	VFC	LZ1	3	4,3	
	LZ2	2	3,1		LZ2	8	11,4	
	LZ3	23	35,4		LZ3	15	21,4	
	LZ4	13	20,0		LZ4	20	28,6	
	LZ7	7	10,8		LZ7	7	10,0	
	LZ8	14	21,5		LZ8	14	20,0	
	LZ9	2	3,1		LZ10	1	1,4	
	LZ13	1	1,5		LZ14	2	2,9	
	LZ14	1	1,5		Total	70	100,0	
	Total	65	100,0					
CPAC	LZ1	8	10,3					
	LZ2	4	5,1					
	LZ3	23	29,5					
	LZ4	14	17,9					
	LZ7	8	10,3					
	LZ8	16	20,5					
	LZ9	3	3,8					
	LZ10	1	1,3					
	LZ14	1	1,3					
	Total	78	100,0					
CSM	LZ1	9	12,7					
	LZ2	4	5,6					
	LZ3	16	22,5					
	LZ4	8	11,3					
	LZ7	13	18,3					
	LZ8	11	15,5					
	LZ9	6	8,5					
	LZ10	1	1,4					
	LZ13	2	2,8					
	LZ14	1	1,4					
Total	71	100,0						
CFB	LZ1	3	5,8					
	LZ2	3	5,8					
	LZ3	11	21,2					
	LZ4	4	7,7					
	LZ7	10	19,2					
	LZ8	13	25,0					
	LZ9	3	5,8					
	LZ10	3	5,8					
	LZ13	1	1,9					
	LZ14	1	1,9					
Total	52	100,0						
CDN	LZ1	4	6,3					
	LZ2	7	11,1					
	LZ3	15	23,8					
	LZ4	17	27,0					
	LZ7	10	15,9					
	LZ8	9	14,3					
	LZ14	1	1,6					
	Total	63	100,0					
	FCA	LZ1	7	10,6				
		LZ2	8	12,1				
LZ3		18	27,3					
LZ4		8	12,1					
LZ7		5	7,6					
LZ8		17	25,8					
LZ9		1	1,5					
LZ13		1	1,5					
LZ14		1	1,5					
Total		66	100,0					
GDEP	LZ1	4	6,1					
	LZ2	4	6,1					
	LZ3	10	15,2					
	LZ4	12	18,2					
	LZ7	11	16,7					
	LZ8	20	30,3					
	LZ9	2	3,0					
	LZ10	1	1,5					
	LZ13	2	3,0					
	Total	66	100,0					
SCUT	LZ1	9	14,1					
	LZ2	6	9,4					
	LZ3	16	25,0					
	LZ4	12	18,8					
	LZ7	3	4,7					
	LZ8	13	20,3					
	LZ9	2	3,1					
	LZ10	1	1,6					
	LZ13	2	3,1					
	Total	64	100,0					
SLB	LZ1	11	20,0					
	LZ2	4	7,3					
	LZ3	12	21,8					
	LZ4	12	21,8					
	LZ7	4	7,3					
	LZ8	9	16,4					
	LZ9	1	1,8					
	LZ10	1	1,8					
	LZ13	1	1,8					
	Total	55	100,0					
SCP	LZ1	3	5,1					
	LZ2	2	3,4					
	LZ3	11	18,6					
	LZ4	10	16,9					
	LZ7	14	23,7					
	LZ8	13	22,0					
	LZ9	3	5,1					
	LZ10	1	1,7					
	LZ13	1	1,7					
	LZ14	1	1,7					
Total	59	100,0						
UDVF	LZ1	7	9,3					
	LZ2	10	13,3					
	LZ3	17	22,7					
	LZ4	6	8,0					
	LZ7	11	14,7					
	LZ8	15	20,0					
	LZ9	2	2,7					
	LZ10	3	4,0					
	LZ13	3	4,0					
	LZ14	1	1,3					
Total	75	100,0						

Tabela 30 - Frequência de PLDD por equipa na MBP

Equipas	MBP	Frequência	Percentagem
AAC	PFCu	3	4,6
	PLCu	3	4,6
	PLLo	1	1,5
	PTCu	1	1,5
	PTLo	1	1,5
CDAGP		56	86,2
	Total	65	100,0
CPAC	PFCu	2	2,6
	PLCu	6	7,7
	PTCu	2	2,6
	CDAGP	68	87,2
Total	78	100,0	
CSM	PFCu	4	5,6
	PFLo	1	1,4
	PLCu	4	5,6
	PTCu	2	2,8
	CDAGP	60	84,5
Total	71	100,0	
CFB	PFCu	3	5,8
	PLCu	2	3,8
	CDAGP	47	90,4
Total	52	100,0	
CDN	PFCu	3	4,8
	PFLo	2	3,2
	PLCu	1	1,6
	PTCu	1	1,6
	CDAGP	56	88,9
Total	63	100,0	
FCA	PFCu	2	3,0
	PLCu	2	3,0
	PTCu	1	1,5
	CDAGP	61	92,4
Total	66	100,0	
GDEP	PFCu	3	4,5
	PFLo	2	3,0
	PLCu	3	4,5
	PTCu	3	4,5
	CDAGP	55	83,3
Total	66	100,0	
SCUT	PFCu	5	7,8
	PFLo	1	1,6
	PLLo	1	1,6
	PTCu	3	4,7
	CDAGP	54	84,4
Total	64	100,0	
SLB	PFCu	3	5,5
	PLCu	1	1,8
	CDAGP	51	92,7
	Total	55	100,0
SCP	PFLo	1	1,7
	PLCu	3	5,1
	PTCu	2	3,4
	CDAGP	53	89,8
	Total	59	100,0
UDVF	PFCu	1	1,3
	PLLo	1	1,3
	CDAGP	73	97,3
	Total	75	100,0
VFC	PFCu	1	1,4
	PFLo	1	1,4
	PLCu	3	4,3
	PLLo	1	1,4
	PTCu	1	1,4
	CDAGP	63	90,0
Total	70	100,0	

Tabela 31 - Frequência de PLDD por equipa no MJBPD

Equipas	MJBPD	Frequência	Percentagem
AAC	MDZo	22	33,8
	MDM	43	66,2
	Total	65	100,0
CPAC	MDZo	31	39,7
	MDM	47	60,3
	Total	78	100,0
CSM	MDZo	15	21,1
	MDM	56	78,9
	Total	71	100,0
CFB	MDZo	24	46,2
	MDM	28	53,8
	Total	52	100,0
CDN	MDZo	20	31,7
	MDM	43	68,3
	Total	63	100,0
FCA	MDZo	18	27,3
	MDM	48	72,7
	Total	66	100,0
GDEP	MDZo	25	37,9
	MDM	41	62,1
	Total	66	100,0
SCUT	MDZo	33	51,6
	MDM	31	48,4
	Total	64	100,0
SLB	MDZo	18	32,7
	MDM	37	67,3
	Total	55	100,0
SCP	MDZo	31	52,5
	MDM	28	47,5
	Total	59	100,0
UDVF	MDZo	15	20,0
	MDM	60	80,0
	Total	75	100,0
VFC	MDZo	28	40,0
	MDM	42	60,0
	Total	70	100,0

Tabela 32 - Frequência de PLDD por equipa nos JPBBPD

Equipas	JPBBPD	Frequência	Percentagem
AAC	B2J	21	32,3
	B3J	4	6,2
	B4J	9	13,8
	SBarr	31	47,7
	Total	65	100,0
CPAC	B2J	49	62,8
	B3J	2	2,6
	B4J	4	5,1
	B5J	1	1,3
	SBarr	22	28,2
Total	78	100,0	
CSM	B2J	37	52,1
	B3J	2	2,8
	B4J	1	1,4
	SBarr	31	43,7
	Total	71	100,0
CFB	B2J	32	61,5
	B4J	3	5,8
	B5J	1	1,9
	SBarr	16	30,8
	Total	52	100,0
CDN	B2J	38	60,3
	B3J	3	4,8
	B4J	7	11,1
	SBarr	15	23,8
	Total	63	100,0
FCA	B2J	23	34,8
	B3J	1	1,5
	B5J	2	3,0
	SBarr	40	60,6
	Total	66	100,0
GDEP	B2J	10	15,2
	B3J	2	3,0
	B4J	5	7,6
	SBarr	49	74,2
	Total	66	100,0
SCUT	B2J	39	60,9
	B3J	3	4,7
	B4J	3	4,7
	SBarr	19	29,7
	Total	64	100,0
SLB	B2J	26	47,3
	B3J	1	1,8
	B4J	1	1,8
	B5J	1	1,8
	SBarr	25	45,5
Total	55	100,0	
SCP	B2J	24	40,7
	B5J	2	3,4
	SBarr	33	55,9
	Total	59	100,0
UDVF	B2J	38	50,7
	B3J	5	6,7
	B4J	2	2,7
	B5J	1	1,3
	SBarr	29	38,7
Total	75	100,0	
VFC	B2J	37	52,9
	B3J	10	14,3
	B4J	6	8,6
	SBarr	17	24,3
	Total	70	100,0

Tabela 33 - Frequência de PLDD por equipa no DBPD

Equipas	DBPD	Frequência	Percentagem
AAC	DDBA	13	20,0
	DINT	24	36,9
	DDGR	7	10,8
	DEGR	6	9,2
	DSAB	15	23,1
	Total	65	100,0
CPAC	DDBA	18	23,1
	DDBR	2	2,6
	DINT	34	43,6
	DDGR	1	1,3
	DEGR	5	6,4
	DSAB	18	23,1
Total	78	100,0	
CSM	DDBA	16	22,5
	DDBR	2	2,8
	DINT	16	22,5
	DDRB	1	1,4
	DDGR	8	11,3
	DEGR	13	18,3
DSAB	15	21,1	
Total	71	100,0	
CFB	DDBA	13	25,0
	DDBR	3	5,8
	DINT	11	21,2
	DDRB	1	1,9
	DDGR	3	5,8
	DEGR	3	5,8
DSAB	18	34,6	
Total	52	100,0	
CDN	DDBA	13	20,6
	DDBR	2	3,2
	DINT	22	34,9
	DDGR	10	15,9
	DEGR	4	6,3
	DSAB	12	19,0
Total	63	100,0	
FCA	DDBA	20	30,3
	DDBR	1	1,5
	DINT	23	34,8
	DDGR	7	10,6
	DEGR	5	7,6
	DSAB	10	15,2
Total	66	100,0	
GDEP	DDBA	15	22,7
	DDBR	2	3,0
	DINT	21	31,8
	DDGR	4	6,1
	DEGR	4	6,1
	DSAB	20	30,3
Total	66	100,0	
SCUT	DDBA	9	14,1
	DDBR	6	9,4
	DINT	26	40,6
	DDRB	5	7,8
	DDGR	6	9,4
	DEGR	2	3,1
DSAB	10	15,6	
Total	64	100,0	
SLB	DDBA	14	25,5
	DDBR	3	5,5
	DINT	19	34,5
	DDGR	4	7,3
	DEGR	6	10,9
	DSAB	9	16,4
Total	55	100,0	
SCP	DDBA	8	13,6
	DDBR	5	8,5
	DINT	21	35,6
	DDRB	1	1,7
	DDGR	7	11,9
	DEGR	6	10,2
DSAB	11	18,6	
Total	59	100,0	
UDVF	DDBA	21	28,0
	DDBR	2	2,7
	DINT	24	32,0
	DDGR	4	5,3
	DEGR	7	9,3
	DSAB	17	22,7
Total	75	100,0	
VFC	DDBA	11	15,7
	DDBR	2	2,9
	DINT	21	30,0
	DDGR	4	5,7
	DEGR	6	8,6
	DSAB	26	37,1
Total	70	100,0	

Tabela 34 - Frequência de PLDD por equipa no FBPD

Equipas	FBPD	Frequência	Percentagem	Equipas	FBPD	Frequência	Percentagem
AAC	DRBAPos	8	12,3	UDVF	DRBAPos	12	16,0
	DRBCat	7	10,8		DRBCat	7	9,3
	DBPO	11	16,9		DBPO	11	14,7
	DGS	1	1,5		DGS	4	5,3
	DMPB	12	18,5		DMPB	10	13,3
	DRDGR	2	3,1		DRBP	1	1,3
	DRF	12	18,5		DRDGR	5	6,7
	DBPD	10	15,4		DRF	13	17,3
	DSIND	2	3,1		DBPD	10	13,3
Total	65	100,0	DSIND	2	2,7		
CPAC	DRBAPos	6	7,7	Total	75	100,0	
	DRBCat	11	14,1	VFC	DRBAPos	3	4,3
	DBPO	8	10,3		DRBCat	5	7,1
	DGS	4	5,1		DBPO	10	14,3
	DMPB	7	9,0		DGS	8	11,4
	DRDGR	7	9,0		DMPB	5	7,1
	DRF	14	17,9		DRDGR	6	8,6
	DBPD	21	26,9		DRF	13	18,6
	Total	78	100,0		DRCAd	3	4,3
CSM	DRBAPos	8	11,3		DBPD	16	22,9
	DRBCat	8	11,3	DSIND	1	1,4	
	DBPO	15	21,1	Total	70	100,0	
	DGS	2	2,8				
	DMPB	12	16,9				
	DRDGR	3	4,2				
	DRF	9	12,7				
	DBPD	13	18,3				
	DSIND	1	1,4				
Total	71	100,0					
CFB	DRBAPos	2	3,8				
	DRBCat	5	9,6				
	DRBCatR	1	1,9				
	DBPO	8	15,4				
	DGS	2	3,8				
	DMPB	5	9,6				
	DRDGR	4	7,7				
	DRF	11	21,2				
	DRCAd	2	3,8				
DBPD	12	23,1					
Total	52	100,0					
CDN	DRBAPos	2	3,2				
	DRBCat	8	12,7				
	DRBCatR	1	1,6				
	DBPO	12	19,0				
	DGS	3	4,8				
	DMPB	8	12,7				
	DRDGR	11	17,5				
	DRF	12	19,0				
	DBPD	6	9,5				
Total	63	100,0					
FCA	DRBAPos	5	7,6				
	DRBCat	8	12,1				
	DRBCatR	3	4,5				
	DBPO	22	33,3				
	DGS	4	6,1				
	DMPB	4	6,1				
	DRBP	2	3,0				
	DRDGR	1	1,5				
	DRF	8	12,1				
DBPD	8	12,1					
DSIND	1	1,5					
Total	66	100,0					
GDEP	DRBAPos	4	6,1				
	DRBCat	6	9,1				
	DBPO	9	13,6				
	DGS	4	6,1				
	DMPB	10	15,2				
	DRBP	1	1,5				
	DRDGR	4	6,1				
	DRF	12	18,2				
	DBPD	15	22,7				
DSIND	1	1,5					
Total	66	100,0					
SCUT	DRBAPos	5	7,8				
	DRBCat	3	4,7				
	DBPO	28	43,8				
	DGS	1	1,6				
	DMPB	5	7,8				
	DRDGR	3	4,7				
	DRF	6	9,4				
	DBPD	13	20,3				
	Total	64	100,0				
SLB	DRBAPos	6	10,9				
	DRBCat	6	10,9				
	DBPO	8	14,5				
	DGS	2	3,6				
	DMPB	11	20,0				
	DRDGR	3	5,5				
	DRF	11	20,0				
	DBPD	8	14,5				
	Total	55	100,0				
SCP	DRBAPos	4	6,8				
	DRBCat	4	6,8				
	DBPO	13	22,0				
	DGS	2	3,4				
	DMPB	5	8,5				
	DRDGR	3	5,1				
	DRF	15	25,4				
	DRCAd	1	1,7				
	DBPD	12	20,3				
Total	59	100,0					

Tabela 35 - Frequência de PLDD por equipa no LDJ

Equipas	LDJ	Frequência	Percentagem
AAC	C	31	47,7
	F	34	52,3
Total		65	100,0
CPAC	C	43	55,1
	F	35	44,9
Total		78	100,0
CSM	C	40	56,3
	F	31	43,7
Total		71	100,0
CFB	C	26	50,0
	F	26	50,0
Total		52	100,0
CDN	C	27	42,9
	F	36	57,1
Total		63	100,0
FCA	C	38	57,6
	F	28	42,4
Total		66	100,0
GDEP	C	32	48,5
	F	34	51,5
Total		66	100,0
SCUT	C	36	56,3
	F	28	43,8
Total		64	100,0
SLB	C	21	38,2
	F	34	61,8
Total		55	100,0
SCP	C	26	44,1
	F	33	55,9
Total		59	100,0
UDVF	C	38	50,7
	F	37	49,3
Total		75	100,0
VFC	C	37	52,9
	F	33	47,1
Total		70	100,0

Tabela 36 - Frequência de PLDD por equipa nas PDJ

Equipas	PDJ	Frequência	Percentagem
AAC	1p	32	49,2
	2p	33	50,8
	Total	65	100,0
CPAC	1p	36	46,2
	2p	42	53,8
	Total	78	100,0
CSM	1p	31	43,7
	2p	40	56,3
	Total	71	100,0
CFB	1p	30	57,7
	2p	22	42,3
	Total	52	100,0
CDN	1p	34	54,0
	2p	29	46,0
	Total	63	100,0
FCA	1p	38	57,6
	2p	28	42,4
	Total	66	100,0
GDEP	1p	34	51,5
	2p	32	48,5
	Total	66	100,0
SCUT	1p	38	59,4
	2p	26	40,6
	Total	64	100,0
SLB	1p	29	52,7
	2p	26	47,3
	Total	55	100,0
SCP	1p	24	40,7
	2p	35	59,3
	Total	59	100,0
UDVF	1p	39	52,0
	2p	36	48,0
	Total	75	100,0
VFC	1p	36	51,4
	2p	34	48,6
	Total	70	100,0

Tabela 37 - Frequência de PLDD por equipa no RM

Equipas	RM	Frequência	Percentagem
AAC	G2	5	7,7
	G1	16	24,6
	G0	32	49,2
	P1	4	6,2
	P2	8	12,3
Total		65	100,0
CPAC	G1	14	17,9
	G0	40	51,3
	P1	17	21,8
	P2	7	9,0
	Total		78
CSM	G2	2	2,8
	G1	21	29,6
	G0	33	46,5
	P1	7	9,9
	P2	8	11,3
Total		71	100,0
CFB	G2	10	19,2
	G1	17	32,7
	G0	21	40,4
	P1	4	7,7
	Total		52
CDN	G2	3	4,8
	G1	11	17,5
	G0	27	42,9
	P1	17	27,0
	P2	5	7,9
Total		63	100,0
FCA	G2	11	16,7
	G1	20	30,3
	G0	22	33,3
	P1	13	19,7
	Total		66
GDEP	G2	5	7,6
	G1	17	25,8
	G0	31	47,0
	P1	7	10,6
	P2	6	9,1
Total		66	100,0
SCUT	G2	2	3,1
	G1	25	39,1
	G0	32	50,0
	P1	5	7,8
	Total		64
SLB	G2	18	32,7
	G1	11	20,0
	G0	16	29,1
	P1	8	14,5
	P2	2	3,6
Total		55	100,0
SCP	G2	12	20,3
	G1	12	20,3
	G0	23	39,0
	P1	11	18,6
	P2	1	1,7
Total		59	100,0
UDVF	G2	2	2,7
	G1	10	13,3
	G0	47	62,7
	P1	14	18,7
	P2	2	2,7
Total		75	100,0
VFC	G2	3	4,3
	G1	20	28,6
	G0	35	50,0
	P1	10	14,3
	P2	2	2,9
Total		70	100,0

Tabela 38 - Frequência de PLDD por equipa na RN

Equipas	RN	Frequência	Percentagem
AAC	IN	64	98,5
	SN	1	1,5
	Total	65	100,0
CPAC	Ifn	1	1,3
	IN	75	96,2
	SN	2	2,6
Total		78	100,0
CSM	Ifn	4	5,6
	IN	51	71,8
	SN	16	22,5
Total		71	100,0
CFB	IN	50	96,2
	SN	2	3,8
	Total		52
CDN	Ifn	2	3,2
	IN	61	96,8
	Total		63
FCA	Ifn	1	1,5
	IN	59	89,4
	SN	6	9,1
Total		66	100,0
GDEP	Ifn	4	6,1
	IN	61	92,4
	SN	1	1,5
Total		66	100,0
SCUT	IN	63	98,4
	SN	1	1,6
	Total		64
SLB	Ifn	1	1,8
	IN	53	96,4
	SN	1	1,8
Total		55	100,0
SCP	Ifn	2	3,4
	IN	57	96,6
	Total		59
UDVF	Ifn	1	1,3
	IN	74	98,7
	Total		75
VFC	IN	64	91,4
	SN	6	8,6
	Total		70

Tabela 39 - Relação do DGS com a NEBP

Relação do DGS com a NEBP						
			NEBP			
			Perto	Média	Longe	Total
DGS	Outros	Frequência	128	559	60	747
		Residual ajustado	1,0	-1,2	0,6	
	Golo Sofrido	Frequência	4	31	2	37
		Residual ajustado	-1,0	1,2	-0,6	
		<b>Total da Frequência</b>	132	590	62	784
	<b>Chi-Square Tests</b>					
			<b>Valores</b>	<b>Significância</b>		
<b>Pearson Chi-Square</b>			1,520a	0,47		
a. Uma célula (16,7%) tem um valor esperado menor que 5.						

Tabela 40 - Relação do DGS com a MJBPD

Relação do DGS com o MJBPD						
			MJBPD			
			MDZo	MDM	Total	
DGS	Outros	Frequência	272	475	747	
		Residual ajustado	1,8	-1,8		
	Golo Sofrido	Frequência	8	29	37	
		Residual ajustado	-1,8	1,8		
		<b>Total da Frequência</b>	280	504	784	
	<b>Chi-Square Tests</b>					
			<b>Valores</b>	<b>Significância</b>		
<b>Pearson Chi-Square</b>			3,359a	0,07		
a. 0 células (0,0%) têm um valor esperado menor que 5.						

Tabela 41 - Relação do DGS com o NJPBBPD

Relação do DGS com o NJPBBPD						
			NJPBBPD			
			Barreira	Sem colocação de barreira	Total	
DGS	Outros	Frequência	433	314	747	
		Residual ajustado	-0,8	0,8		
	Golo Sofrido	Frequência	24	13	37	
		Residual ajustado	0,8	-0,8		
		<b>Total da Frequência</b>	457	327	784	
	<b>Chi-Square Tests</b>					
			<b>Valores</b>	<b>Significância</b>		
<b>Pearson Chi-Square</b>			0,690a	0,41		
a. 0 células (0,0%) têm um valor esperado menor que 5.						

Tabela 42 - Relação do DGS com o LDJ

Relação do DGS com o LDJ					
			LDJ		
			C	F	Total
DGS	Outros	Frequência	378	369	747
		Residual ajustado	0,6	-0,6	
	Golo Sofrido	Frequência	17	20	37
		Residual ajustado	-0,6	0,6	
		<b>Total da Frequência</b>	395	389	784
	<b>Chi-Square Tests</b>				
		<b>Valores</b>	<b>Significância</b>		
<b>Pearson Chi-Square</b>		0,306a	0,58		
a. 0 células (0,0%) têm um valor expectado menor que 5.					

Tabela 43 - Relação do DGS com o PDJ

Relação do DGS com o PDJ					
			LDJ		
			1p	2p	Total
DGS	Outros	Frequência	386	361	747
		Residual ajustado	1,3	-1,3	
	Golo Sofrido	Frequência	15	22	37
		Residual ajustado	-1,3	1,3	
		<b>Total da Frequência</b>	401	383	784
	<b>Chi-Square Tests</b>				
		<b>Valores</b>	<b>Significância</b>		
<b>Pearson Chi-Square</b>		1,749a	0,19		
a. 0 células (0,0%) têm um valor expectado menor que 5.					

Tabela 44 - Relação do DGS com o RM

Relação do DGS com o RM								
			RM					
			G2	G1	G0	P1	P2	Total
DGS	Outros	Frequência	67	185	341	114	40	747
		Residual ajustado	-1,5	0,1	-0,4	1,2	0,7	
	Golo Sofrido	Frequência	6	9	18	3	1	37
		Residual ajustado	1,5	-0,1	0,4	-1,2	-0,7	
		<b>Total da Frequência</b>	73	194	359	117	41	784
	<b>Chi-Square Tests</b>							
		<b>Valores</b>	<b>Significância</b>					
<b>Pearson Chi-Square</b>		3,743a	0,44					
a. Duas células (20,0%) têm um valor expectado menor que 5.								

Tabela 45 - Relação do DGS com a NRN

Relação do DGS com a NRN						
			NRN			
			IN	SN e lfn	Total	
DGS	Outros	Frequência	696	51	747	
		Residual ajustado	-1,0	1,0		
	Golo Sofrido	Frequência	36	1	37	
		Residual ajustado	1,0	-1,0		
			<b>Total da Frequência</b>	732	52	784
	<b>Chi-Square Tests</b>					
			<b>Valores</b>	<b>Significância</b>		
<b>Pearson Chi-Square</b>			0,968a	0,33		
<b>Fisher's Exact Test</b>			-----	0,50		
a. Uma célula (25,0%) tem um valor esperado menor que 5.						

Tabela 46 - Relação da REC com o MJBPD

Relação da REC com o MJBPD						
			MJBPD			
			MDZo	MDM	Total	
REC	Recuperação de bola	Frequência	50	98	148	
		Residual ajustado	-0,5	0,5		
	Outros	Frequência	230	406	636	
		Residual ajustado	0,5	-0,5		
			<b>Total da Frequência</b>	280	504	784
	<b>Chi-Square Tests</b>					
			<b>Valores</b>	<b>Significância</b>		
<b>Pearson Chi-Square</b>			0,296a	0,59		
a. 0 células (0,0%) têm um valor esperado menor que 5.						

Tabela 47 - Relação da REC com o NMBP

Relação da REC com o NMBP								
			NMBP					
			Frente	Lado	Atrás	Batido diretamente para Área Grande Penalidade	Total	
REC	Recuperação de bola	Frequência	3	6	2	137	148	
		Residual ajustado	-1,8	0,0	-0,8	1,6		
	Outros	Frequência	35	26	15	560	636	
		Residual ajustado	1,8	0,0	0,8	-1,6		
			<b>Total da Frequência</b>	38	32	17	697	784
	<b>Chi-Square Tests</b>							
			<b>Valores</b>	<b>Significância</b>				
<b>Pearson Chi-Square</b>			3,831a	0,28				
a. Uma célula (12,5%) tem um valor esperado menor que 5.								

Tabela 48 - Relação da REC com o NJPBBPD

Relação da REC com o NJPBBPD					
			NJPBBPD		
			Barreira	Sem colocação de barreira	Total
REC	Recuperação de bola	Frequência	79	69	148
		Residual ajustado	-1,3	1,3	
	Outros	Frequência	378	258	636
		Residual ajustado	1,3	-1,3	
		<b>Total da Frequência</b>	457	327	784
	<b>Chi-Square Tests</b>				
		<b>Valores</b>	<b>Significância</b>		
<b>Pearson Chi-Square</b>		1,811a	0,18		
a. 0 células (0,0%) têm um valor expectado menor que 5.					