

**A Intervenção de um Treinador Adjunto/Analista do jogo,
numa equipa do Campeonato de Portugal (Seniores)**

ESTUDO SOBRE O ÊXITO DAS MOVIMENTAÇÕES OFENSIVAS COLETIVAS
PADROZINADAS

Relatório de Estágio apresentado para a obtenção do grau de Mestre em Desporto
com especialização em Treino Desportivo

Frederico Carmo

Orientador

Professor Doutor Nuno Loureiro

2019

AGRADECIMENTOS

No finalizar da etapa mais importante da minha formação académica, é essencial agradecer a todas as pessoas que me acompanharam neste difícil, e para mim importante, percurso.

Começar pela instituição, Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM), que desde o primeiro dia, me fez sentir que foi o passo certo, para um aprofundamento de conhecimentos ao nível desportivo, e principalmente ao meu professor e orientador de estágio professor doutor Nuno Loureiro. A si professor, foi um enorme privilégio ser seu educando, muito obrigado pela sua disponibilidade, ajuda e acompanhamento ao longo deste mestrado, estou-lhe eternamente grato!

À minha família, Mãe, Pai, Irmã, os grandes pilares da minha vida, que me apoiaram e suportaram sempre ao longo da minha vida pessoal e académica. Nunca haverá palavras, nem ações suficientes, para vos mostrar o quanto vos amo, e me sinto privilegiado pela família que tenho, muito obrigado!

Minha namorada, Catarina Guerreiro, agradeço te por estares a meu lado, durante estes últimos anos, sempre te esforçaste e sacrificaste em prol desta minha caminhada, como se da tua vida se tratasse, como se de um mestrado teu se tratasse, a acompanhar me nas viagens Algarve-Rio Maior e que tudo se tornasse perto. És fundamental para todas a minhas conquistas, muito obrigado!

A duas pessoas que se tornaram fundamentais neste percurso: ao meu grande amigo Julien Guerreiro, pelos seus ensinamentos, encorajamentos e partilhas ao longo destes anos de amizade, sempre pronto a ajudar; e a minha amiga Célia Pires, companhia deste último ano, que me acolheu de braços abertos nesta aventura fora de portas, permitindo-me rentabilizar todo o meu tempo naquilo que era o meu foco principal, muito obrigado!

Ao amigo e senhor do Futebol, para o qual tive o privilégio de trabalhar, Luís Carvalhas “Litos”, você é uma referência para mim, o excelente ser humano que é, o excelente treinador que é, a sua partilha de vivências no futebol, e muitos conhecimentos sobre o jogo, o meu muito obrigado!

Ao amigo Pedro Russiano, por teres escolhido e confiado em mim desde o primeiro dia, para te acompanhar no teu trajeto como treinador principal. A tua partilha de conhecimentos sobre o jogo, as horas e horas que passámos a discutir o jogo, própria equipa, adversários, treinos, exercícios e todos os detalhes, que nos levaram a ser melhor equipa técnica de dia para dia. Incluir também toda a nossa equipa técnica Paulo Vaz, David Canilho, a vocês os três, por todo o suporte ao longo deste percurso e seu término, obrigado pela vossa ajuda incondicional. Um privilégio quando se pode trabalhar com excelentes profissionais, e ao mesmo tempo excelentes pessoas, que se tornam amigos para a vida, muito obrigado!

Muito obrigado a todos!

Sou admirador de todos vós!

RESUMO

Título: A intervenção de um treinador adjunto/analista do jogo, numa equipa do Campeonato de Portugal (Seniores): Estudo sobre o êxito das movimentações ofensivas coletivas padronizadas.

O estágio na modalidade de Futebol, realizou-se num contexto semiprofissional, na equipa dos seniores do Amora Futebol Clube SAD, competindo no Campeonato de Portugal - Série D, na época desportiva 2018-2019.

No estágio a função desempenhada foi de treinador adjunto/analista do jogo, incluído na equipa técnica, sendo parte integrante do planeamento anual, semanal e diário da equipa, com a intenção de potenciar o nível de rendimento da equipa de modo a serem atingidos os objetivos da época.

O enquadramento na equipa técnica, permitiu o conhecimento do Modelo de Jogo, idealizado pelo Treinador, o que possibilitou atingir uns dos objetivos do estágio, o estudo da análise das movimentações ofensivas padronizadas da equipa.

Observámos e analisámos, a influência dos movimentos ofensivos padrão no modelo de jogo da equipa, verificando a execução, eficácia e interferência em cada momento competitivo.

Será útil futuramente, realizar o mesmo tipo de estudo em competições de nível superior, bem como em competições com modelos competitivos diferentes.

Palavras-chave: futebol; movimentações ofensivas padronizadas, modelo de jogo, estágio

ABSTRACT

Title: The intervention of an assistant/analyst coach, in a Portugal Championship Team (First Team): Study of the success of standardized collective offensive movement, in a semiprofessional context.

This internship in the mode of football, will be carried out in a professional context, in Amora Futebol Clube Sad first team, that belongs to Campeonato de Portugal - Série D, season 2018-2019.

In the Teams Managed, i was as an assistant/analyst coach, being integral part in the annual, weekly and daily planning of the team, improving the maximum performance of the team in order to complete the targets of the season.

This functional framework of the coach's team will allow the knowledge of the Game Model, idealized by the head coach, that leaded to the goal witch I proposed initially to, that includes the team analysis of the standardized offensive movements study.

I observed and analyzed the influence of these offensive movements, standard in the game models of the football teams, checking their effectiveness and interference at each competitive moment.

It will be useful in the future to undertake the same type of study in higher level competitions, as well as in competitions with different competitive models.

Keywords: Soccer; standardized offensive movements

ÍNDICE

AGRADECIMENTOS	
RESUMO	
ABSTRACT	
ÍNDICE	
ÍNDICE DE FIGURAS	
INDICE DE TABELAS	
ABREVIATURAS	
PARTE I - INTRODUÇÃO	1
1 - PERCURSO PESSOAL	2
2 - OBJETIVOS GERAIS	3
2.1 - OBJETIVOS DA INTERVENÇÃO PROFISSIONAL.....	3
2.2 - OBJETIVOS A ATINGIR COM A POPULAÇÃO ALVO.....	4
3 - DESCRITIVO DO ESTUDO	5
PARTE II - ESTÁGIO	6
1 - ENQUADRAMENTO NO CLUBE	6
1.1 - ANÁLISE DO ENVOLVIMENTO.....	6
1.1.1 - O Clube	6
1.1.2 - Infraestruturas	7
1.1.3 - Recursos Humanos	7
1.2 - AVALIAÇÃO DO CONTEXTO.....	8
1.2.1 - Análise dos Praticantes – Equipa	9
2 - ENQUADRAMENTO DO ESTÁGIO	10
2.1 - OBJECTIVOS DO ESTÁGIO.....	10
2.2 - CALENDARIZAÇÃO E PLANEAMENTO DA ÉPOCA DESPORTIVA.....	10
2.3 - ANÁLISE DA ATIVIDADE.....	13
3 - ROTINAS DE OBSERVAÇÃO	26
3.1 - TIPOS DE ANÁLISE: QUANTITATIVA E QUALITATIVA.....	28
3.2 - ANÁLISE QUANTITATIVA.....	29
3.3 - ANÁLISE QUALITATIVA.....	29
4 - ESCALÃO DE FORMAÇÃO DO CLUBE	31
5 - BALANÇO FINAL DO ESTÁGIO	33
PARTE III - O ESTUDO	37
1 - INTRODUÇÃO	37
2 - OBJETIVOS DO ESTUDO	37
3 - ENQUADRAMENTO TEÓRICO	38

3.1 - ETAPAS DO JOGO DE FUTEBOL	38
3.2 - MODELO DE JOGO.....	40
3.3 - SÍNTESE DO ENQUADRAMENTO TEÓRICO E LIGAÇÃO COM OS OBJETIVOS DO ESTUDO	42
3.4 - CIRCULAÇÕES ALVO, PADRONIZADOS EM TREINO, E SEU ENQUADRAMENTO NO CALENDÁRIO DE ÉPOCA	43
4 - CRONOGRAMA E EXPLICAÇÃO DOS PARÂMETROS ADICIONADOS	49
5 - METODOLOGIA	50
5.1 - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA	50
5.2 - MATERIAIS A UTILIZAR E RECURSOS NECESSÁRIOS	50
5.3 - TAREFAS, PROCEDIMENTOS E PROTOCOLOS.....	50
5.5 - LIMITAÇÕES DO ESTUDO.....	52
6 - ESTUDO – ANÁLISE DAS MOP	52
6.1 - ANÁLISE DAS MOP – SEM ÊXITO VS COM ÊXITO	53
6.2 - ANÁLISE DAS MOP SEM ÊXITO – PERDA DA POSSE DE BOLA VS INTERSEÇÃO	54
6.3 - ANÁLISE DAS MOP COM ÊXITO – PARCIAL VS TOTAL	54
6.4 - ANÁLISE DAS MOP COM ÊXITO – TOTAL.....	55
7 - ANÁLISE DAS MOP – JOGOS EM CASA (VISITADO) VS FORA (VISITANTE)	56
7.1 - ANÁLISE DAS MOP – NÚMERO DE CRIAÇÕES E RESULTADO (RELAÇÃO PONTUAL).....	57
7.2 - ANÁLISE DAS MOP - 1º E 2º VOLTA.....	58
8 - ANÁLISE DAS MOP - NÚMERO DE CRIAÇÕES VS DIFICULDADE DO ADVERSÁRIO E DIFERENTE ENTRE PARTES DO JOGO	58
8.1 - ANÁLISE DAS MOP - 1ºPARTE VS 2ºPARTE	60
8.2 - INFLUÊNCIA DAS MOP NA ALTERAÇÃO DOS MOMENTOS - MUDANÇA EQUIPA TÉCNICA	61
9 - CONCLUSÕES DO ESTUDO	61
PARTE IV - REFLEXÃO FINAL	65
BIBLIOGRAFIA.....	67
ANEXOS	71
ANEXO I - Calendarização e planeamento da pré-época desportiva.....	72
ANEXOS II - Planeamento Anual das Deslocações.	74
ANEXO III - Exemplar de Unidade de Treino.	76
ANEXO IV - Relatório Observação dos Adversários (Relatório Escrito).....	78
ANEXO V - Relatório das Características Individuais dos Jogadores Adversários.	86
ANEXO VI - Foto oficial Amora Futebol Clube, Sad. Época 2018-2019 (1ºmomento).	91

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1 - Emblema Amora Futebol Clube	6
Figura 2 - Organigrama do Clube	8
Figura 3 - Calendarização e Planeamento da Pré-Época Desportiva (Anexo I).....	11
Figura 4 - Planeamento Anual das Deslocações (Anexos II).....	12
Figura 5 - Capa do Relatório Escrito (Anexo IV)	15
Figura 6 - Análise em Vídeo do Adversário	17
Figura 7 - Características Individuais dos Jogadores (Anexo V)	17
Figura 8 - Relatório Escrito 2ºMomento	21
Figura 9 - Cronograma Inicial do Estudo	49
Figura 10 - Cronograma Final do Estudo	49
Figura 11 - Cronograma Final do Estudo	51

INDICE DE TABELAS

Tabela 1 - Elementos da Equipa Técnica e Respetivas Funções.....	8
Tabela 2 - Análise dos Praticantes.....	9
Tabela 3 - Microciclo Próprio 1ºMomento	19
Tabela 4 - Microciclo Próprio 2ºMomento	25
Tabela 5 - Enquadramento dos Exercícios Padronizados em Treino (azul), ao longo da época desportiva.....	43
Tabela 6 - Análise das MOP.....	52
Tabela 7 - Análise das MOP - Jogos em Casa (Visitado) vs. Fora (Visitante).....	56
Tabela 8 - Análise das MOP - Jogos em Casa (Visitado) vs. Fora (Visitante), simplificada.....	57
Tabela 9 - Análise das MOP - Número de Criações e Resultado (Relação Pontual), simplificada ...	57
Tabela 10 - Análise das MOP - 1º e 2ºVolta, simplificada.....	58
Tabela 11 – Análise das MOP – Número de Criações vs. Dificuldade do Adversário e Diferença entre Partes do Jogo	58
Tabela 12 - Análise das MOP - Número de Criações vs. Dificuldade do Adversário (Classificação do Adversário no Final da Época Desportiva), simplificada	60
Tabela 13 - Análise das MOP - 1ºParte vs. 2ºParte, simplificada.....	60

ABREVIATURAS

GR – Guarda-redes

MOP – Movimentações Ofensivas Padronizadas

Nº/nº - Número

% - percentagem

1º - primeiro

2º - segundo

VS – Versus

VO – Videobserver

PARTE I - INTRODUÇÃO

Integrado na categoria dos jogos desportivos coletivos, o futebol caracteriza-se não só pela relação de oposição entre os elementos de duas equipas, como também pela relação de cooperação entre os elementos de uma equipa, com vista à obtenção da vitória (Garganta & Pinto, 1998). O jogo de futebol caracteriza-se pela imprevisibilidade, dado que as relações entre os jogadores são realizadas com vista à realização de objetivos de jogo, com comportamentos que visam recuperar, conservar e fazer progredir a bola até zonas de finalização (Gréhaigne, Bilard & Laroche, 1999).

A existência de variabilidade de ações, de comportamentos, de interações (Garganta & Oliveira, 1996), em conjunto com a existência de adversidade entre duas equipas (Szwarc, 2008) conduz necessariamente à procura de criar uma organização no interior de cada equipa (Teodorescu, 1984). Esta organização tem como base a criação de um Modelo de jogo, que passa inicialmente, por idealizar e operacionalizar, um conjunto de ideias e de normas, que vão orientar e dar significado a um grupo de elementos, formando uma equipa, e deste modo prepará-la para a variabilidade existente na própria competição (Mortágua & Garganta, 2002).

“O Modelo de jogo, assume-se sempre como uma “representação” do que se pretende alcançar, e neste sentido está constantemente em construção. O seu fim nunca será algo atingível, será sempre sujeito a alterações no sentido de evoluir. Isto é, o Modelo final é inatingível porque está sempre em reconstrução, em constante evolução” (Oliveira, 2006). Desta forma, o Modelo de jogo deve ser a referência das ações dos jogadores tanto no treino como na competição, de modo a que exista coerência entre aquilo que se pretende, e o que realmente se realiza.

O facto dos jogadores e treinadores possuírem um “guião” como referência do que se pretende alcançar (entenda-se um jogar), possibilita o ajuste constante desse mesmo processo, elevando a performance da equipa (Mortágua & Garganta, 2002).

Esse mesmo “guião”, modelo de jogo do treinador, prevê uma replicação dos seus jogadores em competição, visando o processo ofensivo, tendo o ponto de partida a etapa de criação, será analisado num estudo incluído no estágio.

Este trabalho está dividido em quatro grandes grupos: Parte I - Introdução, Parte II - Estágio, Parte III - Estudo e Parte IV - Reflexão final. Parte I - Introdução engloba o percurso pessoal, objetivos gerais do estágio, bem como o descritivo do estudo. Parte II - Estágio engloba toda a apresentação do clube e do contexto que este se encontra inserido, bem como, os momentos de época e suas implicações, numa explicação detalhada do papel do estagiário na organização, bem como de todas as alterações de intervenção ao longo do tempo. Na Parte III - Estudo, aborda-se o objetivo do mesmo e seu enquadramento teórico, partindo dos conceitos globais até à especificidade do estudo.

Na Parte IV - Reflexão final, referimos o enquadramento do estagiário no clube e o seu papel, bem como as condições favoráveis à realização das tarefas e do estudo.

Esta organização estrutural do trabalho, tem como objetivo facilitar a leitura e interpretação do mesmo.

1 - PERCURSO PESSOAL

Nascido em Lisboa em 1990, apaixonado por Desporto e especialmente por Futebol, iniciei a minha formação académica no Instituto Dom Afonso III, em Loulé, na Licenciatura em Educação Física e Desporto. Após a licenciatura decidi continuar a minha formação, onde em 2015 realizei uma Pós-Graduação na Faculdade de Motricidade Humana (FMH), em Treino de Alto Rendimento. Na necessidade de uma busca constante por conhecimento, e devido às boas indicações que recolhia das universidades a nível nacional, para a modalidade Futebol, decidi iniciar o Mestrado em Desporto, especialização em Treino Desportivo na Escola Superior de Desporto de Rio Maior (ESDRM), em 2017.

Iniciei a carreira de Treinador na época na época 2015/2016, duas épocas consecutivas no Louletano Desportos Clube, nos Juvenis (equipa B) Campeonato Distrital do Algarve e Juvenis (A) Campeonato Nacional de Juvenis. Na época 2017/2018, como treinador adjunto, a primeira experiência a nível sénior no Quarteirense Sad, do Campeonato Distrital do Algarve. Na época 2017/2018 realizo o estágio no Amora Futebol Clube Sad, iniciando também a época corrente no clube como treinador-adjunto.

Escolhi o mestrado na ESDRM no intuito de adquirir maior conhecimento pela via académica, ao qual sempre fui apologistas, mas com uma componente prática de grande relevância, de forma a consolidar o conhecimento adquirido ao longo destes anos, tanto teórico como prático

no meu percurso. ESDRM, reconhecida a nível nacional e internacional, pelo leque de docentes/treinadores de excelência, que aos seus quadros pertencem.

2 - OBJETIVOS GERAIS

Os objetivos gerais deste estágio dividiram-se por: intervenção profissional e objetivos a atingir na população alvo. Objetivos de intervenção profissional definem-se por todas as ações que executei em prol do meu crescimento como treinador e numa evolução pessoal de aquisição de mais competências. Objetivos a atingir na população alvo foram definidos pela estrutura diretiva do clube e equipa técnica, definidos antes do início dos trabalhos da equipa para a época desportiva 2018/2019.

2.1 - OBJETIVOS DA INTERVENÇÃO PROFISSIONAL

Os objetivos da intervenção profissional, referem-se ao ganho de um conjunto de competências pessoais, na evolução enquanto treinador, nesse sentido os objetivos são:

- saber atuar no contexto semiprofissional sénior;
- aquisição de competências de liderança de grupo e treino, com jogadores vindos de divisões profissionais;
- planeamento do treino e sua operacionalização;
- melhorar a instrução e feedback nos exercícios de treino;
- melhorar a análise do treino, ao vivo e em vídeo, e posterior reflexão;
- capacidade de transferir o modelo de jogo treinado para a competição;
- capacidade de análise de jogo ao vivo, para contribuição ativa na melhoria da equipa em competição;
- capacidade de análise crítica ao treino, e jogo através de vídeo-análise;
- capacidade de interpretação do jogo;
- ser mais pro eficiente na utilização de programas de análise de jogo, por consequência a melhoria na edição de vídeo e montagem tendo em conta o objetivo do mesmo;
- melhorar a capacidade de seleção de cortes de vídeo com o objetivo de ser claro tanto o seu visionamento como a sua interpretação por parte dos treinadores e jogadores;
- melhoria na preleção e comunicação à equipa dos vídeos realizados (análise da própria equipa em competição – modelo de jogo e análise do adversário – modelo de jogo).
- transfere de todas estas componentes trabalhadas para o microciclo seguinte de forma a que haja um transfere semanal do trabalho realizado no microciclo anterior.

Toda a intervenção profissional, teve como objetivo uma reflexão e autocrítica diária, através dos feedbacks de toda equipa técnica e avaliação própria. Assim, todas as tarefas realizadas permaneciam em constante evolução, em prol do crescimento e potencialização de todos os por elas abrangidos (treinadores, jogadores, staff técnico).

Para que todos os objetivos de intervenção profissional fossem atingidos, foi imprescindível o enquadramento do estagiário na equipa técnica, e a criação de estratégias de intervenção. As estratégias definidas pelo estagiário, passaram pela disponibilidade total na realização de todas as tarefas a si inicialmente destinadas, e a realização das mesmas com a maior eficiência e celeridade possível. Desta forma, as possibilidades do reconhecimento positivo dos elementos principais da equipa técnica, às tarefas realizadas, fizeram com que surgissem oportunidades de novas tarefas, bem como o aumento da confiança e proximidade entre equipa técnica – estagiário, e consequentemente entre estagiário – equipa/jogadores.

Esses mesmos objetivos foram atingidos, o contacto diário com a equipa técnica originou uma rápida aproximação e ganho de confiança. A disponibilidade do estagiário, para auxílio dos treinadores nas suas tarefas, elaboração de protótipos de relatórios de análise do adversário, que foram aprovados pelos treinadores, foram algumas ações que levaram a um reconhecimento de competências. Isso depois permitiu ao estagiário ser autónomo e independente nos trabalhos de análise do treino, observação e análise do adversário, assim como a abertura para participação e intervenção direta no treino.

2.2 - OBJETIVOS A ATINGIR COM A POPULAÇÃO ALVO

Os objetivos iniciais definidos pela direção do clube e equipa técnica passaram por estabelecer o clube nas competições nacionais, de forma a que o clube cresça de forma sustentada, e que no prazo de 2 anos (época 2018-2019 e 2019-2020) o clube chegue a uma divisão profissional.

Sendo assim, a direção do clube e equipa técnica tinham como objetivo claro a manutenção no campeonato nacional de seniores, sem nunca colocar de parte a possível subida de divisão, já nesta época desportiva. Este seria sempre o foco principal a atingir com a população alvo.

Os objetivos da equipa técnica para com os jogadores, numa perspetiva mais micro passaram por preparar o grupo de trabalho da melhor forma possível, de forma a que existisse a capacidade de vencer o adversário semana após semana.

3 - DESCRITIVO DO ESTUDO

No âmbito do estágio, tem de ser efetuado um estudo, o estudo que foi realizado analisámos as ações ofensivas padronizadas que estão inseridas no modelo de jogo da equipa, no processo ofensivo, desde a fase de criação de situações de finalização.

O Futebol é um jogo desportivo coletivo (Castelo, 2006; Garganta, 1997;1998; Garganta & Pinto, 1994; Queiroz, 1983;1986; Teodorescu, 1984) onde os jogadores se organizam em duas equipas, criando um complexo conjunto de relações de cooperação e oposição, num ambiente repleto de aleatoriedade e imprevisibilidade (Garganta & Gréhaigne, 1999).

Segundo vários autores (Castelo, 1994; 1996; Garganta & Pinto, 1995; Garganta, 1996; Oliveira, 2004; Szwarc, 2008; Teodorescu, 1984), o jogo de futebol revela dois processos distintos, que são definidos por diferentes conceitos, objetivos, princípios e atitudes, sendo determinados pela condição “posse ou não da bola” (processo ofensivo e processo defensivo).

O processo ofensivo, define-se assim pela posse de bola e, seguindo o modelo de jogo do treinador, os jogadores executam movimentações já previamente definidas e padronizadas através do seu processo de treino.

Segundo Queiroz (1983) e Castelo (1994;1996) o processo ofensivo divide-se em três fases distintas: a primeira fase caracteriza-se pelo passar de uma atitude defensiva para ofensiva por parte dos jogadores; a segunda fase corresponde à criação de situações de finalização, em que se procura criar as melhores condições para finalizar; e a terceira fase corresponde à própria finalização.

Neste estudo, com o plantel principal sénior do Amora Futebol Clube Sad, época desportiva 2018-2019, procurou-se identificar as movimentações ofensivas, mas apenas as definidas antecipadamente (padronizadas), através do modelo de jogo e consolidação no processo de treino. Condicionámos ainda as movimentações, verificando o seu início, que obrigatoriamente parte da etapa de criação de situações de finalização (sector intermédio).

O objetivo é demonstrar o número de ações que ocorrem durante cada jogo ao longo de todo o período competitivo, verificando-se a relevância que estas ações têm, para criação de oportunidades de finalização e para obtenção do objetivo do jogo, o golo.

PARTE II - ESTÁGIO

1 - ENQUADRAMENTO NO CLUBE

O Amora Futebol Clube Sad, na época desportiva 2018-2019, disputou o Campeonato de Portugal, enquadrado na Série D. Prova esta organizada pela Federação Portuguesa de Futebol (FPF).

1.1 - ANÁLISE DO ENVOLVIMENTO

1.1.1 - O Clube



Figura 1 - Emblema Amora Futebol Clube

O Amora Futebol Clube é um clube de futebol português, com sede na Praceta Estevão Amarante, na freguesia de Amora, concelho do Seixal, distrito de Setúbal. É sócio honorário da Associação de Futebol de Setúbal.

O clube foi fundado a 1 de maio de 1921, dia do trabalhador, durante um dos habituais piqueniques realizados pela comunidade amorenses na Quinta da Princesa, primeiramente com o nome de Amora Football Club.

Os seus fundadores foram Mário de Carvalho, Guilherme Pestana, João Baptista, Julião Garcia, Tomás Alves, António Soares, Joaquim Monteiro, Oswaldo Reuter, Guilherme Reuter, Joaquim Zacarias, Leopoldo Grilo, Carlos de Azeitão, António Polícia, Álvaro dos Santos, Jacinto Caixeiro, Alberto Rodrigues de Almeida (Malacato), Tomás da Cachamouca e António Manta.

O clube adotou como sinais distintivos as cores azuis, como predominante, e o branco e no símbolo da coletividade um signo de seimão e a bola de futebol.

Depois da fundação a principal luta dos responsáveis diretivos do clube foi encontrar um local onde implantar o campo de jogos do clube. Conseguida a construção do Campo da Medideira, o clube começou a participar em competições oficiais na modalidade rainha que era o futebol.

A primeira sede do clube situava-se na Rua das Amoreiras, tendo depois passado para o Largo 5 de Outubro, mais tarde no Largo Machado dos Santos e posteriormente para a Avenida Marginal Silva Gomes onde se fixou durante muitos anos. Atualmente, não possui sede social, e funciona única e exclusivamente na secretaria no Estádio da Medideira.

O clube conta no seu palmarés com : 1 título de campeão nacional da 2ª Divisão (tendo disputado a 1ª Divisão) no ano 1979/1980; 2 títulos da 2ª Divisão "B" (promovido à Liga de Honra), no ano 1993/9994; 1 título de campeão nacional da 3ª Divisão, no ano 2000/2001; 1 título de campeão regional no ano 1953/1954; 4 títulos de campeão distrital do Campeonato da 1ª Divisão da Associação de Futebol de Setúbal, nos anos 1961/1962 , 1962/1963, 1968/1969, 2017/2018; 3 taças da Associação de Futebol de Setúbal nos anos 2013/2014, 2015/2016, 2016/2017 e 1 taça da Associação de Futebol de Setúbal em futebol feminino 2018/19.

1.1.2 - Infraestruturas

A equipa disputa os seus jogos no Estádio da Medideira desde 1926, com piso relvado desde 1983. O estádio, que já teve maior capacidade, tem desativados os dois topos e o peão, permanecendo apenas utilizável a bancada central. O estádio, que chegou a ter uma lotação oficial de 30.000 lugares, naturalmente, a maioria em pé, tem atualmente apenas capacidade para cerca de 5.000 espectadores. O estádio tem: sala da administração do clube, balneários, sala de fisioterapia, sala de refeições e cozinha, sala de equipamentos, lavandaria, sala de material de treino, ginásio, sala do diretor desportivo e sala da equipa técnica.

O clube possui ainda, o campo nº2 que contém: campo de futebol de 11 e campo de futebol de 7 (piso sintético), sala de material, sala de equipamentos e lavandaria, e balneários. O clube possui também, o centro de treinos do Serrado (campo de futebol 11 - piso sintético) onde as camadas jovens do Amora Futebol Clube, realizam os seus treinos e disputam os seus encontros. De referir, que o futebol sénior também usufrui do centro de treinos do Serrado para realização das unidades de treino, quando necessário.

O estágio e toda a sua operacionalização, foi desenvolvido nos espaços físicos referidos que o clube detém, tendo o clube ainda recursos de vídeo-análise disponíveis, como por exemplo: câmara de filmar, tripés, computador e projetor disponíveis para utilização.

1.1.3 - Recursos Humanos

A direção do clube é composta por: Presidente, Administrador da Sad e cinco vice-presidentes e 11 diretores. Existem quatro departamentos de futebol, sénior masculino, sénior feminino, formação (Jun A/B/C) e Academia (escalões inferiores). Existe também o diretor

desportivo, que coordena todos os departamentos e respetivos trabalhadores: como o departamento clínico, departamento de comunicação, departamento de equipamentos e motorista.

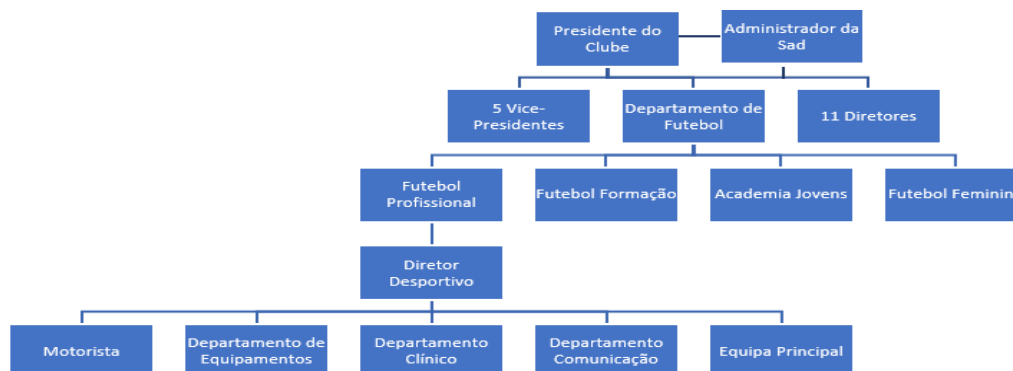


Figura 2 - Organograma do Clube

1.2 - AVALIAÇÃO DO CONTEXTO

A equipa técnica em que o estagiário esteve envolvido, foi dinâmica no número de elementos, e suas funções, dado a alteração da equipa técnica, em determinado momento da época desportiva. Num primeiro momento, liderada pelo treinador principal, Luís Carvalhas (Litos) e num segundo momento, liderada pelo treinador principal, Pedro Russiano.

Tabela 1 - Elementos da Equipa Técnica e Respetivas Funções

Função (Primeiro Momento)	Primeiro Momento (06/2018 – 11/2018)	Segundo Momento (11/2018 - 05/2019)	Função (Segundo Momento)
Diretor Desportivo	André Dias		Diretor Desportivo
Tr. Principal	Luís Carvalhas “Litos”	Pedro Russiano	Tr. Principal
Tr. Adjunto Principal	Vítor Padinha	Paulo Vaz	Tr. Adjunto Principal
Tr. Adjunto	David Maside	-	-
Tr. Adjunto	David Canilho	David Canilho	Recuperador Físico
Tr. GR	Marcos Salvador		Tr. GR
Analista/Observador (Estagiário)	Frederico Carmo		Analista/Observador/ Preparador Físico (Estagiário)
Observador	Pedro Dias		Observador

1.2.1 - Análise dos Praticantes – Equipa

Analisando o contexto que a equipa se insere, Campeonato de Portugal – Série D, o plantel contou inicialmente com 26 atletas masculinos: 3 guarda-redes e 10 defesas, 7 médios e 6 avançados. Caracterizando-os de forma específica, todos os praticantes têm idade igual ou superior a 18 anos, tendo o praticante mais velho 37 anos. Sendo um contexto semiprofissional, encontramos diversas nacionalidades entre os praticantes, e todos eles se encontram em diferentes patamares de desenvolvimento das suas capacidades físicas, técnicas, técnico-táticas, cognitivas e psicossociais.

Tabela 2 - Análise dos Praticantes

Campeonato Nacional de Seniores Série D – 2018/2019	
Número:	25 Jogadores
Média de Idades:	24,4 anos
Média Altura:	181 cm
Média Peso:	72 Kg
Guarda-Redes:	3
Defesas:	9
Médios:	7
Avançados:	6
Países de origem:	 16 Portugal 3 Moçambique   2 Cabo Verde 1 Brasil   1 Camarões 1 Nigéria   1 Colômbia

A aposta principal do clube, foi de reforçar o plantel, de forma a ter uma equipa que corresponda aos objetivos definidos, mas sempre tentando manter um elo de ligação com a formação, com a potencialização dos jogadores formados na sua academia, bem como a valorização dos principais ativos da época anterior. Assim sendo, 10 jogadores transitaram da época anterior (2017-2018), sendo 2 jogadores ex-juniores.

2 - ENQUADRAMENTO DO ESTÁGIO

O estágio, tem como objetivo principal, a integração do estagiário em contextos profissionais, preparando o estagiário para o mercado de trabalho que o aguarda e no qual se deseja estar introduzido nos próximos anos. Este enquadramento do estagiário permite a vivência dentro desta realidade semiprofissional, e um adquirir de competências ao longo da época desportiva, inerentes às funções que poderá ocupar no futuro.

2.1 - OBJECTIVOS DO ESTÁGIO

Os objetivos de estágio, consistem na aproximação a uma equipa semiprofissional com boas condições (estrutura do clube, infraestruturas, recursos humanos) e jogadores com qualidade de excelência, que estes contextos competitivos exigem.

Dessa forma, a integração na equipa técnica do clube foi a grande vantagem, pois todas as tarefas definidas para o estagiário foram benéficas para o seu desenvolvimento pessoal como treinador, com o grande objetivo de desenvolver um conjunto de competências, relacionadas com o treino, observação/análise, e com toda a envolvimento de uma equipa neste patamar competitivo.

A aproximação, permitiu a recolha de informação detalhada sobre tudo o que envolve uma equipa neste contexto, não existindo qualquer tipo de condicionante no acesso ao modelo de jogo da equipa, desde o seu processo ofensivo, a base de todas as movimentações ofensivas coletivas padronizadas, o que facilitou o posterior estudo.

2.2 - CALENDARIZAÇÃO E PLANEAMENTO DA ÉPOCA DESPORTIVA

A época desportiva iniciou com a realização de uma reunião anterior ao início dos trabalhos de pré-época da equipa. Nessa reunião, abordou-se todas as necessidades da equipa de futebol, em concordância com o pretendido pela equipa técnica e diretor desportivo. Assuntos como planeamento de pré-época (número de jogos a realizar, adversários a escolher, locais de treino e jogo, materiais de treino e ginásio, opções de estágio, dias de treino e folgas), como também o planeamento da época desportiva (número de jogadores a convocar casa/fora, número de lugares disponíveis nas deslocações, possibilidades de estágio, logística de treinos e relação com os outros departamentos e ações de comunicação). Importante realçar, que foram definidos os dias das unidades de treino, tendo em conta o calendário da época desportiva, mas sendo que esta calendarização de unidades de treino sofria variações e alterações consoante as necessidades da equipa e o momento competitivo.

Iniciando pelo período preparatório (pré-época), foi elaborado um planeamento próprio com os dias dos treinos e jogos amigáveis que se iriam efetuar, adversários, dias de descanso, horário e locais dos mesmos (Anexo1).

Data	Dia	Tipo	Hora	Local
07 de Julho	Sábado	Treino	10h00	Carla Sacramento
08 de Julho	Domingo	FOLGA		
09 de Julho	2ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
09 de Julho	2ª Feira	Treino	17h00	Carla Sacramento
10 de Julho	3ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
10 de Julho	3ª Feira	Treino	17h00	Carla Sacramento
11 de Julho	4ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
12 de Julho	5ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
13 de Julho	6ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
14 de Julho	Sábado	Sacavense	10h00	Estádio da Medideira
15 de Julho	Domingo	FOLGA		
16 de Julho	2ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
17 de Julho	3ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
18 de Julho	4ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
19 de Julho	5ª Feira	Estoril Praia	17h00	Estoril
20 de Julho	6ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
21 de Julho	Sábado	Nacional da Madeira	16h00	Carla Sacramento
22 de Julho	Domingo	FOLGA		
23 de Julho	2ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
24 de Julho	3ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
25 de Julho	4ª Feira	Sporting CP Sub-23	10h30	Alcochete
26 de Julho	5ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
27 de Julho	6ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
28 de Julho	Sábado	TORNEIO ADIDAS	09h00	Carla Sacramento
29 de Julho	Domingo	FOLGA		
30 de Julho	2ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
31 de Julho	3ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
01 de Agosto	4ª Feira	ABB	10h00	Carla Sacramento
02 de Agosto	5ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
03 de Agosto	6ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
04 de Agosto	Sábado	CF "Os Belenenses"	17h00	Estádio Medideira
05 de Agosto	Folga	FOLGA		

- Planeamento sujeito a alterações

Figura 3 - Calendarização e Planeamento da Pré-Época Desportiva (Anexo I)

Após o sorteio do Campeonato Nacional de Seniores – Série D, no qual a equipa estava inserida foi elaborada uma calendarização própria, com o adversário, local, data, distância de deslocação, contactos do adversário e um detalhe importantes as semanas que englobavam datas FIFA, que interfeririam com os jogadores disponíveis para o jogo dessa mesma semana.

Estas informações eram importantes, porque apesar de o Amora ser um clube do terceiro escalão do futebol português, tinha no seu plantel alguns jogadores internacionais e nestas datas, quando convocados para as suas seleções, não estariam presentes nas unidades de treino.

Este planeamento estava afixado no gabinete dos treinadores, como também no gabinete do diretor desportivo, em quadro magnético para facilitar a sua observação (Figura 4), e em formato papel que estava colocado em todos os departamentos (Anexos II).



AMORA FC - FUTEBOL SAD
PLANEAMENTO ÉPOCA DESPORTIVA 2018/2019



	JULHO	AGOSTO	SETEMBRO	OUTUBRO	NOVEMBRO	DEZEMBRO	JANEIRO	FEVEREIRO	MARÇO	ABRIL	MAIO	JUNHO
1												
2			MOURA AC (C)			CF Vasco da Gama (F)						
3								SC OLHANENSE (F)	REAL SC (C)			
4					SG SACAENSE (C)							
5											CASA PIA (F)	
6							CASA PIA AC (C)					
7				REAL SC (F)						C ORIENTAL (F)		
8												
9						CF "Os Amarelos" (F)						
10								MOURA AC (F)	CO MONTIJO (F)			
11						SC PRAIENSE (F)						
12			REDONDENSE (C)								FC FERREIRAS (C)	
13								FC FERREIRAS (F)				
14										CF Vasco da Gama (F)		
15												
16						SC IDEAL (F)						
17								CD PINHALVENSE (C)	SC ANGRENSE (C)			
18						C ORIENTAL (C)						
19		SU 1º DEZEMBRO (F)										
20								REDONDENSE FC (F)				
21										CF "Os Amarelos" (F)		
22												
23												
24								LOULETANO DC (F)	SG SACAENSE (F)			
25												
26												
27								SU 1º DEZEMBRO (C)				
28						SC ANGRENSE (F)				SC IDEAL (C)		
29												
30												
31												

■ DATA FIFA
 ■ CAMPEONATO
 ■ TAÇA PORTUGAL

Figura 4 - Planeamento Anual das Deslocações (Anexos II)

Para uma organização global de todos os departamentos, a equipa técnica, definia como seria o microciclo, e entregava a todos na sexta-feira anterior de cada semana, com dias, horas e local do treino para que desta forma todos os departamentos soubessem antecipadamente como seria o microciclo seguinte.

MESOCICLO	5- PERÍODO COMPETITIVO					MICROCICLO	22	DATA	26 DE NOVEMBRO A 2 DE DEZEMBRO 2018		ESTÁGIO	X			
DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO	DATA	26/11	27/11	28/11	29/11	30/11	01/12	02/12
PROGRAMA	FOLGA	8H30 PEQ-ALMOÇO 10H TREINO (SINTÉTICO)	8H30 PEQ-ALMOÇO 10H TREINO (SINTÉTICO)	8H30 PEQ-ALMOÇO 10H TREINO (SINTÉTICO)	8H30 PEQ-ALMOÇO 10H TREINO (SINTÉTICO)	8H30 PEQ-ALMOÇO 10H TREINO (SINTÉTICO)	15H 13ª JORNADA CP V. VIDIGUEIRA X AMORA FC								
Previsão Semanal do Tempo	26 Seg 9° - 17°	27 Ter 8° - 17°	28 Qua 11° - 17°	29 Qui 11° - 18°	30 Sex 10° - 17°	1 Sáb 10° - 17°	2 Dom 10° - 17°								

OBSERVAÇÕES: *PLANEAMENTO DO MICROCICLO PODERÁ SER SUJEITO A ALTERAÇÕES*

Figura 5 – Microciclo Base de Departamentos (Anexo IV)

Finalizando com um planeamento mais micro e específico, a unidade de treino. Em anexo do trabalho (ANEXO III), uma unidade de treino tipo, sem o seu total preenchimento, que era apenas efetuado manualmente, na reunião de equipa técnica que antecedia o treino.

2.3 - ANÁLISE DA ATIVIDADE

Será importante na análise de atividade do estágio, dividir o mesmo por dois momentos distintos, num primeiro momento, com a equipa técnica liderada pelo treinador principal Luís Carvalhas, “Litos” (Junho 2018 a Dezembro 2018) e num segundo momento, liderada pelo treinador principal Pedro Russiano (Dezembro 2018 até final da época Junho 2019). Torna-se fundamental fazer o enquadramento nestes dois momentos, pois as funções e tarefas realizadas foram diferentes.

A função que desempenhava, num 1º momento, com o treinador principal Luís Carvalhas, foi de treinador adjunto/analista, responsável pela filmagem e análise do treino em vídeo, observação e elaboração dos relatórios escritos e em vídeo dos adversários, e sua apresentação aos jogadores.

Antes das unidades de treino em campo, realizava as seguintes tarefas: participava na delimitação da unidade de treino e seus objetivos na reunião de equipa técnica, operacionalizava todo o trabalho de força muscular antecedente à unidade de treino (trabalho de ginásio) auxiliando o treinador adjunto principal. Durante a unidade de treino da equipa em campo, filmava todos os exercícios do treino em plano superior para posterior análise. Essa análise, consistia em cortar os exercícios de forma a ficarem isolados, restringindo o vídeo ao tempo útil dos exercícios e na visualização dos mesmos, para confirmar que todos os exercícios teriam sido realizados de acordo com o previsto no planeamento da unidade de treino. Ressaltar que quando a equipa técnica definia que não havia necessidade de filmagem do treino, enquadrava o treino de forma ativa no campo, operacionalizando e colaborando nos exercícios. Após o treino, analisava todo o treino em vídeo, se requerido pela equipa técnica algum exercício específico, cortava o clip do determinado exercício e demonstrava-o. A equipa técnica, também me dava autonomia, para demonstrar algo que achasse pertinente, depois da minha análise do treino em vídeo. Por questões de organização, e por iniciativa própria cortava os exercícios do treino em clips de vídeo separados, para se caso a equipa técnica necessita-se de visualizar algum exercício dias/semanas mais tarde, eram facilmente identificados, enviados e demonstrados.

Após as unidades de treino, ocupava a função de observador do adversário, que passava pela análise detalhada do adversário, construindo relatório escrito do mesmo, tendo em conta os 3-4 jogos anteriores. Efetuava os cortes de clips de vídeo de todas as fases do jogo desse mesmo adversário, e posteriormente realizava a montagem do vídeo, compilando os momentos selecionados para posterior demonstração aos jogadores. Fazia também parte da observação e

análise, a elaboração de um relatório de características individuais dos jogadores adversários que era fornecido aos nossos jogadores em formato papel.

Ressalvar que pertencia também à equipa técnica um observador “exterior”, que não estava presente nos trabalhos diários da equipa, mas que de duas em duas semanas, era responsável por elaborar o relatório do adversário seguinte e envio dos cortes das fases do jogo do mesmo (exemplo: visualizava os 3/4 jogos e cortava os momentos dos jogos dos adversários das jornadas pares, eu fazia-o das jornadas ímpares), retirando assim alguma carga de trabalho que o estagiário tinha. Na semana que o observador “exterior” enviava o relatório do adversário, e os cortes dos jogos observados, o estagiário fazia o trabalho posterior sempre, visualizava e organizava os cortes recebidos, continuando depois todas as outras tarefas de compilação de cortes e elaboração da vídeo-análise. Esta estratégia de articulação com o observador, definida por ambos, permitia que tanto o observador exterior como eu, na observação de cada adversário tivéssemos mais tempo para visualizar e analisar os jogos. Referir que sendo o observador exterior, e dada a sua indisponibilidade em alguns momentos de época, era da responsabilidade do estagiário assegurar que o trabalho de análise do adversário era sempre realizado. Nas semanas de taça de Portugal, o estagiário realizava sempre as análises do adversário.

De salientar, que a equipa treinava de manhã (10 horas), todas as tarefas realizadas na parte da tarde/noite relacionadas com a observação do adversário, eram tarefas que realizava em casa, de forma autónoma e independente, que depois enviava ao treinador-adjunto principal o trabalho realizado (relatório escrito) e em diálogo diário transmitia tudo o que tinha visto sobre o adversário.

O microciclo padrão da equipa, comportava 1 folga, 5 unidades de treino e 1 jogo (competição), organizado da seguinte forma:

Tabela 3 - Microciclo Padrão da Equipa

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Manhã Início: 10 Horas	Folga	Unidade de Treino	Unidade de Treino	Unidade de Treino	Unidade de Treino	Unidade de Treino	Competição (Campeonato Nacional Seniores - Série D)
Tarde/Noite							

2.2.1 - Descrição das Tarefas - 1º Momento:

Segunda-Feira (folga semanal)

- **Dia:** Visualização do último jogo efetuado pelo adversário, (jogo no dia anterior) e cortes do mesmo das diferentes fases do jogo: Organização Defensiva, Transição Ofensiva, Organização Ofensiva, Transição Defensiva, Esquemas Táticos Defensivos e Esquemas Táticos Ofensivos. Se verificasse algum comportamento diferente e/ou alterações no relatório escrito previamente elaborado, alterava ou acrescentava os detalhes necessários. Enviava o relatório escrito finalizado, para o treinador adjunto principal (capa demonstrativa do relatório escrito, relatório escrito completo em anexo, Anexo IV).

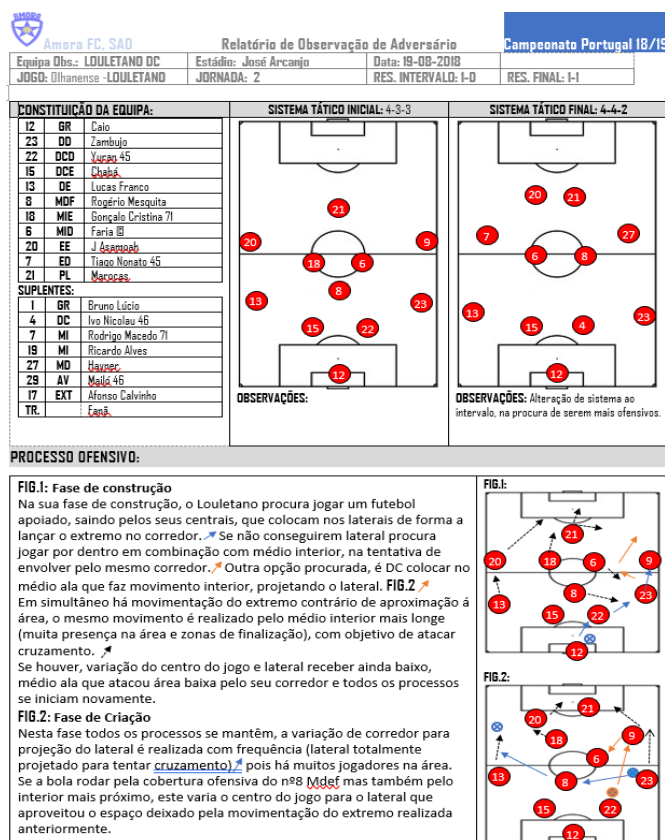


Figura 5 - Capa do Relatório Escrito (Anexo IV)

Terça-Feira

- **Manhã:** Filmava o treino em plano superior para posterior análise, se não fosse necessário enquadraria o treino, no auxílio da construção e montagem dos exercícios;

- **Tarde/Noite:** de todos os jogos visualizados e cortados nas diferentes fases do jogo, selecionava todas as jogadas que achasse mais pertinentes, de acordo com o modelo de jogo do adversário, e o que poderíamos encontrar no nosso jogo (competição).

Quarta-Feira

- **Manhã:** Filmava o treino em plano superior para posterior análise, se não fosse necessário enquadraria o treino, no auxílio da construção e montagem dos exercícios;

- **Tarde/Noite:** compilação dos cortes selecionados, e elaboração da vídeo análise para apresentação aos jogadores no dia seguinte. Na elaboração do vídeo, apesar de conhecer já muito bem o adversário, treinava a preleção e confirmava se tinha todas as informações necessárias. No final, enviava ao treinador adjunto principal.

Quinta-Feira

- **Manhã:** Apresentação do vídeo aos jogadores numa sala multiusos apropriada para o efeito. Toda a equipa técnica assistia ao vídeo assim como os jogadores. O vídeo era elaborado da seguinte forma: capa (com nome do adversário, símbolo, camisola principal, data, número da jornada e local do jogo) , slide com 11 titular previsível da equipa adversária (com nome dos jogadores, foto e sistema tático), seguindo-se depois Organização Defensiva (em cada slide separador slide estavam descritos 2-3 tópicos do que iríamos ver e seguiam os vídeos), isto para todos os momentos seguintes, Transição Ofensiva, Organização Ofensiva, Transição Defensiva, Esquemas Táticos Defensivos e Esquemas Táticos Ofensivos.





Figura 6 - Análise em Vídeo do Adversário

Filmava o treino em plano superior para posterior análise, se não fosse necessário enquadraria o treino, no auxílio da construção e montagem dos exercícios;

- **Tarde/Noite:** Elaborava um relatório das características individuais dos jogadores adversários, que continha foto do jogador, nome, idade, posição, pé preferencial e suas principais características enquanto jogador. Esse relatório era entregue aos capitães no dia seguinte para que todos os jogadores lessem, além de que era fixado no balneário da equipa. Relatório completo, das características individuais dos jogadores adversários (Anexo V).

Características individuais dos jogadores SPORT CLUBE PRAIENSE



	NOME: Tiago Maia IDADE: 25 NACIONALIDADE: Portugal PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 1 ALTURA: 182 cm	POSICÃO: <i>Atacante-Atleta:</i> Comunica muito com a equipa, realizando posicionamentos a sintonia. Resulta em sair dos passes como em lanes. M corre em movimentos rasos próximos à sua baliza. Boa qualidade no chute curto e longo. Sempre que tem oportunidade executa alguns rútes em passeios com o pé, facilmente atinge o 1º campo adversário.
	NOME: Diogo Moris IDADE: 25 NACIONALIDADE: Portugal PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 3 ALTURA: 180 cm	POSICÃO: <i>Defesa Central:</i> jogador rápido na recuperação defensiva. Não é um jogador muito agressivo, está por um bom posicionamento para os ataques certos. Não tem o hábito de jogar muito alto. Boa qualidade no passe curto e longo em diagonal. Controlo técnico positivo na entrada da grande área no terreno central.
	NOME: Cristiano Paesal IDADE: 26 NACIONALIDADE: Portugal PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 5 ALTURA: 176 cm	POSICÃO: <i>Defesa Central Direita:</i> jogador rápido na recuperação defensiva. Boa qualidade nos passes curtos e longos em diagonal. Tem posicionamento excelente, faz com que não seja um jogador muito agressivo. Muito rápido nos passes curtos e longos em diagonal. Controlo técnico positivo na entrada da grande área no terreno central.
	NOME: Diogo Carreira IDADE: 23 NACIONALIDADE: Portugal PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 4 ALTURA: 187 cm	POSICÃO: <i>Defesa Central Esquerda:</i> jogador não muito rápido na recuperação defensiva. Não é um jogador muito agressivo, posiciona-se com arbitrio mediante o posicionamento do 1º. Ótimo no lance aéreo. Sendo jogador, certa dificuldade em chutar.

	NOME: Michael Silva IDADE: 22 NACIONALIDADE: Brasil PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 73 ALTURA: 180 cm	POSICÃO: <i>Defesa Direita:</i> jogador rápido em situações ofensivas. Se tiver espaço, sobe no terreno e executa bons cruzamentos para a área. Defensivamente sai na retaguarda visual, mas recupera rápido.
	NOME: Ivo Cruz IDADE: 30 NACIONALIDADE: Portugal PÉ PREFERENCIAL: Esquerdo	Nº CAMISOLA: 28 ALTURA: 170 cm	POSICÃO: <i>Defesa Esquerda:</i> jogador forte fisicamente. Difícil de ultrapassar nos duélos. Sobee muito no terreno, sendo muito forte no cruzamentos. Se tiver oportunidade remata muito forte à baliza. Os seus lançamentos laterais são muito longos, se tiver próximo da grande área adversária, facilmente atinge a pequena área. Marçador de bolas paradas do lado direito.
	NOME: João Peinoto IDADE: 35 NACIONALIDADE: Portugal PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 70 ALTURA: 180 cm	POSICÃO: <i>Médio Defensivo:</i> jogador chave na fase de construção da equipa, procura dar linhas de passe aos colegas. Joga de cabeça levantada. Muita qualidade no passe, sendo o ponto forte os passes em diagonal. Os seus processos no passe são simples e rápidos, executa muito à 1/2 toques. Se tiver oportunidade remata forte à baliza. Marçador de bolas paradas do lado esquerdo.
	NOME: Diogo Paiva IDADE: 25 NACIONALIDADE: Cabo Verde PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 6 (18) ALTURA: 171 cm	POSICÃO: <i>Médio Interior Direita:</i> jogador muito agressivo e combativo. Corre quilómetros ajudando a equipa no processo defensivo. Extremamente pressionado sobre o portador da bola que joga no seu raio de ação. Adora duélos defensivos. No ataque movimenta-se maioritariamente em rebotes. Trabalha muito fisicamente.

Figura 7 - Características Individuais dos Jogadores (Anexo V)

Sexta-Feira

- **Manhã:** Entrega do relatório das características individuais dos jogadores adversários aos nossos capitães, filmava o treino em plano superior para posterior análise, se não fosse necessário enquadraria o treino, no auxílio da construção e montagem dos exercícios;

- **Tarde-Noite:** Iniciava a observação do adversário da semana seguinte com a visualização dos 3-4 jogos anteriores dessa equipa. Para esta observação tinha sempre cuidado em verificar que tipo de jogos mais nos interessavam. Parâmetro se jogávamos fora ou em casa, era condicionante preferencial, onde tentava observar o adversário nas mesmas condições que os iríamos defrontar se em casa ou fora. Identificava tudo do nosso principal foco o adversário seguinte, mas também verificava as condicionantes que o nosso adversário estava a enfrentar de forma a observar se era adequada e pertinente a análise de determinado jogo. Condicionantes como: grau de dificuldade que o oponente representava, condições meteorológicas, jogadores castigados, sistema tático utilizado, expulsões, marcha do marcador e que reação provocava, expulsões e acontecimentos do próprio jogo, comportamento do treinador e adeptos, caracterizando todo o ambiente envolvente, isto na procura de todo o detalhe para que tivesse toda a informação necessária a apresentar a equipa técnica. Fazia-o para as duas equipas, mas o foco principal, cortes das ações, e transfere para o relatório escrito era única e exclusivamente do nosso adversário direto.

Sábado

- **Manhã:** intervenção no treino, no auxílio da construção e montagem dos exercícios, mas como trabalhávamos os esquemas táticos neste dia, o treinador deixava-me à vontade para intervir na colocação dos nossos jogadores, da equipa “não titular”, que representavam o oponente nas posições que o adversário se colocava.

- **Tarde/Noite:** Continuava a observação e análise do adversário seguinte, iniciada na tarde/noite do dia anterior. Começava a elaborar o relatório escrito.

Domingo

- **Competição:** visualizava o jogo em plano superior, conseguia comunicar com o banco, pois tinha um adjunto ao meu lado com intercomunicador onde lhe transmitia toda a informação pertinente, para que ele transmitisse ao treinador adjunto principal. Tudo relacionado com aspetos mais do adversário, substituições, alterações de sistema e de jogadores no decorrer do jogo.

- **Noite:** Nessa noite revia o jogo em vídeo, identificava e cortava todas as movimentações ofensivas padronizadas iniciadas em fase de criação, que eram o objetivo do meu estudo.

O meu microciclo próprio de funções e tarefas, estava organizado da seguinte forma:

Tabela 3 - Microciclo Próprio 1ºMomento

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Manhã	Visualização do Último Jogo do Adversário Seguinte	Intervenção ou Filmagem do Treino	Intervenção ou Filmagem do Treino	Apresentação de Vídeo "Análise Adversário" aos jogadores	Entrega em Papel do Relatório das Características Individuais dos Jogadores Adversários aos nossos jogadores	Intervenção nos Esquemas Táticos Simulação da Equipa Adversária	Competição (visualização em plano superior) e Visualização do Jogo em Vídeo, Recorte das Movimentações Ofensivas Padronizadas (estudo)
				Intervenção ou Filmagem do Treino	Intervenção ou Filmagem do Treino		
Tarde/Noite	Cortes das Fases do Último Jogo Observado do Adversário e Envio do Relatório Escrito ao TR.Adjunto	Seleção dos Cortes efectuados para Compilação	Compilação do Vídeo-Análise do Adversário e envio ao TR.Adjunto	Elaboração do Relatório das Características Individuais dos Jogadores Adversários	Início da Visualização e Cortes de 3/4 Jogos do Adversário da Semana Seguinte	Visualização e Cortes de 3/4 Jogos do Adversário da Semana Seguinte	

Importante realçar e enquadrar, que num segundo momento de época, houve ajuste das minhas tarefas e funções, com a alteração da equipa técnica do clube, saindo o treinador principal Luís Carolhas (e os seus dois adjuntos principais), para a entrada do treinador principal Pedro Russiano (que trouxe consigo um adjunto apenas), passando a equipa técnica a ter menos um elemento.

Com a entrada do treinador principal Pedro Russiano, passei a ter um papel ainda mais ativo naquilo que eram as unidades de treino da equipa, sua preparação e operacionalização. O novo treinador principal passou-me para seu adjunto direto, e nas unidades de treino era responsável por toda a parte inicial do treino, liderava exercícios de preparação geral e exercícios iniciais de passe, assumindo o papel de preparador físico da equipa. Assim sendo, o meu papel anterior de filmagem do treino, passou a ser secundário, apesar de continuar a fazê-lo, apenas colocava a câmara fixa para se posteriormente quiséssemos rever alguma ação ou exercício.

Nas tarefas de observação do adversário, continuamos a realizá-las, mas com ligeiras alterações. O relatório que entregava ao treinador adjunto principal da equipa técnica anterior

deixou de ser tão descritivo, pra um formato mais visual, em PowerPoint simples, com imagens e legendas diretas, sendo entregue diretamente ao treinador principal. Após efetuar os cortes dos jogos visualizados, reunia com o treinador para lhe mostrar tudo sobre o adversário (onze base, cortes efetuados das diferentes fases do jogo dos 3-4 jogos observados), onde realizávamos uma análise conjunta. Aí o papel fundamental era auxiliar o treinador principal a interpretar o que estávamos a observar, e se eram movimentos padrões do adversário ou não, tendo em conta que já teria visto todos os jogos, e sabia de antemão todas as informações do adversário. Ao mesmo tempo que ia passando os clips de vídeo, o treinador principal acompanhava com o relatório escrito (PowerPoint) previamente enviado. Fazíamos logo a seleção dos clips, para posteriormente compilar. Todo este trabalho de observação do adversário deixei de fazer de uma forma isolada, e passo-o a fazer num gabinete de observação que o clube criou dentro das instalações.

Relativamente à elaboração das características individuais dos jogadores adversários, em formato papel, continuei a realizar da mesma forma, apenas fornecia aos jogadores no dia antecedente ao jogo (Sábado), e não dois dias antes (Sexta-Feira) como anteriormente.

Com a entrada do treinador principal Pedro Russiano, também aumentei as tarefas de observação e análise, em vez de fazer do adversário exclusivamente, comecei a realizar também a análise à nossa própria equipa, onde no 1º dia da semana de trabalho após a folga (terça-feira), toda a equipa técnica visualizava o jogo, e o treinador definia o que queria cortar e os aspetos a realçar. Assim, eu cortava tudo o que fosse identificado, acrescentava mais alguns cortes de ações requeridas pelo treinador e que não tivessem sido primeiramente identificadas/selecionadas. Posteriormente, compilava e legendava o vídeo para demonstração aos jogadores.

Outra tarefa que comecei a realizar diariamente, foi o controlo de treino (recolha de Hooper e PSE). Colocava o computador numa sala anexa ao balneário dos jogadores, obrigatoriamente respondiam ao teste Hooper, antes do treino (perguntas sobre dores musculares, qualidade do sono, fadiga geral e stress) e após o treino, ao teste PSE (perceção subjetiva do esforço). Com a recolha dos dados Hooper, transmitia ao treinador principal alguma anormalidade de valores para que este pudesse decidir se haveria algum tipo de adaptação para algum jogador na unidade de treino. Com os dados PSE, víamos se a resposta média dos jogadores, ia de acordo à dificuldade de treino que a equipa técnica teria definido para o mesmo.

No final das manhãs, após ter a recolha de dados dos testes, enviava para o departamento médico e nutricionista do clube os resultados, para que estes pudessem dentro das suas valências, fazer alguma adaptação específica com determinado jogador.

2.2.2 - Descrição das Tarefas - 2ºMomento:

Segunda-Feira (folga semanal)

- **Dia:** Visualização do último jogo efetuado pelo adversário, (jogo no dia anterior) e cortes do mesmo das diferentes fases do jogo: Organização Defensiva, Transição Ofensiva, Organização Ofensiva, Transição Defensiva, Esquemas Táticos Defensivos e Esquemas Táticos Ofensivos. Se verificasse algum comportamento diferente e/ou alterações no relatório escrito previamente elaborado, alterava ou acrescentava os detalhes necessários. Enviava o relatório escrito finalizado, em formato PowerPoint, para o treinador principal.



Figura 8 - Relatório Escrito 2ºMomento

Terça-Feira

- **Manhã:** Intervenção no treino, liderava as partes iniciais do treino (aquecimentos e exercícios elementares), as pausas entre exercícios (alongamentos e orientação dos jogadores para a tarefa seguinte) e partes finais do treino (alongamentos e trabalhos elementares). Colocava a câmara fixa em ângulo aberto num plano superior, que ficava previamente definido se necessário a colocação o que permitia colocar antes do treino iniciar.

- **Tarde:** Visionamento do jogo da própria equipa, num gabinete de análise, onde toda a equipa técnica revia o jogo em conjunto. Discutíamos sobre o jogo, e o treinador principal focava logo alguns momentos, e no fim do visionamento falávamos sobre o que era importante retirar para demonstrar posteriormente aos jogadores. Fazia todo o apontamento do que falávamos ao longo do visionamento, para facilitar a tarefa de corte das ações.

- **Noite:** Cortava as ações definidas à tarde, que seriam importantes mostrar aos jogadores, e compilava o vídeo para ficar logo o vídeo-análise da própria equipa realizado, sempre respeitando a ordem dos momentos, Organização Defensiva, Transição Ofensiva, Organização Ofensiva, Transição Defensiva, Esquemas Táticos Defensivos e Esquemas Táticos Ofensivos.

Quarta-Feira

- **Manhã:** Intervenção no treino, liderava as partes iniciais do treino (aquecimentos e exercícios elementares), as pausas entre exercícios (alongamentos e orientação dos jogadores para a tarefa seguinte) e partes finais do treino (alongamentos e trabalhos elementares). Colocava a câmara fixa em ângulo aberto num plano superior, que ficava previamente definido se necessário a colocação o que permitia colocar antes do treino iniciar.

- **Tarde:** Apresentação e visualização de todos os cortes efetuados, dos 3/4 jogos visionados do adversário, nas diferentes fases do jogo. Fazíamos esta observação e análise num gabinete próprio do clube, onde a apresentação que executava era dinâmica, ia demonstrando ao treinador principal, ele ia fazendo perguntas e observando. Para facilitar a tarefa e seguirmos todos o que estávamos a ver, o treinador principal abria o relatório escrito (PowerPoint) efetuado anteriormente e ia seguindo os descritivos do relatório com o que ia vendo. O treinador selecionava os cortes ideais a colocar na compilação, e definiam-se os planos de jogo e estratégias para o mesmo.

- **Noite:** Compilava as ações selecionadas à tarde, que seriam importantes mostrar aos jogadores, para ficar logo o vídeo-análise do adversário encaminhado, sempre respeitando a ordem dos momentos, Organização Defensiva, Transição Ofensiva, Organização Ofensiva, Transição Defensiva. Ficaria assim, apenas os Esquemas Táticos por adicionar.

Quinta-Feira

- **Manhã:** Apresentação do vídeo-análise da própria equipa aos jogadores, aqui eu auxiliava o treinador principal na apresentação, ficando perto do computador e pausando o vídeo ao seu comando.

Intervenção no treino, liderava as partes iniciais do treino (aquecimentos e exercícios elementares), as pausas entre exercícios (alongamentos e orientação dos jogadores para a tarefa seguinte) e partes finais do treino (alongamentos e trabalhos elementares). Colocava a câmara fixa em ângulo aberto num plano superior, que ficava previamente definido se necessário a colocação o que permitia colocar antes do treino iniciar.

- **Tarde:** Demonstração e visualização dos cortes efetuados dos Esquemas Táticos tanto defensivos como ofensivos do adversário, seleção dos esquemas táticos a adicionar à compilação da vídeo-análise do adversário, definição de estratégias a adotar em todos os momentos.

- **Noite:** Compilação total do vídeo-análise do adversário para apresentação aos jogadores no dia seguinte.

Sexta-Feira

- **Manhã:** Apresentação do vídeo-análise do adversário aos jogadores, aqui eu auxiliava o treinador principal na apresentação, ficando perto do computador e pausando o vídeo ao seu comando.

Intervenção no treino, liderava as partes iniciais do treino (aquecimentos e exercícios elementares), as pausas entre exercícios (alongamentos e orientação dos jogadores para a tarefa seguinte) e partes finais do treino (alongamentos e trabalhos elementares). Colocava a câmara fixa em ângulo aberto num plano superior, que ficava previamente definido se necessário a colocação o que permitia colocar antes do treino iniciar.

- **Tarde:** Elaborava o relatório das características individuais dos jogadores adversários, que continha foto do jogador, nome, idade, posição, pé preferencial e suas principais características enquanto jogador. Esse relatório era entregue aos capitães no dia seguinte para que todos os jogadores lessem, além de que era fixado no balneário da equipa.

- **Noite:** Iniciava a observação do adversário da semana seguinte com a visualização dos 3-4 jogos anteriores dessa equipa. Para esta observação, tinha sempre cuidado em verificar que tipo de jogos que mais nos interessavam. Parâmetro se jogávamos fora ou em casa, era condicionante preferencial, onde tentava observar o adversário nas mesmas condições que os iríamos defrontar se em casa ou fora. Identificava tudo do nosso principal foco o adversário seguinte, mas também

verificava as condicionantes que o nosso adversário estava a enfrentar, de forma a observar se era adequada e pertinente a análise de determinado jogo. Condicionantes como: grau de dificuldade que o oponente representava, condições meteorológicas, jogadores castigados, sistema tático utilizado, expulsões, marcha do marcador e que reação provocava, expulsões e acontecimentos do próprio jogo, comportamento do treinador e adeptos, caracterizando todo o ambiente envolvente, isto na procura de todo o detalhe para que tivesse toda a informação necessária a apresentar a equipa técnica. Fazia-o para as duas equipas, mas o foco principal, cortes das ações, e transfere para o relatório escrito era única e exclusivamente do nosso adversário direto.

Sábado

- **Manhã:** Intervenção no treino, liderava as partes iniciais do treino (aquecimentos e exercícios elementares), as pausas entre exercícios (alongamentos e orientação dos jogadores para a tarefa seguinte) e partes finais do treino (alongamentos e trabalhos elementares). Colocava a câmara fixa em ângulo aberto num plano superior, que ficava previamente definido se necessário a colocação o que permitia colocar antes do treino iniciar.

- **Tarde/noite:** Continuava a observação e análise do adversário seguinte, iniciada na tarde/noite do dia anterior. Assim como começava a elaborar o relatório escrito (PowerPoint).

Domingo

- **Dia:** Competição, responsável por liderar e coordenar o aquecimento de jogo, visualizava o jogo em plano superior, conseguia comunicar com o banco diretamente, pois tinha um intercomunicador transmitia toda a informação pertinente ao treinador adjunto principal, para que ele transmitisse ao treinador principal. Neste momento, a minha intervenção não era simplesmente focada no adversário, mas na nossa equipa também, tentando dar todo o meu contributo vindo de cima.

- **Noite:** Visualização do jogo em vídeo, identificava e cortava todas as movimentações ofensivas padronizadas iniciadas em fase de criação, que eram o objetivo do meu estudo.

Notória as alterações nas funções e tarefas a realizar, nestes momentos distintos da época desportiva e no percurso de estágio. Com a alteração da equipa técnica e entrada para o 2º momento de época, assumi um papel mais ativo no controlo, planeamento e construção de cada unidade de treino, bem como na sua operacionalização. Procurei o entendimento completo do modelo de jogo do novo treinador principal, para que pudesse acompanhar o pensamento quando analisávamos a nossa própria equipa, e o que ele pretendia que retirasse da análise aos nossos próprios jogos. Em relação à análise e observação do adversário, as execuções das tarefas seguiram

os mesmos moldes, mas a seleção dos clips era executada de forma conjunta pela equipa técnica, onde todos acompanhavam o processo e não de uma forma singular. Na apresentação dos vídeos aos jogadores, o treinador principal é que realizava a preleção do vídeo, pois aproveitava a demonstração para apresentar aos jogadores o plano de jogo, estratégias que iríamos adotar para o mesmo, bem como o relacionar de tudo o que observávamos das equipas adversárias, com o nosso próprio modelo de jogo, uma forma interessante e dinâmica de envolver todo o grupo de trabalho na interpretação de tudo o que era pretendido.

O microciclo base da equipa continuou o mesmo, mas o meu microciclo próprio de funções e tarefas, passou a ser da seguinte forma:

Tabela 4 - Microciclo Próprio 2ºMomento

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Manhã	Visualização do Último Jogo do Adversário Seguinte	Intervenção no Treino	Intervenção no Treino	Apresentação de Vídeo "Análise da Própria Equipa" aos jogadores	Apresentação de Vídeo "Análise do Adversário" aos jogadores	Entrega do Relatório das Características Individuais dos Jogadores Adversários aos jogadores	Competição (aquecimento de jogo e visualização em plano superior com intercomunicador)
				Intervenção no Treino	Intervenção no Treino	Intervenção no Treino	
Tarde	Cortes das Fases do Último Jogo Observado do Adversário e	Visualização do jogo da própria equipa e definição de momentos chave	Demonstração dos cortes do adversário e seleção do mais pertinentes em cada fase	Demonstração dos cortes do adversário nos Esquemas Táticos	Elaboração do Relatório das Características Individuais dos Adversários	Visualização e Cortes de 3/4 Jogos do Adversário da Semana Seguinte	Visualização do Jogo em Vídeo, Recorte das Movimentações Ofensivas Padronizadas (estudo)
Noite	Envio do Relatório Escrito Powerpoint ao Treinador Principal	Cortes dos momentos chave e compilação do vídeo de análise da própria equipa	Compilação e estruturação do vídeo-análise do adversário	Compilação e estruturação do vídeo-análise do adversário, finalizar do mesmo	Início da Visualização e cortes de 3/4 Jogos do Adversário da Semana Seguinte		

3 - ROTINAS DE OBSERVAÇÃO

Um relatório de observação, até chegar ao seu resultado final, passa por diversas fases: a recolha de informação e análise do que se pretende observar (tanto do adversário como da própria equipa), a elaboração de documentos escritos para posterior entrega ao treinador principal e jogadores (numa análise das características dos jogadores adversários), um vídeo elaborado para melhoria da nossa própria equipa relacionando com o modelo de jogo pretendido, bem como construção de vídeo análise do adversário e vídeos específicos para cada jogador (tanto para sua melhoria, como para preparação do adversário direto que encontrará).

Para isso ser conseguido, o analista/observador teria funções e responsabilidade à partida, que são parâmetros essenciais para o trabalho que exige a função, como:

- Conhecer o modelo de jogo da equipa e treinador;
- Conhecer as características de cada jogador;
- Colaboração na planificação do microciclo semanal com base na análise da própria equipa e do adversário;
- Observação e análise do treino;
- Observação e análise da própria equipa em competição;
- Observação e análise de adversários;
- Desenvolver e manter uma base de dados de clips de vídeos sobre os momentos de jogo de cada equipa (própria equipa e adversários), de modo a que seja fácil à equipa técnica ter acesso a imagens sobre, por exemplo, as transições defensivas da equipa X, ou os golos marcados pelo avançado Y.
- Elaborar um protocolo de observação, com a equipa técnica/treinador de modo a que a catalogação das imagens seja feita de forma eficiência para posterior consulta.

Com todos estes parâmetros bem definidos, adaptou-se a rotina de observação ao microciclo de análise pretendido pelos treinadores principais, definindo as tarefas de observação ao longo do microciclo tipo:

Segunda – Feira (Folga):

- Relatório de Observação do Adversário.

Terça – Feira:

- Observação do Treino;

- Planificação dos treinos seguintes, em função do relatório de observação da própria e do próximo adversário (plano de jogo/estratégia);
- Relatório do treino;
- Relatório de Observação da Própria equipa;
- Preparação da apresentação/análise do nosso jogo anterior para a equipa.

Quarta – Feira:

- Observação do Treino;
- Preparação dos vídeos da equipa adversária;
- Preparação dos vídeos individuais para os nossos jogadores, onde nem sempre eram facultados aos jogadores, só em casos muito específicos e pelo treinador principal;
- Relatório do treino.

Quinta – Feira:

- Apresentação do nosso jogo anterior e respetivas correções;
- Observação do Treino;
- Preparação da apresentação do adversário para a equipa;
- Relatório do treino.

Sexta-Feira:

- Observação do Treino;
- Apresentação do adversário à nossa equipa, por vezes juntámos os vídeos, o do jogo anterior (mostrado à quinta-feira) com o do adversário, com menos minutos onde mostrávamos os dois juntos;
- Entrega dos vídeos individuais para os nossos jogadores (apenas casos muito específicos e pelo treinador principal);
- Relatório do treino.

Sábado:

- Observação do Treino;
- Atualização do relatório (convocatória, lesões, equipa provável, notícias recentes, outros acontecimentos durante a semana, etc.).

Domingo:

- Logo após o jogo, já analisávamos o mesmo com o intuito da preparação do próximo treino e microciclo de trabalho.

Este microciclo de observação base, sofria alterações com a dinâmica que treinador principal definia para a semana de trabalho seguinte, por vezes não eram necessárias algumas tarefas substituindo por outras tendo em vista o momento da equipa. Para o estagiário torna-se fundamental a criação e definição das suas rotinas de observação para que nada falhe, e nada se descure, no que seriam as suas tarefas obrigatórias à partida.

3.1 - TIPOS DE ANÁLISE: QUANTITATIVA E QUALITATIVA

O jogo de futebol é caracterizado pela sua complexidade, que torna difícil objetivar a sua observação e análise (Sarmiento, Barbosa, Campaniço, Anguera & Leitão, 2013, citado por Sarmiento, Anguera et al., 2014). Assim, a análise qualitativa tem ganho importância e interesse para as ciências do desporto, como forma de entender aspetos aparentemente não mensuráveis através de procedimentos quantitativos (Sarmiento et al. 2013). A análise quantitativa e notacional procura prever futuras performances, atuando na premissa de que eventos que tenham ocorrido irão realizar-se novamente de uma forma previsível observada anteriormente (Sarmiento, Anguera et al, 2014). James (2012) refere que a análise notacional e quantitativa baseia-se no princípio de que qualquer performance observada é consequência de fatores como a aprendizagem, habilidades motoras e variáveis situacionais e, como tal, uma performance terá uma grande probabilidade de ocorrer novamente no futuro. No entanto, O'Donoghue (2009) refere que a análise da performance exclusivamente quantitativa nem sempre permite explicar os contextos, principalmente aqueles que, pela sua complexidade, podem possuir um conjunto de justificações para os dados recolhidos.

Existe, atualmente, uma tendência para aceitar que nenhuma das duas análises, quantitativa e qualitativa, é melhor do que a outra, considerando que cada uma oferece uma forma de entender e abordar o estudo da atividade física e do desporto (Anguera, Camerino & Castañer, 2012, citado por Sarmiento, Anguera et al., 2014, p. 413), o que leva recentemente à adoção dos designados métodos mistos. Contudo, Sarmiento, Pereira et al. (2014) identificaram que os treinadores portugueses tendem, na operacionalização da sua análise do jogo, a utilizar essencialmente um método de análise qualitativo dos padrões coletivos das equipas.

Toda a observação e análise efetuada tanto da própria equipa como do adversário, obrigava a uma análise quantitativa (recorrendo à plataforma Instat) e qualitativa semanal que se definem por vários parâmetros:

3.2 - ANÁLISE QUANTITATIVA

3.2.1 - Enumeração/Contabilização dos Aspetos Individuais:

- Perdas de bola (local/forma);
- Recuperações de bola (local/forma);
- Faltas cometidas (local/forma);
- Faltas sofridas (local/forma);
- Remates realizados (local/forma);
- Remates consentidos (local/forma);
- Foras de jogo (local);
- Passes longos (local/forma/sentido/tipo);
- Passes curtos (local/forma/sentido/tipo);
- Outros indicadores observáveis e identificados como pertinentes.

3.2.2 - Enumeração/Contabilização dos Aspetos Coletivos:

- Faltas cometidas/sofridas, recuperações e perdas de bola, remates realizados e consentidos, foras de jogo, posse de bola, etc.
- Número de ataques (corredor/ número de jogadores);
- Número de cruzamentos (local/forma/destino);
- Número de vezes ataque posicional/ataque rápido/contra-ataque
- Número de vezes desequilíbrio nos corredores laterais com a envolvimento de 3 ou mais jogadores;
- Número de diagonais do corredor central para o corredor lateral em profundidade;
- Outros indicadores observáveis e identificados como pertinentes.

3.3 - ANÁLISE QUALITATIVA

3.3.1 - Modelo de Jogo (técnico e tático):

- Caracterização do sistema de jogo (ofensivo/defensivo);

- Caracterização dos momentos do jogo: Organização Defensiva, Transição Ofensiva, Organização Defensiva, Transição Ofensiva, Esquemas Táticos Defensivos e Esquemas Táticos Ofensivos;
- Circulações táticas tipo;
- Jogadores preponderantes ofensiva e defensivamente;
- Análise global da equipa.

3.3.2 - Domínio Físico:

- Comentário relativo à resposta física em todo o tempo de jogo;
- 1ª Parte (início e fim) e 2ª Parte (início e fim).

3.3.3 - Domínio Psicológico:

- Comentário relativo ao estado psicológico e emocional dos jogadores (motivação, coesão, entreajuda, autoconfiança, autoestima);
- Comentário relativo à resposta psicológica face ao resultado positivo/negativo e face a situações de indisciplina, entre outras.

Para todos este tipo de trabalho importa clarificar todos os procedimentos de observação e materiais para sua execução, as boas condições que o clube dispunha permitiam trabalhar de forma plena e sem restrições. Relativamente ao material, dispunha de:

- Fichas de registo da observação;
- Câmara de filmar, tripés;
- Câmara fotográfica;
- Computador;
- Software de edição de vídeo, apresentação multimédia (PowerPoint);
- Impressora, projetor;
- Software específico para “cortar/copiar” o jogo, por exemplo, o INSTAT.

Os procedimentos para observação e análise da própria equipa baseava-se em:

- Fichas de registo de observação – Análise Quantitativa e Qualitativa;
- Gravação em vídeo do jogo (filmagem técnica e não comercial);
- Passagem da informação recolhida no momento do jogo;
- Relatório da análise efetuada o mais breve possível;

- Suporte em vídeo do relatório da análise efetuada;
- Passagem aos jogadores das informações recolhidas – aspetos físicos, técnicos, táticos e psicológicos. Erros individuais e coletivos, ações positivas.

Os procedimentos para observação e análise dos adversários baseava-se em:

- Fichas de registo de observação – mais centrada nos aspetos qualitativos, não descurando alguns quantitativos;
- Observação direta/Vídeo;
- Gravação em vídeo do jogo;
- Relatório da análise efetuada o mais breve possível;
- Suporte em vídeo do relatório da análise efetuada;
- Centrada em cerca de 3,4 ou mais jogos, dependendo do maior ou menor conhecimento da equipa em causa e da complexidade do seu Modelo de Jogo;
- Passagem aos jogadores das informações recolhidas – Aspetos físicos, técnicos, táticos e psicológicos.

4 - ESCALÃO DE FORMAÇÃO DO CLUBE

No decorrer do 2º momento de época, sempre que a equipa técnica necessitava de algum jogador para complementar o treino, recorriamos ao escalão de Juniores A. Dessa forma, além de aumentar a possibilidade dos jogadores integrarem o plantel sénior no ano seguinte, motivava os jogadores jovens do clube.

A sensivelmente dois meses para término da época de juniores A, e com a equipa de juniores A apurada para a fase final do Campeonato Nacional da 2ª divisão, a direção do clube com o aval do treinador principal, convida a restante equipa técnica sénior para assumir as funções da equipa técnica de juniores em simultâneo. O treinador adjunto principal, Paulo Vaz, exerce o cargo de treinador principal dos juniores, sendo que eu fico como treinador adjunto principal dessa mesma equipa.

Com os objetivos da equipa júnior definidos, garantir um dos 3 primeiros lugares da fase final Juniores A – Zona Sul, e numa perspetiva de preparar os jogadores para o futebol sénior, optámos por realizar um transfere idêntico do trabalho dos seniores aos juniores, com ligeiras adaptações.

Havia um conjunto de tarefas inexistentes nos juniores, pois a logística do campo de treinos do Serrado, anexo ao estádio, onde a equipa treinava não o permitia, como por exemplo: controlo do treino e filmagem do treino. Mas havia um transfere muito similar das unidades de treino, observação e análise em vídeo do adversário, bem como o rigor de trabalho que contextos seniores padecem.

Neste contexto de Juniores A, continuei a realizar as mesmas tarefas mencionadas no escalão sénior, mas com maior intervenção nas partes principais do treino, bem como nos dias de competição. Na competição, continuava a realizar o aquecimento de jogo, mas após o aquecimento, acompanhava o treinador principal no banco de suplentes. Esta tarefa foi muito importante, pois ao longo da época via sempre o jogo de plano superior, e estando no banco de suplentes, permitiu-me sentir novamente outro tipo de dificuldades na leitura do jogo e interpretação do mesmo.

Todo este processo nos juniores foi muito positivo também para o clube e todos os intervenientes, pois além de se terem estreado na equipa sénior dois jogadores, a equipa ficou em 1º lugar da Zona Sul, garantindo a subida à 1ª divisão nacional do Juniores, como também deu o acesso a disputar a final nacional.

Apesar da derrota na final, contra o Futebol Clube de Famalicão, os objetivos primordiais foram atingidos, fazendo-se história na formação do Amora Futebol Clube Sad, pois nunca uma equipa de juniores do clube, se tinha consagrado vice-campeão nacional, garantido a presença na 1ª divisão nacional do escalão no ano seguinte.

5 - BALANÇO FINAL DO ESTÁGIO

Notório, o quanto enriquecedor e positivo foi o estágio, realizado no Amora Futebol Clube, Sad. Todos os objetivos previamente definidos foram alcançados, e muitos deles até ultrapassados, num estágio que seguiu um percurso natural evolutivo, nas capacidades adquiridas e aprimoradas ao longo da época, com o realizar de tarefas e funções que foram apresentadas.

Pode-se afirmar, que foi enriquecedor atuar num contexto profissional sénior, com jogadores vindos de divisões profissionais e com carreiras firmadas, e onde a competência para os liderar em treino foi aprimorada. A análise de todos os feedbacks vindos dos treinadores com que tive a felicidade de trabalhar diariamente, auxiliou na melhoria da minha instrução e intervenção nos exercícios de treino.

Relativamente ao planeamento do treino, discussão e sua operacionalização capacitei-me mais, até porque trabalhar com dois treinadores diferentes na forma como o faziam, permitiu-me adquirir capacidade de adaptação a cada um deles e a cada circunstância. Após o treino, referir que a análise crítica da operacionalização do mesmo, com o auxílio em vídeo, permitiu-me que houvesse uma reflexão diária constante, tanto no meu comportamento como permitindo-me dar opiniões sustentadas aos treinadores com que trabalhei. Esta reflexão, sempre na procura que o transfere do modelo de jogo treinado para a competição, fosse cada vez mais eficaz auxiliando os treinadores a verificar o seu processo de treino, através da análise em vídeo.

No momento da competição, estando sempre num plano superior, de forma a ajudar, contribuiu para que a minha leitura e análise de jogo fosse positiva, aquando da sua transmissão aos treinadores tanto no momento por intercomunicadores como ao intervalo, na procura de contribuir no que pudesse para a obtenção de resultados desejados.

Para uma melhor leitura e interpretação do jogo, a observação e análise que realizava aos adversários, que variava entre 3 a 4 jogos semanais, contribuiu de forma bastante positiva. Visualização de muitos jogos, a análise pormenorizada de todos os padrões e comportamentos das equipas adversárias, os cortes dos momentos de jogo e sua interpretação individualizada, fez com que evoluísse bastante. Por este trabalho realizado e por consequência, tive de descobrir formas eficientes de utilização de softwares de análise de jogo, obrigando-me a utilizar softwares como por exemplo: Videobserver, LongoMatch, programas básicos de edição do Windows, até chegar à forma que achava mais eficiente e célere, mas sempre com maior perfeição possível.

Com esta análise e observação, acabei também por ser mais pro eficiente na utilização de softwares de vídeo-montagem, onde obtive uma melhoria na edição do vídeo e suas compilações,

onde a capacidade de síntese das ações primordiais melhorou, para posterior demonstração aos jogadores e treinadores, para que fosse transmitido de forma clara aquilo que poderia ser o objetivo do vídeo (análise da própria equipa e/ou análise do adversário).

Como também fazia a apresentação do adversário aos jogadores, obtive uma melhoria na preleção e comunicação à equipa dos vídeos realizados.

Referindo cronologicamente todas as funções e tarefas que tive ao longo da época, é importante separar a mesma em dois momentos distintos: num 1º momento com o treinador principal Luís Carolhas, aquando da minha chegada ao clube como estagiário, e num 2º momento com o treinador principal Pedro Russiano, onde já tinha alguns meses de clube e as pessoas já conheciam o meu trabalho.

Num 1º momento, com o treinador principal Luís Carolhas, que me enquadra desde logo como alguém da equipa técnica e me fornece todas as condições para me sentir à vontade no seio do grupo de trabalho, chego com o principal objetivo de filmar os treinos da equipa e auxiliar o observador/analista do clube que não pertencia ao trabalho diário da equipa, logo fazia a ponte entre o observador e a equipa técnica. Com a dificuldade do observador em conseguir realizar a tarefa, fico responsável por fazer toda a observação do adversário das jornadas ímpares, e fazia em todas as semanas a compilação em vídeo do adversário e apresentação aos jogadores. Começo também a auxiliar nos trabalhos de ginásio (trabalhos de força e prevenção de lesões) antecedentes ao treino de campo. As funções foram aumentando progressivamente, e neste 1º momento de época foram então cronologicamente as seguintes:

- Filmagem das unidades de treino;
- Elaboração do relatório escrito, e cortes dos jogos visualizados dos adversários das jornadas pares;
- Relatório características individuais dos jogadores adversários, para entrega aos jogadores em formato papel das jornadas pares;
- Compilação e montagem do vídeo de análise do adversário, preleção e apresentação aos jogadores (semanal);
- Auxílio nos trabalhos de ginásio da equipa antecedente ao treino;
- Filmagem das unidades de treino ausente por opção da equipa técnica, auxílio na unidade de treino em campo, na montagem de exercícios e otimização da unidade de treino.

Num 2º momento, com o treinador principal Pedro Russiano, que na sua entrada pede a minha continuidade como parte integrante da equipa técnica, numa perspetiva de continuidade do

trabalho que vinha a realizar, mas agora com maior proximidade à equipa e com enriquecimento de funções e tarefas a realizar (treinador adjunto – observador/analista – preparador físico).

As funções que realizei, neste 2º momento, foram as seguintes:

- Planeamento, construção e discussão de todas as unidades de treino bem como a sua operacionalização;
- Controlo do treino (recolha diária de Hooper e Pse);
- Colocação da câmara fixa para filmagem do treino;
- Operacionalização e condução do treino, nas suas partes iniciais, paragens entre exercícios e finais;
- Elaboração do relatório escrito (diferenciado do anterior) e cortes dos jogos visualizados dos adversários das jornadas pares;
- Relatório características individuais dos jogadores adversários para entrega aos jogadores em formato papel das jornadas pares;
- Compilação e montagem dos cortes do vídeo de análise do adversário, mas agora também realizava a análise da própria equipa;
- Na competição: liderava o aquecimento de jogo, visualização do jogo num plano superior com intercomunicador para comunicar com treinador adjunto principal in loco, reunião ao intervalo do jogo para ajuste e demonstração de imagens do jogo.

Foram claramente dois momentos diferenciados, naquilo que eram as minhas funções e tarefas, sempre com um objetivo de enriquecimento pessoal, mas fundamentalmente com o foco de servir e ajudar o clube que me acolheu como estagiário a atingir os seus objetivos.

Todas as tarefas e funções foram assim muito enriquecedoras, que me permitiram uma evolução constante, até pela forma progressiva como tudo se foi proporcionando, suportada por vivências diárias, confiança e auxílio de ambos os treinadores no meu trabalho.

Tudo isto permitiu também, uma abertura total na obtenção do vídeo dos jogos da equipa, o que foi benéfico para a realização do estudo proposto, das movimentações ofensivas padronizadas, em fase de criação.

O objetivo da manutenção do campeonato nacional de seniores foi atingido com distinção, terminando a equipa o campeonato em 6º lugar, 27 pontos acima da linha de despromoção, e a 10 pontos dos lugares de acesso ao playoff de promoção, numa clara demonstração de afirmação neste campeonato nacional.

Para finalizar, a intervenção nos juniores A também foi fundamental, apesar de curta duração, acabou por ser muito enriquecedora, não só por trazer novas dificuldades no dia da competição, como também o atingir dos objetivos propostos também neste escalão de formação.

PARTE III - O ESTUDO

1 - INTRODUÇÃO

O desporto deve ser entendido como um processo de educação, formação e treino de todos os intervenientes, no sentido dos resultados da atividade e das funções respetivas de cada um (Rodrigues, 2017).

A gestão do treino integra a organização de interesses, motivações de um grupo com objetivos comuns, que deverão refletir-se numa transformação de comportamentos e principalmente atitudes, tendo por base um modelo de intervenção do treinador, ou seja, princípios orientadores que regem o trabalho a desenvolver e mais que o tudo o treinador terá que ser conhecedor das vantagens e limitações desses princípios (Garganta, 2004).

Este estudo enquadra-se num contexto de futebol semiprofissional, onde a função foi de treinador-adjunto e analista de jogo, que permitiu ter acesso a todos os jogos da equipa e ao trabalho realizado diariamente.

Neste capítulo serão abordados os conceitos essenciais à compreensão e execução do estudo, bem como os seus objetivos, fases e metodologias.

Este estudo, teve como objetivo, verificar êxito das movimentações ofensivas coletivas padronizadas desde a etapa de criação até ao término de execução da mesma, num contexto semiprofissional, no Campeonato Nacional de Seniores – Campeonato de Portugal – Série D.

2 - OBJETIVOS DO ESTUDO

Objetivos do estudo são: verificar no modelo de jogo, os movimentos ofensivos padronizados, identificar através da análise de vídeo a ocorrência dos movimentos em competição, detalhar e pormenorizar toda a movimentação desde o início (etapa de criação de ações de finalização – sector intermédio) ao seu término. Após toda essa análise detalhada, verificar se teve êxito, ou se não teve êxito.

Objetivos passam por toda a observação, reflexão, análise pormenorizada das jogadas requeridas de forma a alterar, melhorar e potenciar comportamentos mais corretos dos treinadores e jogadores ao longo da época desportiva.

Sendo o objetivo de verificar as movimentações coletivas ofensivas padronizadas de uma equipa profissional de futebol, e sendo o processo ofensivo um conjunto de ações que originam momentos de grande avaliação, torna-se importante retirarmos o momento de construção das ações ofensivas, para que dessa forma seja definido uma zona mais específica do início dessas mesmas ações.

Assim, analisámos todas as ações que iniciem na 2ª etapa do processo ofensivo, a etapa de criação de situações de finalização.

Toda a análise destas ações, foi efetuada com recurso a um programa de corte e edições de vídeos, do Windows 10.

Pretende-se também, atingir um objetivo individual com os jogadores, demonstrando o número de ações que cada jogador participa, e objetivos coletivos de todas as ações estudadas e retiradas dos momentos de aquisição (treino) e competitivos (jogos oficiais), demonstrando toda a interferência que estas ações do jogo têm no modelo de jogo da equipa. Assim pretende-se uma evolução e desenvolvimento de cada jogador em prol do coletivo, de forma a que os objetivos propostos sejam atingidos.

3 - ENQUADRAMENTO TEÓRICO

O futebol, é um desporto que coloca duas equipas, formadas por onze jogadores cada (dez jogadores de campo e um guarda-redes), para se confrontarem. O objetivo é fazer entrar a bola na baliza da equipa adversária, respeitando as regras do jogo.

Torna-se fundamental, enquadrarmos o jogo de futebol numa ótica teórica, dividindo-o por etapas e zonas do campo. Sendo que o estudo verificará as jogadas iniciadas apenas na etapa de criação.

3.1 - ETAPAS DO JOGO DE FUTEBOL

As etapas do jogo de Futebol são três, para cada Momento do Jogo. Do Processo Ofensivo fazem parte: a Construção, Criação de Situações de Finalização e Finalização. Enquanto que para o Processo Defensivo as etapas são: o Equilíbrio Defensivo, Recuperação Defensiva e Defesa Propriamente dita. Utilizando as definições de Castelo (1996) e Quina (2001) serão de seguida, descritas as diferentes etapas.

Falaremos especificamente sobre o processo ofensivo, pois é a ação ofensiva que estudarei e analisarei neste projeto. O processo ofensivo divide-se por três momentos de jogo:

→ **Construção**

Esta é a etapa do ataque mais fácil e frequentemente observável no jogo, na qual se despende mais tempo com a sua realização. A construção do processo ofensivo procura assegurar, o deslocamento da bola da zona de recuperação para as áreas vitais do terreno de jogo. Consta de circulações, combinações e ações táticas individuais e coletivas visando a progressão da bola para as zonas propícias à finalização. A circulação da bola pelos vários jogadores deve ser realizada de uma forma contínua, fluente e eficaz, evitando-se ao máximo a perda da bola, criando-se uma contínua instabilidade e conseqüentemente desequilíbrios na organização defensiva adversária.

→ **Criação de Situações de Finalização**

A criação de situações de finalização é a etapa do processo ofensivo, que visa fundamentalmente assegurar nas zonas predominantes de finalização, a desorganização da estrutura defensiva adversária, através de ações técnico-táticas individuais e coletivas, para conseguir criar as situações mais favoráveis à concretização imediata do objetivo do jogo- o golo. Normalmente esta etapa acontece numa zona do espaço de jogo onde se encontra um grande número de jogadores, sobretudo defesas. Por esta razão deve ser objetivada por combinações “mais ricas” do ponto de vista tático (binómio espaço/tempo), pois, só assim é possível provocar as roturas desejadas e necessárias à implementação da fase seguinte, isto é, a fase de finalização.

→ **Finalização**

Esta etapa do processo ofensivo culmina todo o trabalho realizado pela equipa com vista à obtenção do golo e é objetivada pela ação técnico-tática individual de remate. Ocorre numa zona restrita do terreno de jogo, onde a pressão dos adversários é elevada e o espaço de realização muito curto. Conseqüentemente, as condições para a sua execução exigem uma precisão e velocidade elevados, em que a espontaneidade, a determinação e a criatividade são as componentes mais evidentes. A responsabilidade de concretizar e valorizar aquilo que foi construído através do esforço coletivo, é de apenas um jogador, aquele que objetiva esta etapa do ataque.

Assim, temos que processo ofensivo é um grande momento ou uma forma de fazer a leitura do jogo, permitindo a equipa saber em que momento deve realizar determinada movimentação.

Cada treinador define como a equipa levará a bola para a frente, como a colocará na área e como vai tentar rematar a bola.

Uma equipa inicia o processo ofensivo a partir do momento que recupera a posse de bola, e termina este processo quando fica sem a posse da mesma, seja através de remates, bolas para fora do campo ou desarmes por parte da equipa adversária.

A segunda fase do processo ofensivo termina com a criação de situações de finalização. Independentemente da estratégia da equipa ou do processo utilizado durante a terceira fase, esta é uma fase indispensável a todas as equipas, pois é neste momento que a equipa consegue criar situações favoráveis para finalizar na partida, utilizando movimentos padronizados e/ou pontuais de forma a criar desequilíbrio na organização defensiva adversária.

A finalização é a fase mais curta das três fases do processo ofensivo. Ocorre mais perto da baliza, onde o espaço e o tempo para rematar são extremamente reduzidos e a pressão adversária é muito forte.

3.2 - MODELO DE JOGO

Como refere Castelo (1994), a aprendizagem e o aperfeiçoamento dos jogadores ou da equipa, só são altamente rentabilizados, quando são contemplados contextos situacionais que evoquem realidades competitivas. Só a partir destes ambientes parece possível recrutar corretamente os diferentes mecanismos, que suportam as tomadas de decisão e as ações motoras de resposta à situação problema, bem como a outras que se baseiam em mecanismos de emergência de resposta motora. Partindo da referência de Castelo, realçar que ao longo do estágio, na realização de exercícios padronizados, verificou-se que estes eram maioritariamente realizados sem oposição. Variava o tempo, o número, o tipo de combinação e o espaço a explorar, mas variava pouco na forma, sendo que o exercício padronizado sem oposição foi claramente o mais executado.

No Futebol é frequente dizer-se que conforme se quer jogar, assim se deve treinar, o que sugere uma relação de interdependência e reciprocidade entre a preparação e a competição. Tal relação é consubstanciada por um dos princípios do treino, o princípio da especificidade, que preconiza que sejam treinados os aspetos que se prendem diretamente como o jogo, no sentido de viabilizar a maior transferência possível das aquisições operadas no treino para o contexto específico do jogo (Garganta, 1997).

Atualmente, uma das preocupações centrais do treinador passa por desenvolver o processo de treino a partir de planeamentos e de programações fortemente influenciados por modelos: de jogo, de jogador, de treino e de preparação (Frade, 1985; Queiroz, 1986; Pinto & Garganta, 1996; Castelo, 1994; Garganta 1996).

Como tal, os conceitos de Modelo de Jogo e, por inerência, de Modelo de Treino, Modelo de Jogador, Modelo de Preparação e sua correspondência dinâmica, constituem pressupostos que têm vindo a adquirir uma importância crescente na procura de uma maior eficácia dos jogadores e das equipas (Frade, 1985; Queiroz, 1986; Castelo, 1994; Garganta, 1996; Garganta & Pinto, 1998).

Modelo de Jogo deve preconizar, de forma metódica e sistemática, um corpo de ideias acerca de como se pretende que o jogo seja praticado, definindo de modo conciso as tarefas e os comportamentos tático-técnicos exigíveis aos jogadores (Queiroz, 1986). Seguindo esta referência de Queiroz, o modelo de jogo da equipa independentemente do momento da época estava bem ciente na minha cabeça o que cada treinador pretendia, e assim permitiu-me verificar se os comportamentos táticos executados pelos jogadores eram realizados de acordo com o treinado.

3.2.1 - Modelo de Análise do Jogo

Importante realçar que além do modelo de jogo, o modelo de análise do jogo torna-se fundamental clarificar. De acordo com Amieiro (2005) e Castelo et al. (2000), uma equipa profissional deve conhecer a forma de jogar da equipa adversária para ter informação sobre as qualidades do adversário no plano técnico, tático, físico e psicológico. Ventura (2013), define como principal objetivo da observação e análise de jogo obter informação detalhada, e de qualidade, da atividade competitiva da sua equipa e dos adversários, com vista ao controlo e operacionalização do processo de treino. Garganta (1997), defende a observação e análise de jogo como uma forma de interpretar a organização e as ações que promovem a qualidade do jogo, e tornar os conteúdos do treino mais específicos, por forma a estabelecer planos táticos mais adequados (Ventura, 2013; Sarmiento, Pereira et al. 2014). Ventura (2013), reforça que o ensino ou treino está intimamente dependente de uma análise que permita melhorar a performance desportiva, para induzir mudanças comportamentais nos atletas. Vázquez (2012), complementa esta ideia, referindo que a análise da própria equipa procura comprovar em que medida um conjunto de ações dos jogadores vão ao encontro do plano de jogo preparado anteriormente. A análise de jogo está relacionada com a avaliação da própria equipa e dos adversários, como forma de, posteriormente à análise, adaptar o processo de treino para preparar a equipa para a competição (Ventura, 2013). Esta ideia encontra-se expressa no estudo de Sarmiento, Pereira et al. (2014), sugerindo que os treinadores

portugueses tendem a adaptar o seu processo de treino, com a alteração dos exercícios ou de variantes de exercícios, em função das características do adversário.

3.3 - SÍNTESE DO ENQUADRAMENTO TEÓRICO E LIGAÇÃO COM OS OBJETIVOS DO ESTUDO

Referindo os autores, Partington, Cushion, Cope, e Harvey (2015) “assumem que com a utilização de vídeo como suporte para o processo reflexivo”, e sintetizando todo o objetivo do estudo que visa a análise de MOC padronizadas, torna-se importante verificar que a ligação entre o processo de treino, a competição e a visualização desses momentos através de uma análise posterior em vídeo, permite que sejam retiradas várias ilações a favor de uma melhor compreensão desses momentos visionados. A reflexão das ações identificadas e visualizadas, permite aos treinadores, terem uma melhor perceção das alterações que devem efetuar na procura de melhorar e alterar os seus comportamentos em prol da evolução da equipa. Por outro lado, o visionamento por parte dos jogadores, permite-os terem a ideia coerente e real das ações que realizaram nesses mesmos momentos. Por estas razões é possível afirmar, que o visionamento do jogo da própria equipa pela equipa técnica, e a vídeo análise demonstrada aos jogadores dos próprios jogos, contribuíram para a assimilação do modelo de jogo, e para a melhoria dos processos defensivos e ofensivos, e nesse mesmo ponto de vista, a otimização relativamente à execução das movimentações ofensivas padronizadas.

Uma vez que o estudo trata a análise do modelo de jogo da equipa e o seu transfere para a competição, no processo ofensivo, de referir que o processo ofensivo está dividido em três momentos: construção de ações de finalização, criação de situações de finalização e finalização. No estudo, abordou-se apenas os MOP a partir da segunda fase, a “criação de situações de finalização”.

Segundo Castelo (1996), “a criação de situações de finalização é a fase do processo ofensivo, que visa fundamentalmente assegurar nas zonas predominantes de finalização, a desorganização do método defensivo adversário criando-se os pressupostos mais vantajosos, através de ações técnico-táticas individuais e coletivas, para a concretização imediata do objetivo do jogo. Sendo efetuado numa zona do espaço de jogo onde afluem um grande número de jogadores (essencialmente em atitude defensiva), é nesta fase do ataque que culminam as combinações “mais ricas” do ponto de vista tático (binómio espaço/tempo), pois, só assim é possível provocar as roturas necessárias à implementação da fase seguinte, isto é, a fase de finalização.”

3.4 - CIRCULAÇÕES ALVO, PADRONIZADOS EM TREINO, E SEU ENQUADRAMENTO NO CALENDÁRIO DE ÉPOCA

Com o estudo das movimentações padronizadas coletivas em etapas de criação, torna-se importante verificar ao longo da época desportiva, o número de vezes que as mesmas foram especificamente treinadas e automatizadas nas unidades de treino da equipa. Desta forma, torna-se mais simples verificar visualmente os treinos em que o exercício padronizado se efetuou, o dia do microciclo que se inseriu, obrigando assim a uma organização do estagiário na identificação clara das movimentações pretendidas pelos treinadores principais, fator facilitador na identificação das mesmas no momento da competição que era o objetivo do estudo.

De carácter informativo, descreve-se a forma dos exercícios padronizados realizados, com a identificação da unidade de treino, o espaço do exercício e duração do mesmo.

Tabela 5 - Enquadramento dos Exercícios Padronizados em Treino (azul), ao longo da época desportiva.

	Julho	Agosto	Setembro	Outubro	Novembro	Dezembro	Janeiro	Fevereiro	Março	Abril	Maio
1 D	Q ABB	S	S	Q	S	S	T	S	S	S	Q
2 S	Q	D 4ªMoura (AC) (C)	T	S	S	D 13ªCF Vasco da Gama (F)	Q	S	S	T	Q
3 T	S	S	Q	S	S	S	Q	D 20ªSC OIHanense (F)	D 24ªReal SC (C)	Q	S
4 Q	S	PE Belenenses S23	T	Q	D 10ªSG Sacavense (C)	T	S	S	S	Q	S
5 Q	D	Q	S	S	S	Q	S	T	T	S	D 33ªCasa Pia (F)
6 S	S	Q	S	S	T	Q	D 16ª Casa Pia AC (C)	Q	Q	S	S
7 S	T	S	D 7ªReal SC (F)	Q	S	S	S	Q	Q	D 23ªC Oriental (F)	T
8 D	Q	S	S	Q	S	S	T	S	S	S	Q
9 S	Q	D 1ªTaça De Portugal	T	S	S	D 14ªCF "Os Armazenenses" (C)	Q	S	S	T	Q
10 T	S	S	Q	S	S	S	Q	D 21ªMoura AC (F)	D 25ªCO Montijo (F)	Q	S
11 Q	S	T	Q	D 11ªSC Praiense (F)	T	S	S	S	S	Q	S
12 Q	D 1ª Redondense (C)	Q	S	S	S	Q	S	T	T	S	D 34ªFC Ferreiras @
13 S	S	Q	S	T	Q	S	D 17ªFC Ferreiras (F)	Q	Q	S	S
14 S	PE Sacavense	T	S	D 8ª CO Montijo (C)	Q	S	S	Q	Q	D 30ªCF Vasco da Gama (C)	T
15 D	Q	S	S	Q	S	S	T	S	S	S	Q
16 S	Q	D 5ªCD Pinhalnense (F)	T	S	S	D 15ªSC Ideal (F)	Q	S	S	T	Q
17 T	S	S	Q	S	S	S	Q	D 22ªCD Pinhalnense (C)	D 26ªSC Angrense (C)	Q	S
18 Q	S	T	Q	D 12ªC Oriental (C)	T	S	S	S	S	Q	S
19 Q	PE Estoril	D 2ª 1ª Dezembro (F)	Q	S	S	Q	S	T	T	S	D
20 S	S	Q	S	T	Q	S	D 18ªRedondense FC (F)	Q	Q	S	S
21 S	PE Nacional	T	S	D 3ªTaça De Portugal	Q	S	S	Q	Q	D 31ªCF "Os Armazenenses" (F)	T
22 D	Q	S	S	Q	S	S	T	S	S	S	Q
23 S	Q	D 6ª Louletano DC (C)	T	S	S	D	Q	S	S	T	S
24 T	S	S	Q	Q	S	S	Q	D 23ªLouletano DC (F)	D 27ªSG Sacavense (F)	Q	S
25 Q	PE Sporting S23	S	T	Q	D	T	S	S	S	Q	S
26 Q	S	D 3ª OIHanense (C)	Q	S	S	Q	S	T	T	S	D
27 S	S	Q	S	T	Q	Q	D 19ªSU 1ª Dezembro	Q	Q	S	S
28 S	PE Torneio	T	S	D 9ªSC Angrense (F)	Q	S	S	Q	Q	D 32ªSC Ideal (C)	T
29 D	Q	S	S	Q	S	S	T	S	S	S	Q
30 S	Q	D 2ªTaça De Portugal	T	S	S	D	Q	S	S	T	Q
31 T	S	S	Q	S	S	S	Q	D 28ªSC Praiense (C)	S	S	S

Mesociclo 1 – Microciclo 2

Un. Treino 5	10/07/2018	Medideira	10h00	3/4 Campo	36'min
Organização Ofensiva: Construção – Saída a 3, [Gr+4def+1med], Circulação Ofensiva: [5x2+Gr]					

Mesociclo 1 – Microciclo 3

Un. Treino 9	17/07/2018	Medideira	10h00	3/4 Campo	25'min
Circulação tática ofensiva: GR+10 x 0 + GR					

Mesociclo 1 – Microciclo 4

Un. Treino 13	24/07/2018	Medideira	10h00	3/4 Campo	25'min
Circulação tática ofensiva: GR+10 x 0 + GR A) Cruzamento do Extremo, B) Cruzamento do Médio Interior ou Ofensivo, C) Cruzamento do Lateral					

Mesociclo 1 – Microciclo 4

Un. Treino 14	27/07/2018	Serrado	10h00	3/4 Campo	24'min
Jogo: 1ª Jornada Redondense (Casa): Circulação tática ofensiva: GR+10 x 0 + GR					

Mesociclo 2 – Microciclo 7

Un. Treino 27	17/08/2018	Medideira	10h00	3/4 Campo	20'min
Jogo: 2ª Jornada 1º Dezembro (Fora): Circulação tática ofensiva: GR+10 x 0 + GR com Construção: A) Lateral a cruzar B) MOF a cruzar. Criação: C) Cruzamento lateral contrário a cruzar (EXT dentro)					

Mesociclo 2 – Microciclo 8

Un. Treino 31	23/08/2018	Serrado	10h00	3/4 Campo	25'min
Jogo: 3ª Jornada Olhanense (Casa): Circulação tática ofensiva: GR+10x0+GR. Construção: A) GR c/bola, cruzamento Médio interior + Médio ofensivo. Criação: B) Terminar pelo corredor central + Variação de Corredor					

Mesociclo 3 – Microciclo 9

Un. Treino 36	30/08/2018	Serrado	10h00	3/4 Campo	25'min
Jogo: 4ª Jornada Moura (Casa): Circulação tática ofensiva: GR+10x0+GR 1) DC – MINT longo – DL fora 2) Lateral contrário – DC – EXT dentro – DL baixo 3) Lateral contrário – Médio interior (Saída a 3) – Extremo Dentro ou Lateral fora 4) DC – Lateral em profundidade					

Mesociclo 3 – Microciclo 10

Un. Treino 41	07/09/2018	Serrado	10h00	3/4 Campo	25'min
---------------	------------	---------	-------	-----------	--------

Jogo: 1ºTP Louletano (Casa): Circulação tática ofensiva: GR+10x0+GR 1) Criação pelo corredor
2) Criação, saída a 3 com o término no corredor contrário

Mesociclo 3 – Microciclo 11

Un. Treino 45 13/09/2018 Serrado 10h00 3/4 Campo 30' min

Jogo: 5ªJornada Pinhalnovense (Fora): Circulação tática ofensiva: GR+10x8+GR. 1) Criação com variação de corredor, explorar espaço nas costas da linha defensiva, através de Lateral por fora/Extremo por dentro

Mesociclo 3 – Microciclo 12

Un. Treino 50 20/09/2018 Serrado 10h00 3/4 Campo 30' min

Jogo: 6ªJornada Louletano (Casa): Circulação tática ofensiva: GR+10x0+GR. 1) DC – MINT longo – DL fora
2) Lateral contrário – DC – EXT dentro – DL baixo 3) Lateral contrário – Médio interior (Saída a 3) – Extremo Dentro ou Lateral fora 4) DC – Lateral em profundidade

Mesociclo 3 – Microciclo 13

Un. Treino 54 27/09/2018 Serrado 10h00 3/4 Campo 25' min

Jogo: 2ºTP Lamego (Casa): Circulação tática ofensiva: GR+10x0+GR 1) Construção: saída pelo corredor contrário 2) Criação: com disputa de bola com TR, equipa tem de ganhar a bola para atacar defesa passiva, se falhar na finalização transição defensiva rápida

Mesociclo 4 – Microciclo 14

Un. Treino 59 04/10/2018 Medideira 10h00 3/4 Campo 20' min

Jogo: 7ªJornada Real Massamá (Fora): Circulação Ofensiva tática: GR+10 x 0 x Gr. Construção desde GR:
1) DC-DL-DC-DLc Cruzamento do Extremo – Decisão dos jogadores na criação 2) DC progressão- Extremo dentro- Lateral fora-Cruzamento Médio Interior. Criação: Saída pelo corredor contrário 3) DC – DC contrário – Lateral contrário: Combinação c/Extremo para criar 3x2

Mesociclo 4 – Microciclo 15

Un. Treino 64 11/10/2018 Medideira 10h00 3/4 Campo 35' min

Jogo: 8ªJornada Montijo (Casa): Circulação Ofensiva tática: GR + 10 x 0 + Gr. Construção: Desde Gr c/ 2ªbola a finalizar A1) GR-DC-MI-DL-PL-EXT A2) MOF – Decisão DLc ou EXTc B1) GR-DC-MI-Mic-DLc-EXTc-DLc B2) MOF-EXTcC) GR-DC-Mic-DCc-EXTc-DLc-MOF Criação: DC – DL – decidir como chegar ao jogador alvo, com MDEF D) Lateral – Extremo ou PL-MI-EXT E) DL-EXT-PL ou MI-Lateral F) DL-PL-MOF-PL, MI ou EXT

Mesociclo 4 – Microciclo 16

Un. Treino 68 17/10/2018 Medideira 10h00 3/4 Campo 35' min

Jogo: 3ºTP Belenenses SAD (Casa): Circulação Ofensiva tática: Construção GR, Criação e Finalização A) GR-DC dentro-MI apoio frontal-DL: 2x1 c/ EXT ou PL B) GR-DC frente-EXT dentro/baixo apoio frontal-DL profundidade C) GR-DC-DL-DLc-2x1 no corredor

Mesociclo 5 – Microciclo 17

Un. Treino 73	25/10/2018	Serrado	10h00	3/4 Campo	25'min
Jogo: 9ª Jornada Angrense (Fora): Circulação tática ofensiva: GR+10x0+GR 1) Construção: combinações desde GR 2) Criação: A) DC – LAT – EXT dentro p/fora – LAT dentro – EXT cruza B) DC – EXT dentro – LAT fora – EXT rotura por dentro e cruza C) DC – LAT dentro – DCc – EXT dentro – LAT fora – MOF cruza D) DC – Mic – DCc – LATc condução e cruza					

Mesociclo 5 – Microciclo 18

Un. Treino 77	01/11/2018	Serrado	10h00	3/4 Campo	30'min
Jogo: 10ª Jornada Sacavenense (Casa): Circulação tática ofensiva: GR+10x10+GR 1) GR – DC – DCc – LAT – EXT dentro – LAT fora 2) GR – DC – DCc progressão – EXT dentro apoio frontal – LAT fora – Rotura MINT 3) GR – DC – DCc progressão – MOF baixa – MINTc – EXT dentro – LAT fora – EXT profundidade					

Mesociclo 5 – Microciclo 19

Un. Treino 82	08/11/2018	Serrado	10h00	3/4 Campo	25'min
Jogo: 11ª Jornada Praiense (Fora): Circulação tática ofensiva: GR+10x0+GR 1) Criação pelo corredor 2) Criação, saída a 3 com o término no corredor contrário					

Mesociclo 5 – Microciclo 21

Un. Treino 91	23/11/2018	Serrado	10h00	2/3 Campo	20'min
Jogo: Sem Competição: Circulação tática ofensiva: GR+10x6+GR 1) Bola inicia no GR com superioridade numérica, equipa em inferioridade pontua com recuperação ativa e liga com TR (colocados na posição dos EXTs)					

Mesociclo 6 – Microciclo 22

Un. Treino 94	29/11/2018	Serrado	10h00	3/4 Campo	25'min
Jogo: 13ª Jornada Vidigueira (Fora): Circulação tática ofensiva: GR+10x0+GR 1) Construção: combinações desde GR 2) Criação: A) corredor lateral (EXT ou LAT a cruzar) B) LAT ou DC – PL em apoio frontal, roturas MINT para finalizar C) Saída pelo DCc – EXT dentro – LAT – MOF na rotura na lateral para cruzar D) DCc – PL com apoio frontal – roturas EXTs p/finalizar					

2º Momento de Época – Entrada Treinador Principal Pedro Russiano

Mesociclo 1 – Microciclo 3

Un. Treino 20	30/12/2018	Estágio Luso	10h30	3/4 Campo	30'min
Jogo: 16ª Jornada Casa Pia (Casa): Circulação tática ofensiva: GR + 10 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3. Finalização após circulação ofensiva +2ª Bola para finalizar					

Mesociclo 2 – Microciclo 5

Un. Treino 30	11/01/2019	Serrado	10h00	3/4 Campo	25'min
<p>Jogo: 17ª Jornada Ferreiras (Fora): Circulação tática ofensiva: GR + 10 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3. Finalização após circulação ofensiva +2º Bola para finalizar</p>					

Mesociclo 2 – Microciclo 7

Un. Treino 41	25/01/2019	Serrado	10h00	3/4 Campo	30'min
<p>Jogo: 19ª Jornada 1º Dezembro (casa): Circulação tática ofensiva: GR + 10 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3. Finalização após circulação ofensiva +2º Bola para finalizar</p>					

Mesociclo 3 – Microciclo 10

Un. Treino 55	15/02/2019	Medideira	10h00	3/4 Campo	30'min
<p>Jogo: 22ª Jornada Pinhalnovoense (Casa): Circulação tática ofensiva: GR + 10 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3. Finalização após circulação ofensiva +2º Bola para finalizar</p>					

Mesociclo 3 – Microciclo 11

Un. Treino 59	22/02/2019	Medideira	10h00	3/4 Campo	30'min
<p>Jogo: 23ª Jornada Louletano (Fora): Circulação tática ofensiva: GR + 10 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3. Finalização após circulação ofensiva +2º Bola para finalizar</p>					

Mesociclo 4 – Microciclo 16

Un. Treino 79	28/03/2019	Medideira	10h00	3/4 Campo	30'min
<p>Jogo: 28ª Jornada Praiense (Casa): Circulação tática ofensiva: GR + 10 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3. Finalização após circulação ofensiva +2º Bola para finalizar</p>					

Mesociclo 5 – Microciclo 17

Un. Treino	05/04/2019	Medideira	10h00	Meio Campo	30´min
<p>Jogo: 29ª Jornada Oriental (Fora): Circulação tática ofensiva: GR + 8 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3 com finalização após circulação ofensiva +2ª bola para finalizar. Variante: A) Bola a começar parada pelo Central simulando livre ofensivo curto (10´) B) Bola a iniciar do lançamento lateral (10´) C) Batida do GR tanto para D Centrais, Laterais e Médios (10´)</p>					

Mesociclo 5 – Microciclo 18

Un. Treino	12/04/2019	Medideira	10h00	Meio Campo	30´min
<p>Jogo: 30ª Jornada Vidigueira (Casa): Circulação tática ofensiva: GR + 8 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3 com finalização após circulação ofensiva +2ª bola para finalizar. Variante: A) Bola a começar parada pelo Central simulando livre ofensivo curto (10´) B) Bola a iniciar do lançamento lateral (10´) C) Batida do GR tanto para D Centrais, Laterais e Médios (10´)</p>					

Mesociclo 6 - Microciclo 20

Un. Treino	03/05/2019	Medideira	10h00	Meio Campo	30´min
<p>Jogo: 33ª Jornada Casa Pia (Fora): Circulação tática ofensiva: GR + 8 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3 com finalização após circulação ofensiva +2ª bola para finalizar. Variante: A) Bola a começar parada pelo Central simulando livre ofensivo curto (10´) B) Bola a iniciar do lançamento lateral (10´) C) Batida do GR tanto para D Centrais, Laterais e Médios (10´)</p>					

Mesociclo 6 - Microciclo 21

Un. Treino	10/05/2019	Medideira	10h00	Meio Campo	30´min
<p>Jogo: 34ª Jornada Ferreiras (Casa): Circulação tática ofensiva: GR + 8 x 0 + GR A) Lateral a cruzar (Lateral/Extremo/Médio Interior /Lateral) B) Extremo a cruzar (Defesa central/Lateral/PL/Extremo) C) Médio Interior (D central/Médio Defensivo/ Médio Interior/D central/Lateral/M.int) D) Ao fim destas jogadas fazer saída a 3 com finalização após circulação ofensiva +2ª bola para finalizar. Variante: A) Bola a começar parada pelo Central simulando livre ofensivo curto (10´) B) Bola a iniciar do lançamento lateral (10´) C) Batida do GR tanto para D Centrais, Laterais e Médios (10´)</p>					

4 - CRONOGRAMA E EXPLICAÇÃO DOS PARÂMETROS ADICIONADOS

Como projeto de estudo, elaborei um cronograma de estágio que à partida satisfazia as necessidades do mesmo, parecendo completo e adequado. Acontece, que com o desenvolvimento do estudo e a necessidade de implementar mais algumas codificações de cada ação, aumentei o mesmo. Tanto na razão, pelo qual o jogador teria interferido de forma negativa à ação observada e estudada se realizar até ao seu término com êxito, como na razão, de quando a jogada com êxito ser “parcial” e não total.

Assim sendo o cronograma perspectivado no projeto de estágio era o seguinte:

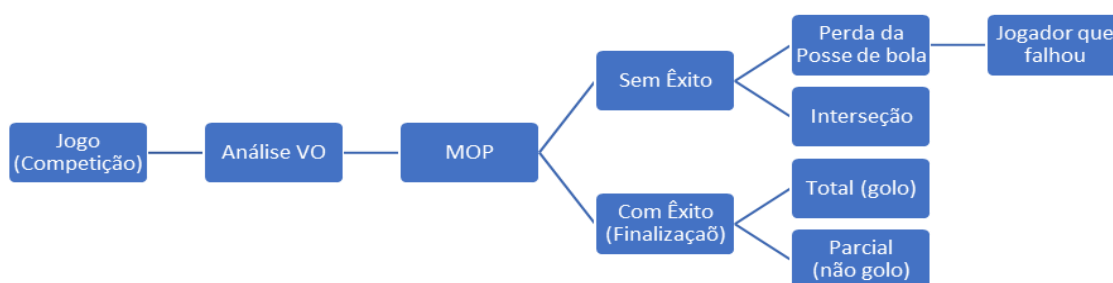


Figura 9 - Cronograma Inicial do Estudo

Com as adaptações executadas pela necessidade que o estudo requeria, de forma a que ficasse mais completo e contextualizado, o cronograma final do estudo ficou da seguinte forma:



Figura 10 - Cronograma Final do Estudo

5 - METODOLOGIA

5.1 - CARACTERIZAÇÃO DA AMOSTRA

- 34 Jogos de Futebol, do Campeonato de Portugal 2018/2019 – Série D.

5.2 - MATERIAIS A UTILIZAR E RECURSOS NECESSÁRIOS

- Câmara de filmar, tripés e computador portátil;
- Software de análise e observação em vídeo (editor de vídeo Windows 10, Videobserver, Longomatch)
- Recursos humanos (jogadores do Amora Futebol Clube, Sad).

5.3 - TAREFAS, PROCEDIMENTOS E PROTOCOLOS

- Visualizar e identificar a ação ofensiva, que contém todos os requisitos para a sua seleção (início em fase de criação, não haver pressão inicial do adversário que permitia a equipa realizar a movimentação padrão);
- Recortar o clip de vídeo, utilizando um dos softwares;
- Analisar toda a movimentação detalhadamente, verificando os seus pressupostos: número efetivo de jogadas efetuadas (MOP- etapa de criação), o êxito das mesmas (existência de finalização ou não), o tipo de êxito se a finalização for efetuada (parcial - com remate e o fator que condicionou a ser parcial) ou (total – com remate e golo), a caracterização da razão do não êxito (perda da posse de bola) ou (interceção), e o fator do insucesso da ação (não êxito - praticante que cometeu o erro e o porquê do insucesso);
- Através de todos estes procedimentos, recolha dos dados e subdivisão das MOP pelos seus pressupostos de análise e comparação.

5.4 - CRONOGRAMA FINAL DO ESTUDO

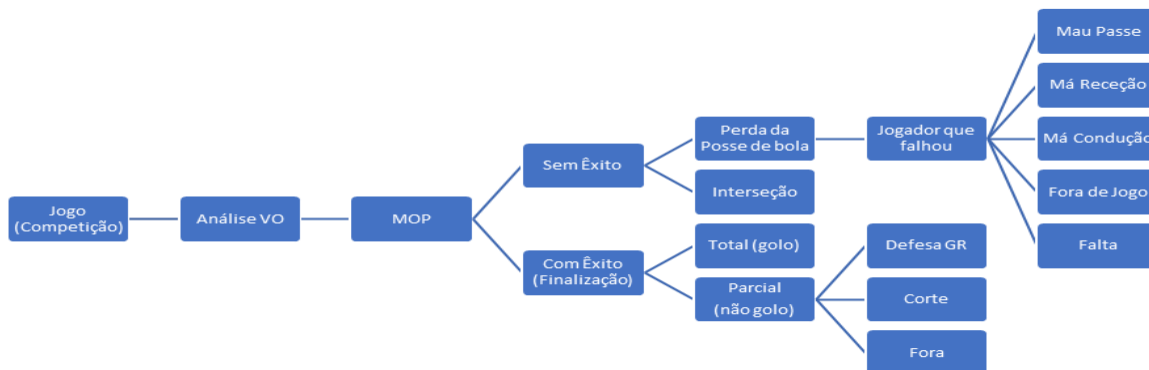


Figura 11 - Cronograma Final do Estudo

5.4.1 - Especificação do Cronograma do Estudo

Jogo (Competição): 34^aJornadas do Campeonato Nacional de Seniores – Campeonato de Portugal 2018/2019 – Série D

MOP: Visualização do jogo, Identificação das jogadas ofensivas padronizadas em etapa de criação, corte das ações em clips de vídeo.

Análise da MOP: a não existência de finalização (Sem Êxito), a existência de finalização (Com Êxito).

Sem Êxito: Perda da posse de bola: origem o término da jogada, jogador que falhou a execução ou foi o último a poder ter tomada de decisão. Consequentemente, a razão pela qual falhou.

Sem Êxito: Interseção: corte da bola durante um passe entre dois jogadores feita pelo adversário.

Com Êxito: Total: concretização do objetivo do jogo, o golo.

Com Êxito: Parcial: sem concretização do objetivo do jogo, o golo. Consequentemente, a razão do impedimento, entre defesa do guarda-redes, corte (interseção na trajetória para a baliza) e fora (remate não enquadrado com a baliza).

5.5 - LIMITAÇÕES DO ESTUDO

- Número de ações é sempre imprevisível, pois depende de fatores como: modelo do jogo do adversário, comportamento do adversário e capacidade da equipa executar esses movimentos padronizados pretendidos;
- Limitações temporais e espaciais, contexto de imprevisibilidade de condições de filmagem;
- Poucos estudos realizados na procura de observar e analisar estas ações específicas na segunda fase do processo ofensivo.

6 - ESTUDO – ANÁLISE DAS MOP

Toda a análise das MOP, consistiu na identificação e contabilização do número de jogadas por jogo e posteriormente a sua interpretação. De toda a análise surge a tabela de todas as MOP identificadas, por jornada e número de jogadas realizadas, bem como a sua codificação.

Tabela 6 - Análise das MOP

Jornada	Nº Jogadas	S/Êxito	Perda da Posse	Interseção	C/Êxito	Parcial	Fora	Defesa Gr	Corte	Total
1º	32	27	17	10	5	3	1	1	1	2
2º	6	4	1	3	2	2	1	0	1	0
3º	11	10	7	3	1	1	1	0	0	0
4º	19	15	10	5	4	2	0	1	1	2
5º	17	13	5	8	4	3	1	2	0	1
6º	18	15	10	5	3	2	1	1	0	1
7º	19	19	9	10	0	0	0	0	0	0
8º	18	16	9	7	2	1	0	0	1	1
9º	9	7	3	4	2	2	1	1	0	0
10º	10	7	5	2	3	2	0	0	2	1
11º	24	23	11	12	1	1	0	1	0	0
12º	8	7	3	4	1	0	0	0	0	1
13º	7	6	6	0	1	1	1	0	0	0
14º	8	6	4	2	2	2	2	0	0	0
15º	14	10	5	5	4	4	3	0	1	0
16º	13	8	6	2	5	4	1	1	2	1
17º	21	17	7	10	4	4	1	3	0	0

18º	43	35	23	12	8	7	1	4	2	1
19º	23	21	13	8	2	2	0	2	0	0
20º	18	14	9	5	4	4	3	1	0	0
21º	22	20	12	8	2	2	0	1	1	0
22º	19	17	10	7	2	2	1	0	1	0
23º	25	22	8	14	3	3	1	2	0	0
24º	15	14	8	6	1	0	0	0	0	1
25º	14	11	4	7	3	2	0	2	0	1
26º	27	23	11	12	4	3	0	1	2	1
27º	19	18	11	7	1	1	0	1	0	0
28º	10	10	8	2	0	0	0	0	0	0
29º	26	25	14	11	1	1	0	1	0	0
30º	13	7	2	5	6	5	3	1	1	1
31º	8	4	2	2	4	4	1	1	2	0
32º	18	15	6	9	3	3	2	0	1	0
33º	11	11	5	6	0	0	0	0	0	0
34º	26	15	7	8	11	8	0	6	2	3
TOTAIS	591	492	271	221	99	81	26	34	21	18
%Êxito	100%	83%			17%					
%S/Êxito		100%	55%	45%						
%C/Êxito					100%	82%				18%
%Totais	100%	83%				14%				3%

6.1 - ANÁLISE DAS MOP – SEM ÊXITO VS COM ÊXITO

Após identificação, visualização, codificação das MOP desde a etapa de criação ao longo dos 34 jogos oficiais, do Campeonato Nacional de Seniores, época 2018-2019, verifica-se um total de 591 jogadas. Sendo que 492 jogadas terminam sem êxito (ausência de finalização) correspondendo a 83% da totalidade das mesmas, e 99 jogadas com êxito (com finalização) correspondendo a 17% da totalidade das mesmas. Verifica-se assim que apenas 17% das jogadas obtidas comportam oportunidade de golo, o que é claramente um número reduzido tendo em vista aquilo que foi a produção de jogadas da equipa, e a intenção da concretização do objetivo do jogo, o golo.

Estes resultados vão ao encontro da interpretação de vários autores, que afirmam que o futebol, devido às suas características específicas, quando é comparado com outros jogos desportivos coletivos, apresenta-se como uma modalidade com reduzidos níveis de eficácia. Uma das características que influencia, e muito, este nível é a relação existente no Futebol entre o número de ações de ataque e os golos obtidos, sendo esta relação muito reduzida (Castelo, 1994; 1996; Garganta & Pinto, 1994; Yiannakos & Armatas, 2006; Szwarc, 2007). Isto é, o Futebol revela ser uma modalidade desportiva com baixa eficácia ofensiva, pois apenas aproximadamente 10% dos ataques terminam em remate e apenas 1% em golo (Castelo, 1996; Hughes, 1990). Assim, com a raridade existente de golos num jogo, é provavelmente essencial que as equipas para ter sucesso, necessitem de possuir um processo ofensivo eficaz e eficiente (Yamanaka et al. 1988; Szwarc, 2007).

Em suma, podemos afirmar que, o processo ofensivo no Futebol se encontra em desvantagem, pois as equipas possuem processos ofensivos pouco eficazes, fazendo com que o jogo seja cada vez menos apetecível e fascinante. Esta desvantagem é já por si um motivo de interesse que nos desperta uma vontade de perceber melhor a dinâmica das ações ofensivas. Pois um ataque que resulte em golo é reflexo de um “bom” futebol, assim como condição imprescindível para tornar os jogos mais atrativos (Garganta et al., 1995).

6.2 - ANÁLISE DAS MOP SEM ÊXITO – PERDA DA POSSE DE BOLA VS INTERSEÇÃO

As MOP identificadas “Sem Êxito”, que não contemplam finalização perfizeram um total de 492 jogadas. Das quais, 271 jogadas correspondentes a 55% da sua totalidade, foram perdas de posse de bola por diversos motivos, entre eles: maus passes (passes direcionados para fora), más receções, más conduções de bola (conduções efetuadas para fora do terreno de jogo), foras-de-jogo, e faltas sofridas ou cometidas.

As restantes MOP identificadas “Sem Êxito”, num total de 221 jogadas correspondentes a 45% da sua totalidade, foram interseções do adversário, onde se atribui ao adversário a capacidade de evitar a continuação da MOP em etapa de criação da equipa.

Todas estas situações de jogo originaram perdas da posse de bola e conseqüentemente o término da MOP em etapa de criação, identificada como “Sem Êxito – Perda da Posse de Bola”.

6.3 - ANÁLISE DAS MOP COM ÊXITO – PARCIAL VS TOTAL

As MOP identificadas “Com Êxito”, que contemplam a finalização num total de 99 jogadas (17% do total das MOP efetuadas), sendo que definidas por “Com êxito – Parcial”, as que não obtiveram o objetivo do jogo, o golo, e “Com Êxito – Total” as que delas originou o golo.

Das MOP “Com Êxito – Parcial” correspondente a 81 jogadas (82% das jogadas), foram subdivididas por os motivos de não golo, são eles: fora (26 jogadas) quando o atacante finaliza sem acertar na baliza, defesa do GR (34 jogadas), e corte (21 jogadas), quando adversário interceta a trajetória da bola quer em direção à baliza ou fora.

Das MOP “Com Êxito – Total” corresponde a 18 jogadas (18% das jogadas), que terminaram com o objetivo do jogo, o golo.

O remate é sem dúvida a ação técnico-tática mais importante no processo ofensivo (Castelo, 1996). Segundo (Hughes, 1973, 1980, 1990), "o que é surpreendente, é que as análises revelam, em qualquer nível ou escalões de rendimento, que uma alta percentagem de oportunidades (situações de finalização) para rematar não são aproveitadas". Mesmo em alto nível, acrescenta o mesmo autor (1990) "a média do número de remates por jogo é cerca de 13 e o golo é conseguido em cada sete tentativas".

Dos dados obtidos pelo nosso estudo, verificamos remates em 99 jogadas ao longo dos 34 jogos, o que perfaz uma média aproximadamente 3 remates por jogo efetuados pela equipa, um resultado muito inferior às referências para obtenção de maior número de golos.

Podemos justificar estes resultados relativamente baixos, com o modelo de jogo da equipa, no seu processo ofensivo, a equipa procurava sempre um futebol positivo, com ataques posicionais controlados, atraindo os adversários a um corredor lateral para depois aproveitar os espaços no corredor lateral contrário para situações de cruzamento, ou 1x1 dos extremos com laterais adversários, pois os extremos eram os melhores jogadores da equipa. Este futebol apoiado, de posse e controlo do ritmo de jogo, fazia com que a bola não chegasse tantas vezes a zonas de finalização que originassem remates. Mas quando se chegava a zonas de finalização, era sempre com grandes condições para se finalizar corretamente, e a percentagem de golos diz-nos isso mesmo como verificaremos na análise seguinte.

6.4 - ANÁLISE DAS MOP COM ÊXITO – TOTAL

De todas as MOP identificadas conclui-se que das 591 jogadas, 492 (correspondente a 83%) foram “Sem Êxito”, 81 jogadas (correspondente a 14%) foram “Com Êxito – Parcial” e 18 jogadas (correspondente a 3%) foram “Com Êxito – Total”, onde foi atingido o objetivo do jogo, o golo.

Como referido anteriormente, segundo (Castelo, 1996; Hughes, 1990) apenas 1% das oportunidades de golo dão golo efetivo, relacionando aos resultados obtidos de 3%, é importante referir que penas verificámos as jogadas iniciadas em etapa de criação de forma organizada e padronizada, sendo excluídas todas as outras ações que podem originar ou não finalização. Como

por exemplo: jogadas iniciadas em etapa de construção num jogo mais direto para zonas mais próximas do último terço ofensivo, jogadas provenientes de lançamentos laterais no último terço ofensivo, esquemas táticos ofensivos, entre outras. Dessa forma, sendo óbvio que a discrepância do número de jogadas efetuadas, para as que são finalizadas, e ainda para as que contemplam o objetivo do jogo (o golo), podemos concluir que estes 3% é um número acima do referenciado, mas com condicionantes que beneficiam um número mais “positivo”.

7 - ANÁLISE DAS MOP – JOGOS EM CASA (VISITADO) VS FORA (VISITANTE)

Tabela 7 - Análise das MOP - Jogos em Casa (Visitado) vs. Fora (Visitante)

Data	Hora	Adversário	Casa/Fora	Jornada	Nº Criação	Resultado
12/08/2018	17h	Redondense	Casa	1º	32	4-0 V
19/08/2018	17h	1º Dezembro	Fora	2º	6	0-0 E
26/08/2018	17h	Olhanense	Casa	3º	11	2-1 V
02/09/2018	17h	Moura	Casa	4º	19	2-0 V
16/09/2018	15h	Pinhalnovense	Fora	5º	17	1-2 V
23/09/2018	15h	Louletano	Casa	6º	18	1-0 V
07/10/2018	15h	Real Massamá	Fora	7º	19	2-0 D
14/10/2018	15h	Montijo	Casa	8º	18	2-1 V
28/10/2018	16h	Angrense	Fora	9º	9	2-0 D
04/11/2018	15h	Sacavenense	Casa	10º	10	3-3 E
11/11/2018	16h	Praiense	Fora	11º	24	2-0 D
18/11/2018	15h	Oriental	Casa	12º	8	1-0 V
02/12/2018	15h	Vidigueira	Fora	13º	7	1-1 E
09/12/2018	15h	Armazenenses	Casa	14º	8	1-1 E
16/12/2018	16h	Sp. Ideal	Fora	15º	14	1-0 D
06/01/2019	15h	Casa Pia	Casa	16º	13	1-0 V
13/01/2019	15h	Ferreiras	Fora	17º	21	1-1 E
20/01/2019	15h	Redondense	Fora	18º	43	1-2 V
27/01/2019	15h	1º Dezembro	Casa	19º	23	2-3 D
03/02/2019	15h	Olhanense	Fora	20º	18	3-1 D
10/02/2019	15h	Moura	Fora	21º	22	0-1 V
17/02/2019	15h	Pinhalnovense	Casa	22º	19	2-1 V
24/02/2019	15h	Louletano	Fora	23º	25	1-0 D
03/03/2019	15h	Real Massamá	Casa	24º	15	3-2 V
10/03/2019	15h	Montijo	Fora	25º	14	1-2 V
17/03/2019	14h30	Angrense	Casa	26º	27	3-1 V
31/03/2019	16h	Praiense	Casa	27º	19	2-0 V

07/04/2019	16h	Oriental	Fora	28º	10	1-0 D
14/04/2019	16h	Vidigueira	Casa	29º	26	3-1 V
20/04/2019	16h	Armacenenses	Fora	30º	13	1-1 E
25/04/2019	16h	Sacavenense	Fora	31º	8	2-0 D
28/04/2019	16h	Sp. Ideal	Casa	32º	18	2-1 V
05/05/2019	17h	Casa Pia	Fora	33º	11	1-0 D
12/05/2019	17h	Ferreiras	Casa	34º	26	3-0 V

Tabela 8 - Análise das MOP - Jogos em Casa (Visitado) vs. Fora (Visitante), simplificada

Número Total de Jogadas:	591
Casa	310 (53%, média 18 jogadas por jogo)
Fora	281 (47%, média 16 jogadas por jogo)

Num total de 591 jogadas realizadas ao longo da época 2018-2019, resulta que 310 jogadas resultaram na condição de visitado (53%, média de 18 p/jogo), e 281 jogadas na condição de visitante (47%, média 16 p/jogo).

Verifica-se no total das MOP em etapa de criação, que o fator casa torna-se diferenciado pela positiva, observando-se um maior número de jogadas por jogo, sendo que a diferença (2 jogadas por jogo) não é muito significativa ao ponto que seja uma real referência de estudo das MOP, mas demonstra uma pequena vantagem.

7.1 - ANÁLISE DAS MOP – NÚMERO DE CRIAÇÕES E RESULTADO (RELAÇÃO PONTUAL)

Tabela 9 - Análise das MOP - Número de Criações e Resultado (Relação Pontual), simplificada

Número Jogadas	Resultado	Pontos
371	18 Vitórias (21 jogadas p/jogo)	54
59	6 Empates (10 jogadas p/jogo)	6
161	10 Derrotas (16 jogadas p/jogo)	0

Nesta análise específica, o número de jogadas realizadas não pode ser tomado em consideração dado a diferença no número de jogos. O que podemos considerar é a média de jogadas por jogo, e é notório que nos jogos que o resultado determinou a vitória, o número de jogadas por jogo foi superior.

Podemos verificar, que nos jogos terminados com empate, a média do número de jogadas realizadas foi inferior, comparativamente aos jogos que terminaram com vitória e derrota, o que pode indicar equilíbrio no jogo e dificuldade na criação das MOP. Analisando a derrota, e um

número intermédio de jogadas MOP, podemos pensar que a equipa enfrentando um resultado negativo, procura atacar de forma a pontuar no jogo. Assim, verifica-se que quanto maior o número de ações MOP, mais vezes a equipa está em posse de bola, e em processo ofensivo, estando assim mais próxima de obter a vitória.

7.2 - ANÁLISE DAS MOP - 1º E 2º VOLTA

Tabela 10 - Análise das MOP - 1º e 2º Volta, simplificada

Volta	Nº Jogadas MOP	Pontos Obtidos
1º Volta	254	29
2º Volta	337	31
Totais:	591	60

Verificou-se um aumento significativo do número de jogadas da 1ª volta (254 jogadas) para a 2ª volta (337 jogadas), o que indica que a automatização das MOP em etapa de criação acompanha o estado evolutivo de uma equipa ao longo do seu período competitivo. Maior conhecimento do seu modelo de jogo por parte dos jogadores ao longo da época, e das variantes das movimentações ofensivas padronizadas, otimizou a capacidade de a equipa produzir e criar um maior número de momentos ofensivos em etapa de criação.

Já a correlação MOP, entre número de jogadas e pontos obtidos, verificou-se que na 1ª volta bastaram 254 jogadas para a equipa obter 29 pontos (8 jogadas por ponto obtido), e na 2ª volta foram necessárias 337 jogadas para a equipa obter 31 pontos (10 jogadas por ponto obtido).

8 - ANÁLISE DAS MOP - NÚMERO DE CRIAÇÕES VS DIFICULDADE DO ADVERSÁRIO E DIFERENTE ENTRE PARTES DO JOGO

Tabela 11 – Análise das MOP – Número de Criações vs. Dificuldade do Adversário e Diferença entre Partes do Jogo

Data	Hora	Adversário	Classificação Adversário	Jornada	Nº Criação	1ºP	2ºP
12/08/2018	17h	Redondense	18º	1º	32	21	11
19/08/2018	17h	1º Dezembro	7º	2º	6	3	3
26/08/2018	17h	Olhanense	5º	3º	11	8	3
02/09/2018	17h	Moura	15º	4º	19	12	7
16/09/2018	15h	Pinhalnovense	12º	5º	17	6	11
23/09/2018	15h	Louletano	9º	6º	18	14	4

07/10/2018	15h	Real Massamá	3 ^º	7 ^º	19	12	7
14/10/2018	15h	Montijo	10 ^º	8 ^º	18	14	4
28/10/2018	16h	Angrense	16 ^º	9 ^º	9	6	3
04/11/2018	15h	Sacavenense	13 ^º	10 ^º	10	10	0
11/11/2018	16h	Praiense	1 ^º	11 ^º	24	13	11
18/11/2018	15h	Oriental	4 ^º	12 ^º	8	5	3
02/12/2018	15h	Vidigueira	14 ^º	13 ^º	7	6	1
09/12/2018	15h	Armacenenses	8 ^º	14 ^º	8	4	4
16/12/2018	16h	Sp. Ideal	11 ^º	15 ^º	14	6	8
06/01/2019	15h	Casa Pia	2 ^º	16 ^º	13	6	7
13/01/2019	15h	Ferreiras	17 ^º	17 ^º	21	13	8
20/01/2019	15h	Redondense	18 ^º	18 ^º	43	24	19
27/01/2019	15h	1º Dezembro	7 ^º	19 ^º	23	12	11
03/02/2019	15h	Olhanense	5 ^º	20 ^º	18	10	8
10/02/2019	15h	Moura	15 ^º	21 ^º	22	18	4
17/02/2019	15h	Pinhalnovense	12 ^º	22 ^º	19	12	7
24/02/2019	15h	Louletano	9 ^º	23 ^º	25	13	12
03/03/2019	15h	Real Massamá	3 ^º	24 ^º	15	10	5
10/03/2019	15h	Montijo	10 ^º	25 ^º	14	10	4
17/03/2019	14h30	Angrense	16 ^º	26 ^º	27	15	12
31/03/2019	16h	Praiense	1 ^º	27 ^º	19	7	12
07/04/2019	16h	Oriental	4 ^º	28 ^º	10	5	5
14/04/2019	16h	Vidigueira	14 ^º	29 ^º	26	11	15
20/04/2019	16h	Armacenenses	8 ^º	30 ^º	13	5	8
25/04/2019	16h	Sacavenense	13 ^º	31 ^º	8	2	6
28/04/2019	16h	Ideal	11 ^º	32 ^º	18	14	4
05/05/2019	17h	Casa Pia	2 ^º	33 ^º	11	5	6
12/05/2019	17h	Ferreiras	17 ^º	34 ^º	26	14	12
Totais:					591	346	245
%:					100%	59%	41%

Tabela 12 - Análise das MOP - Número de Criações vs. Dificuldade do Adversário (Classificação do Adversário no Final da Época Desportiva), simplificada

Classificação Adversário	Nº Jogos	Nº de Jogadas	Média por Jogo
1º ao 5º	10	148	14.8
7º ao 12º	14	211	15.1
13º ao 18º	10	232	23.2

Referir que o clube ficou no 6º lugar da tabela classificativa, e para esta análise foram criados 3 níveis diferenciados, através de o parâmetro de exigência/dificuldade que o adversário apresentaria em cada jogo, dado a sua classificação no final do campeonato.

Para esta análise será importante referir que terá de se ter em atenção o número da média de jogadas por jogo, e não o número de jogadas pois o número de jogos é diferenciado.

Assim, é notório uma igualdade no número de jogadas efetuadas por jogo quando os adversários estavam entre o 1º e o 12º lugar da tabela classificativa. Estes resultados demonstram-nos que a equipa produzia o mesmo número de jogadas contra estes adversários, indicando que se enquadra no grupo de equipas com esta valia, para além de demonstrar o equilíbrio maioritário existente na competição.

Comparativamente às equipas do 13º ao 18º lugar, verificou-se que a equipa conseguia produzir um maior número de jogadas por jogo, aumentando assim a probabilidade de chegar ao objetivo do jogo, o golo.

8.1 - ANÁLISE DAS MOP - 1ºPARTE VS 2ºPARTE

Tabela 13 - Análise das MOP - 1ºParte vs. 2ºParte, simplificada

Diferença entre Partes do Jogo		
Partes	1ºParte (0-45min)	2ºParte (45-90min)
Número de Jogadas	346	245
%Total	59%	41%

Na comparação das MOP em etapa de criação, por partes do jogo, é notória que as ações ocorriam com maior número durante os primeiros 45 minutos de jogo, cerca de 346 jogadas (correspondente a 59%), contra as 245 jogadas (correspondentes a 41%) verificadas durante os segundos 45 minutos.

A razão para esta possível diferença prende-se com a frescura física, mental, emocional e predisposição dos jogadores para a competição e as tarefas no início do jogo, sem que o jogo ainda não tenha provocado qualquer tipo de condicionante restritiva em todos esses parâmetros.

8.2 - INFLUÊNCIA DAS MOP NA ALTERAÇÃO DOS MOMENTOS - MUDANÇA EQUIPA TÉCNICA

Entre a 12ª e 14ª jornada, verificou-se uma redução significativa do número de jogadas na fase de criação. Sendo o número de jogadas maioritariamente de dois dígitos, e nessas jornadas mencionadas não se sucedeu, levando à saída do treinador principal Luís Carvalhas (Litos).

A razão deste acontecimento, prende-se com a relação direta entre o número de jogadas em fase de criação, e a exibição da equipa, pois quanto mais vezes a equipa está em etapa de criação com bola dominada, mais vezes demonstra o domínio do próprio jogo, sendo associado a uma melhor exibição. Tendo a equipa menos bola, menos nível exibicional, e uma descrença na sua capacidade de criar situações de finalização, torna-se alvo de ajuste e avaliação com conotação negativa, pelos seus associados e direção do clube.

A entrada do treinador principal Pedro Russiano, altera esse paradigma imediatamente, colocando a equipa novamente com um número de ações na fase de criação, de dois dígitos. Decorria a 15ª jornada, entre a 15ª e 30ª jornada, verificou-se um aumento significativo do número de jogadas em criação, levando a equipa a fazer uma segunda volta quantitativamente melhor, no número de movimentações padronizadas em etapas de criação.

9 - CONCLUSÕES DO ESTUDO

Este estudo, teve como objetivo principal, verificar êxito das movimentações ofensivas coletivas padronizadas desde a etapa de criação até ao término de execução da mesma, num contexto semiprofissional, no Campeonato Nacional de Seniores – Campeonato de Portugal – Série D.

Para que isto acontecesse, verificou-se no modelo de jogo, os movimentos ofensivos padronizados. Após identificados através da análise de vídeo, a ocorrência destes movimentos em competição, com o seu início na etapa de criação de ações de finalização (sector intermédio) ao seu término, verificou-se o êxito ou não êxito dos mesmos.

Assim, das MOP identificadas, 492 jogadas terminam sem êxito (ausência de finalização) correspondendo a 83%, e 99 jogadas com êxito (com finalização) correspondendo a 17%.

Destacando os 17% de êxito, e verificando que o número obtido no estudo é superior às referências de outros autores (10% de êxito no processo ofensivo), é importante referir que o estudo contempla as jogadas iniciadas na fase de criação, e não todo o processo ofensivo como os outros autores. Concluímos assim, uma maior de êxito neste estudo, o que é positivo, mas salvaguardando essa condicionante vantajosa.

Relativamente às MOP identificadas “Sem Êxito”, que não contemplam finalização, 271 jogadas correspondentes a 55%, foram perdas de posse de bola por diversos motivos, entre eles: maus passes (passes direcionados para fora), más receções, más conduções de bola (conduções efetuadas para fora do terreno de jogo), foras-de-jogo, e faltas sofridas ou cometidas. As restantes MOP identificadas “Sem Êxito”, num total de 221 jogadas correspondentes a 45%, foram interceções do adversário, onde se atribui ao adversário a capacidade de evitar a continuação da MOP. Observando os 55% de perdas de posse, e de responsabilidade atribuída à própria equipa e não ao adversário, verifica-se uma margem enorme para melhoria da equipa nestas ações, concluindo-se que estas ações deveriam ser treinadas com maior regularidade ao longo da época desportiva.

Verificando as MOP identificadas “Com Êxito”, que contemplam a finalização num total de 99 jogadas (17% do total das MOP efetuadas), definidas por “Com êxito – Parcial”, as que não obtiveram o objetivo do jogo, o golo, e “Com Êxito – Total” as que delas originou o golo. Das MOP “Com Êxito – Parcial”, 81 jogadas (82% das jogadas), foram subdivididas por os motivos de não golo, são eles: fora (26 jogadas) quando o atacante finaliza sem acertar na baliza, defesa do GR (34 jogadas), e corte (21 jogadas), quando adversário interceta a trajetória da bola quer em direção à baliza ou fora. Das MOP “Com Êxito – Total” corresponde a 18 jogadas (18% das jogadas), que terminaram com o objetivo do jogo, o golo. Conclui-se desta análise, que há espaço para que esta % de êxito total aumente, com a melhoria da capacidade de finalização do atacante, baixando assim o número de finalizações desperdiçadas diretamente para fora e sem intervenção do adversário. Segue-se aqui, o raciocínio anteriormente referido, que o treino destas ações padronizadas em etapa de criação deve ser realizado com maior regularidade, na tentativa de melhorar a performance da equipa (atacante) na finalização.

Das MOP identificadas conclui-se que das 591 jogadas, 492 (correspondente a 83%) foram “Sem Êxito”, 81 jogadas (correspondente a 14%) foram “Com Êxito – Parcial” e 18 jogadas (correspondente a 3%) foram “Com Êxito – Total”, onde foi atingido o objetivo do jogo, o golo. Analisando os 3% de êxito total (o golo), e relembando os autores referenciados ao longo do estudo, segundo (Castelo, 1996; Hughes, 1990) “apenas 1% das oportunidades de golo, dão golo

efetivo”, concluímos que: os resultados obtidos de 3%, é um número acima do referenciado, mas com condicionantes que beneficiam um número superior e mais “positivo”. Pois, como dito anteriormente, o estudo apresentado pelos autores é relativamente a todo o processo ofensivo, e não partindo de etapas mais avançadas do processo ofensivo, como a etapa de criação.

Num total de 591 jogadas realizadas ao longo da época 2018-2019, resulta que 310 jogadas resultaram na condição de visitado (53%, média de 18 p/jogo), e 281 jogadas na condição de visitante (47%, média 16 p/jogo). Verifica-se no total das MOP em etapa de criação, que o fator casa torna-se diferenciado pela positiva, observando-se um maior número de jogadas por jogo, sendo que a diferença (2 jogadas por jogo) não é muito significativa, ao ponto que seja uma real referência de estudo das MOP, mas demonstra uma pequena vantagem.

Na análise do número de jogadas efetuadas e resultado obtido, 371 jogadas resultaram em 18 vitórias (21 por jogo), 59 jogadas em 6 empates (10 por jogo) e 161 jogadas em 10 derrotas (16 por jogo), é notório que nos jogos que o resultado determinou a vitória, o número de jogadas por jogo foi superior. Assim, conclui-se, que quanto maior o número de ações MOP mais vezes a equipa está em posse de bola, e em processo ofensivo, estando assim mais próxima da vitória.

Verificou-se também, um aumento significativo do número de jogadas da 1ª volta (254 jogadas) para a 2ª volta (337 jogadas), o que indica que a automatização das MOP em etapa de criação acompanha o estado evolutivo de uma equipa, ao longo do seu período competitivo. Conclui-se assim, que maior conhecimento do seu modelo de jogo por parte dos jogadores ao longo da época, e das variantes das movimentações ofensivas padronizadas, otimizou a capacidade de a equipa produzir e criar um maior número de momentos ofensivos em etapa de criação.

Já a comparação das MOP, entre número de jogadas e pontos obtidos, verificou-se que na 1ª volta bastaram 254 jogadas para a equipa obter 29 pontos (8 jogadas por ponto obtido), e na 2ª volta foram necessárias 337 jogadas para a equipa obter 31 pontos (10 jogadas por ponto obtido). Conclui-se que apesar de ser um número diferencial de apenas 2 jogadas, cada ponto saiu mais “caro” à equipa, o que indica que a equipa na 2ª volta teve um decréscimo na capacidade de finalização.

Para análise das MOP, tendo em conta a sua produção com a valia do adversário, é importante referir que o clube ficou no 6º lugar da tabela classificativa, e foram criados 3 níveis diferenciados, através de o parâmetro de exigência/dificuldade que o adversário apresentaria em cada jogo, dado a sua classificação no final do campeonato. Verificou-se, uma igualdade no número de jogadas efetuadas por jogo quando os adversários estavam entre o 1º e o 12º lugar da tabela classificativa (médias 14,8 e 15,1 jogadas por jogo, respetivamente). Conclui-se assim, que a equipa

produzia o mesmo número de jogadas contra estes adversários, indicando que se enquadra no grupo de equipas com esta valia, para além de demonstrar o equilíbrio maioritário existente na competição. Comparativamente às equipas do 13º ao 18º lugar, verificou-se que a equipa conseguia produzir um maior número de jogadas por jogo (23,2 jogadas por jogo), aumentando assim a probabilidade de chegar ao objetivo do jogo, o golo.

Na comparação das MOP em etapa de criação, por partes do jogo, é notória que as ações ocorriam com maior número durante os primeiros 45 minutos de jogo, cerca de 346 jogadas (correspondente a 59%), contra as 245 jogadas (correspondentes a 41%) verificadas durante os segundos 45 minutos. Conclui-se que, a razão para esta possível diferença se prende com a frescura física, mental, emocional e predisposição dos jogadores para a competição e as tarefas no início do jogo, sem que o jogo ainda não tenha provocado qualquer tipo de condicionante restritiva em todos esses parâmetros.

Entre a 12ª e 14ª jornada, verificou-se uma redução significativa do número de jogadas na fase de criação. Sendo o número de jogadas maioritariamente de dois dígitos, e nessas jornadas mencionadas não se sucedeu, levando à mudança da equipa técnica, e saída do treinador principal Luís Carvalhas (Litos). Conclui-se que, a razão deste acontecimento, prende-se com a relação direta entre o número de jogadas em fase de criação, e a exibição da equipa, pois quanto mais vezes a equipa está em etapa de criação com bola dominada, mais vezes demonstra o domínio do próprio jogo, sendo associado a uma melhor exibição. Tendo a equipa menos bola, menos nível exibicional, e uma descrença na sua capacidade de criar situações de finalização, torna-se alvo de ajuste e avaliação com conotação negativa, pelos seus associados e direção do clube.

Em suma, podemos afirmar que, o processo ofensivo no Futebol se encontra em desvantagem, pois as equipas possuem processos ofensivos pouco eficazes, fazendo com que o jogo seja cada vez menos apetecível e fascinante. Esta desvantagem é já por si um motivo de interesse que nos desperta uma vontade de perceber melhor a dinâmica das ações ofensivas. Pois, “um ataque que resulte em golo é reflexo de um “bom” futebol, assim como condição imprescindível para tornar os jogos mais atrativos (Garganta et al., 1995).

Numa perspetiva mais individualizada, pretendia-se semanalmente com a análise das MOP, demonstrar aos jogadores, as jogadas que participavam e a razão de não haver mais êxito das mesmas. Concluiu-se assim, que o objetivo foi atingido, porque muitas das jogadas eram selecionadas para a vídeo análise da própria equipa, e todos entendiam os êxitos ou não êxito das mesmas, provocando uma reflexão e crescimento individual, em prol do coletivo.

PARTE IV - REFLEXÃO FINAL

Este estágio teve o enquadramento ideal para percepção de todo o planeamento necessário na otimização do rendimento dos atletas/equipa, num contexto semiprofissional de futebol, permitindo também um conhecimento total do modelo de jogo idealizado pelo treinador principal, condicionante à partida fulcral para a realização do estudo.

Este enquadramento, permitiu ao estagiário, ser parte integrante de uma equipa semiprofissional, recheada de jogadores com qualidade de excelência, que estes contextos competitivos exigem. O trajeto de crescimento e evolução ao longo da época desportiva dentro do clube, permitiram uma aprendizagem fundamental para a evolução de competências muito importantes para o seu desenvolvimento como treinador.

Desta forma atingiu-se todos objetivos inicialmente proposto na realização do estágio, referenciado os de maior relevância como: a aquisição de competência de liderança de grupo e treino com jogadores vindos de divisões profissionais; a capacidade de planeamento do treino e sua operacionalização; a melhoraria na análise do treino in loco e em vídeo; a capacidade de transferir o modelo de jogo treinado para a competição; a capacidade de análise de jogo in loco, para contribuição ativa na melhoria da equipa em competição; a utilização de softwares de análise de jogo, por consequência a melhoria na edição de vídeo e montagem tendo em conta o objetivo do mesmo e melhoria na preleção e comunicação à equipa dos vídeos realizados (análise da própria equipa em competição – modelo de jogo e análise do adversário – modelo de jogo).

Todo este percurso ao longo da época desportiva ganha maior relevância, quando o clube atinge os objetivos de época para o qual se propôs, a manutenção no campeonato nacional de seniores.

Destaque, que este estágio, foi ao encontro aos objetivos específicos do estudo que se propôs realizar, MOP da equipa, que se iniciem no sector intermédio do campo (etapa de criação). Observação dos treinos e jogos da equipa, e identificação das MOP realizadas, através de uma análise pós-jogo com o software de corte e edição de vídeos, que me permitiu retirar conclusões detalhadas e pormenorizadas sobre cada ação ofensiva padronizada realizada pela equipa com base no microciclo de trabalho.

Esta operacionalização do estudo e intervenção no seio de uma equipa semiprofissional de futebol, permitiu através dos seus recursos materiais e humanos, realizar este trabalho com as melhores condições possíveis de forma a que a intervenção, com base nas conclusões que se retiraram, permitiu uma clara demonstração da pertinência deste trabalho, onde apesar da percentagem reduzida das ações que terminam com sucesso, a quantidade das mesmas significa a superioridade da equipa perante o adversário, e isso demonstra a relevância que este momento do jogo tem no sucesso da equipa.

Assim verifica-se que os objetivos do estudo foram atingidos, conseguiu-se verificar no modelo de jogo os movimentos ofensivos padronizados, identificar através da análise de vídeo a ocorrência dos movimentos em competição, detalhar e pormenorizar toda a movimentação desde o início (etapa de criação de ações de finalização – sector intermédio) ao seu término, e após toda essa análise detalhada, a verificação do êxito ou não êxito.

Concluindo, e abordando o que foi realizado como um todo (estágio e estudo), a intervenção de um treinador adjunto/analista na equipa técnica de uma equipa do Campeonato Nacional de Seniores é de extrema importância, na observação de adversários, equipa, jogadores individualmente, estatísticas, para que numa passagem de informação ao treinador principal, haja um contributo válido para a melhoria da performance da equipa. Esta análise fundamentada por vídeos, observações e estudos realizados, permite também um crescimento dos próprios treinadores e equipa técnica, na perceção da relação treino/rendimento da equipa em treino e competição.

BIBLIOGRAFIA

Amieiro, N. (2005). Defesa à Zona no Futebol: um pretexto para refletir o “jogar” ... bem, ganhando! Visão e Contextos, Lisboa.

Castelo, J. (1994). Futebol - modelo técnico-tático do jogo. Lisboa: Edições Autor.

Castelo, J. (1996). Futebol - A organização do jogo. Edição do autor. Lisboa.

Castelo, J. (2000). O exercício de treino desportivo. Metodologia do treino desportivo, 31-135.

Castelo, J. (2006). Futebol – “Conceptualização e organização prática de 1100 exercícios específicos de treino”. Lisboa: Visão e contextos.

Frade, V. (1985). Alta competição no futebol: que exigências de tipo metodológico. Port:ISEF.

Garganta, J. & Oliveira, J. (1996): Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos. In: J. Oliveira & F. Tavares (eds.), Estratégia e Tática nos jogos Desportivos coletivos. (pp. 7-25). Porto: CEJD. FCDEF-UP.

Garganta, J. & Pinto, J. (1994). Ensino do futebol. In: A. Graça & J. Oliveira (eds.), O ensino dos jogos desportivos coletivos (pp. 97-137). Porto: CEJD, FCDEF-UP.

Garganta, J. (1996). Modelação da dimensão tática do jogo de futebol. In J. Oliveira & F. Tavares (Ed.) Estratégia e Tática nos Jogos Desportivos Coletivos. Porto: Centro de Estudos dos Jogos Desportivos da Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto, 63-82.

Garganta, J. (1997). Modelação tática do jogo de Futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento. Dissertação de Doutoramento. Porto: FCDEF-UP. Gomes, J. (2004). Estudo da Congruência entre a Periodização do Treino e os Modelos de Jogo, em Treinadores de Futebol de Alto Rendimento. Dissertação de mestrado. Porto: FCDEF-UP.

Garganta, J. (1998). Analisar o jogo nos jogos desportivos coletivos. Uma preocupação comum ao treinador e ao investigador. (Vol. 14). Horizonte.

- Garganta, J. (2004). Atrás do palco, nas oficinas do futebol. In: J. Garganta; J. Oliveira. M. Murad (eds.), Futebol de muitas cores e sabores (pp. 227-234). FCDEF-UP: Campo das Letras.
- Garganta, J. & Oliveira, J. (1996). Estratégia e tática nos jogos desportivos colectivos. In Estratégia e tática nos jogos desportivos colectivos: 7-23. J. Oliveira & F. Tavares (Eds.) CEJD. FCDEF-UP.
- Garganta, J., & Gréhaigne (1999). Abordagem sistémica do jogo de futebol: moda ou necessidade? Movimento (ESEF/UFRGS), 5(10), 40-50.
- Garganta, J., & Pinto, J. (1998). O ensino do Futebol. In Graça e Oliveira (Ed.), O Ensino dos jogos Desportivos Coletivos (3ªed.). Centro de Estudos dos Jogos Desportivos Coletivos da Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física da Universidade do Porto, 95-135.
- GARGANTA, J.; MAIA, J. & BASTO, F. (1995): Analysis of goal-scoring patterns of european top level soccer teams. Book of Abstracts-Third World Congress of Science and Football. Cardiff
- Gréhaigne, J., Billard, M., & Laroche, J. (1999). Collective sports teaching at school. Conception, construction, evaluation. De Boeck, Bruxelles.
- Hughes, C. (1973). Football tactics and teamwork, The EP. group of companies, England.
- Hughes, C. (1980). Soccer, Táticas and skills, British Broadcasting Corporation and Queen Anne press, London.
- Hughes, C. (1990). The Winning Formula. London: William Collins Sons & Co Ltd.
- James, N. (2012). Predicting performance over time using a case study in real tennis. Journal of Human Sport & Exercise, 7(2), 421-433.
- Mortágua, J & Garganta, J. (2002): Modelo de jogo em Andebol. Estudo da organização ofensiva de equipas portuguesas de alto rendimento. In: Estudos 3. (pp. 169-182). Porto: CEJD. FCDEF-UP.
- O'Donoghue, P. (2009). Research Methods for sports performance analysis. Routledge, London.
- Oliveira, G. (2004). Conhecimento específico em futebol. Contributos para a definição de uma matriz dinâmica do processo de ensino-aprendizagem/treino do jogo. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto, Porto, Portugal.

Oliveira, R. (2006). ALTERAÇÕES AO MODELO DE JOGO (?) A vertente estratégica do jogo – o scouting (observação e análise do adversário) e a sua influência na planificação de um jogo de futebol. Monografia de Licenciatura apresentada à Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro.

Partington, M., Cushion, C. J., Cope, E., & Harvey, S. (2015). The impact of video feedback on professional youth football coaches' reflection and practice behaviour: a longitudinal investigation of behaviour change. *Reflective Practice*, 16(5), 700–716.

Pinto, J. & Garganta, J. (1996). Contributo da Modelação da Competição e do Treino para a Evolução do Nível de jogo no Futebol. In J. Oliveira & F. Tavares (Eds.), *Estratégia e tática nos jogos desportivos* (83-94). Porto: Centro de estudos dos jogos desportivos, FCDEF-UP.

Queiroz, C. (1983). Para uma teoria do ensino/treino do futebol. *Futebol em Revista*, 1 (4), 47-49.

Queiroz, C. (1986). *Estrutura e organização dos exercícios de treino em Futebol*. Lisboa: FPF.

Quina, J. (2001). *Referências para a organização do jogo*. Instituto Politécnico de Bragança, Bragança.

Rodrigues, J. (2017). Para uma intervenção pedagógica eficaz do treinador. Em *Contributos para a Formação de Treinadores de Sucesso* (p. 254). Lisboa: Visão e Contextos, Edições e Representações, Lda.

Sarmiento, H., Anguera, M., Pereira, A., Marques, A., Campaniço, J., & Leitão, J. (2014). Patterns of Play in the Counterattack of Elite Football Teams – A Mixed Method Approach. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 14, 411-427.

Sarmiento, H., Pereira, A., Anguera, M., & Leitão, J. (2014). The Coaching Process in Football – A qualitative perspective. *Journal of Sports Science and Medicine*, 3(1), 9-16.

Sarmiento, H., Pereira, A., Matos, N., Campaniço, J., Anguera, M. T., & Leitão, J. (2013). English Premier League, Spain's La Liga and Italy's Serie's A – What's Different?. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 13, 773-789.

Szwarc, A. (2007). Efficacy of Successful and Unsuccessful Soccer Teams Taking Part in Finals of Champions League. *Research Yearbook*. Medsportpress, 13, (2), 221-225.

Szwarc, A. (2008). The Efficiency Model of Soccer Player's Actions in Cooperation with Other Team Players at The FIFA World Cup. *Human Movement*, 9 (1), 56-61.

Teodorescu, L. (1984). Problemas da teoria e metodologia nos desportos colectivos. Lisboa: Livros Horizonte.

Vázquez, A. (2012). Fútbol. Del Análisis del juego à la edición de informes técnicos. Moreno y Conde Sports.

Ventura, N. (2013). Observar para ganhar, o Scouting como Ferramenta do Treinador. Tipografia Lousanense, Lousã.

Yamanaka, K., Haga, S. & Shindo, M. (1988). Time and motion analysis in top class soccer games. In: T. Reilly, A. Lees, K. Davids and W. J. Murphy (eds.), *Sciences and Football*, (pp. 334-340). London: E & FN Spon.

Yiannakos, A. & Armatas, V. (2006). Evaluation of the goal scoring patterns in European Championship in Portugal 2004. *International Journal of Performance Analysis in Sport (electronic)*, 6 (1), 178-188

ANEXOS

ANEXO I - Calendarização e planeamento da pré-época desportiva



AMORA FUTEBOL CLUBE – Futebol SAD



PERÍODO – 07 de Julho a 05 de Agosto 2018

Data	Dia	Tipo	Hora	Local
07 de Julho	Sábado	Treino	10h00	Carla Sacramento
08 de Julho	Domingo	FOLGA		
09 de Julho	2ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
09 de Julho	2ª Feira	Treino	17h00	Carla Sacramento
10 de Julho	3ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
10 de Julho	3ª Feira	Treino	17h00	Carla Sacramento
11 de Julho	4ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
12 de Julho	5ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
13 de Julho	6ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
14 de Julho	Sábado	Sacavenense	10h00	Estádio da Medideira
15 de Julho	Domingo	FOLGA		
16 de Julho	2ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
17 de Julho	3ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
18 de Julho	4ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
19 de Julho	5ª Feira	Estoril Praia	17h00	Estoril
20 de Julho	6ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
21 de Julho	Sábado	Nacional da Madeira	16h00	Carla Sacramento
22 de Julho	Domingo	FOLGA		
23 de Julho	2ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
24 de Julho	3ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
25 de Julho	4ª Feira	Sporting CP Sub-23	10h30	Alcochete
26 de Julho	5ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
27 de Julho	6ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
28 de Julho	Sábado	TORNEIO ADIDAS	09h00	Carla Sacramento
29 de Julho	Domingo	FOLGA		
30 de Julho	2ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
31 de Julho	3ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
01 de Agosto	4ª Feira	ABB	10h00	Carla Sacramento
02 de Agosto	5ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
03 de Agosto	6ª Feira	Treino	10h00	Carla Sacramento
04 de Agosto	Sábado	CF "Os Belenenses"	17h00	Estádio Medideira
05 de Agosto	Folga	FOLGA		

- Planeamento sujeito a alterações

ANEXOS II - Planeamento Anual das Deslocações.

Campeonato de Portugal – Série D – Época 2018/2019

Adversário	Local	Data	Horário	Distância	Trajeto	Estádio	Contacto Adversário	Não Sócio	Convites
Redondense FC	Amora	12/08/18	17h						
SU 1º Dezembro	Sintra	19/08/18	17h	42km	A2/A37	Campo Conde de Sucena	secretaria@1dezembro.com		
SC Olinhense	Amora	26/08/18	17h						
Moura AC	Amora	02/09/18	17h						
CD Pinhalnovense	Pinhal Novo	16/09/18	15h	29km	A33	Campo Santos Jorge	cdpinhalnovense@outlook.com		
Louletano DC	Amora	23/09/18	15h						
Real SC	Massamá	07/10/18	15h	31km	A2	Complexo Real SC	geral@realsportclub.com		
CO Montijo	Amora	14/10/18	15h						
SC Angrense	Angra	28/10/18	15h	21km	Voo	Campo Municipal Angra	scangrense1929@gmail.com		
SG Sacavenense	Amora	04/11/18	15h						
SC Praiense	Praia Vitória	11/11/18	15h	4,3km	Voo	Estádio Municipal Praia	secretaria.sportclubpraiense@gmail.com		
C Oriental	Amora	18/11/18	15h						
CF Vasco da Gama	Vidigueira	02/12/18	15h	172km	A6/IP2	Estádio Municipal Vidigueira	cfvascodagama@gmail.com		
CF "Os Amacenenenses"	Amora	09/12/18	15h						
SC Ideal	Ribeira Grande	16/12/18	15h	24,9km	EN1-1A	Estádio Municipal Ribeira Grande	sportingideal@gmail.com		
Casa Pia AC	Amora	06/01/19	15h						
FC Ferreiras	Ferreiras	13/01/19	15h	238km	A2	Estádio da Nora	geral@fcreiras.com		
Redondense FC	Redondo	20/01/19	15h	157km	A2/A6	Campo do Calvário	redondensefc@gmail.com		
SU 1º Dezembro	Amora	27/01/19	15h						
SC Olinhense	Olhão	03/02/19	15h	270km	A2	Estádio José Arcaño	geral@scosad.pt		
Moura AC	Moura	10/02/19	15h	195km	A6	Estádio Moura AC	mourasatletico@gmail.com		
CD Pinhalnovense	Amora	17/02/19	15h						
Louletano DC	Loulé	24/02/19	15h	250km	A2	Estádio Municipal Loulé	louletanodc@mail.telepac.pt		
Real SC	Amora	03/03/19	15h						
CO Montijo	Montijo	10/03/19	15h	33km	A33	Campo da Liberdade	clubelimpicomontijo@gmail.com		
SC Angrense	Amora	17/03/19	15h						
SG Sacavenense	Sacavem	24/03/19	15h	34km	A2	Campo do Sacavenense	secretariasacavenense@gmail.com	5 €	20
SC Praiense	Amora	31/03/19	16h						
C Oriental	Marvila	07/04/19	16h	30km	A2	Estádio Eng Carlos Salema	comunicacao@oriental.pt		
CF Vasco da Gama	Amora	14/04/19	16h						
CF "Os Amacenenenses"	Armação Pêra	20/04/19	16h	249km	A2	Estádio Municipal Armação Pêra	info@cfamacenenenses.com		
SC Ideal	Amora	28/04/19	16h						
Casa Pia AC	Lisboa	05/05/19	17h	25km	A2	Estádio Pina Manique	geral@casapia-ac.pt		
FC Ferreiras	Amora	12/05/19	17h						


* Ilhas – Distância calculada entre o Aeroporto local e as instalações desportivas do clube visitado.

Planeamento Anual das Deslocações com datas FIFA - Imagem (formato papel, que se encontrava nos gabinetes da equipa técnica e diretor desportivo).

Campeonato de Portugal – Série D – Época 2018/2019

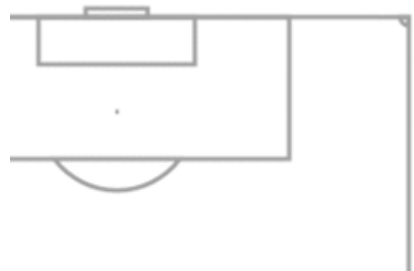
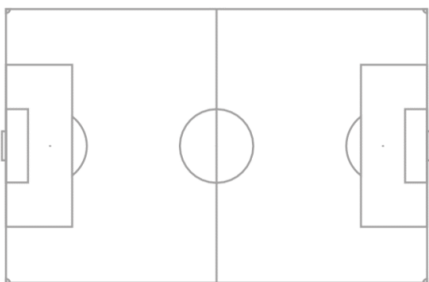
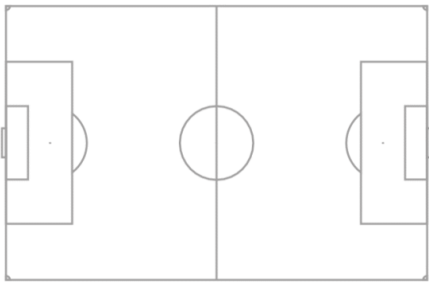
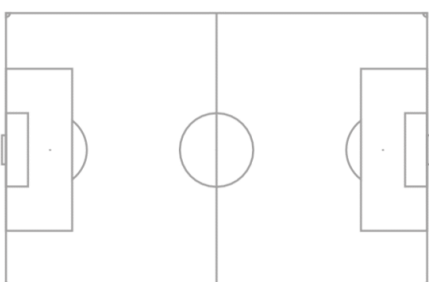
Adversário	Local	Data	Horário	Distância	Trajeto	Estádio	Contacto Adversário	Não Sócio	Convites	Data FIFA
Redondense FC	Amora	12/08/18	17h							
SU 1º Dezembro	Sintra	19/08/18	17h	42km	A2/A37	Campo Conde de Sucena	secretaria@1dezembro.com			
SC Olinhense	Amora	26/08/18	17h							
Moura AC	Amora	02/09/18	17h							
CD Pinhalnovense	Pinhal Novo	16/09/18	15h	29km	A33	Campo Santos Jorge	cdpinhalnovense@outlook.com			
Louletano DC	Amora	23/09/18	15h							
Real SC	Massamá	07/10/18	15h	31km	A2	Complexo Real SC	geral@realsportclub.com			
CO Montijo	Amora	14/10/18	15h							
SC Angrense	Angra	28/10/18	15h	21km	Voo	Campo Municipal Angra	scangrense1929@gmail.com			
SG Sacavenense	Amora	04/11/18	15h							
SC Praiense	Praia Vitória	11/11/18	15h	4,3km	Voo	Estádio Municipal Praia	secretaria.sportclubpraiense@gmail.com			
C Oriental	Amora	18/11/18	15h							
CF Vasco da Gama	Vidigueira	02/12/18	15h	172km	A6/IP2	Estádio Municipal Vidigueira	cfvascodagama@gmail.com			
CF "Os Amacenenenses"	Amora	09/12/18	15h							
SC Ideal	Ribeira Grande	16/12/18	15h	24,9km	EN1-1A	Estádio Municipal Ribeira Grande	sportingideal@gmail.com			
Casa Pia AC	Amora	06/01/19	15h							
FC Ferreiras	Ferreiras	13/01/19	15h	238km	A2	Estádio da Nora	geral@fcreiras.com			
Redondense FC	Redondo	20/01/19	15h	157km	A2/A6	Campo do Calvário	redondensefc@gmail.com			
SU 1º Dezembro	Amora	27/01/19	15h							
SC Olinhense	Olhão	03/02/19	15h	270km	A2	Estádio José Arcaño	geral@scosad.pt			
Moura AC	Moura	10/02/19	15h	195km	A6	Estádio Moura AC	mourasatletico@gmail.com			
CD Pinhalnovense	Amora	17/02/19	15h							
Louletano DC	Loulé	24/02/19	15h	250km	A2	Estádio Municipal Loulé	louletanodc@mail.telepac.pt			
Real SC	Amora	03/03/19	15h							
CO Montijo	Montijo	10/03/19	15h	33km	A33	Campo da Liberdade	clubelimpicomontijo@gmail.com			
SC Angrense	Amora	17/03/19	15h							
SG Sacavenense	Sacavem	24/03/19	15h	34km	A2	Campo do Sacavenense	secretariasacavenense@gmail.com	5 €	20	
SC Praiense	Amora	31/03/19	16h							
C Oriental	Marvila	07/04/19	16h	30km	A2	Estádio Eng Carlos Salema	comunicacao@oriental.pt			
CF Vasco da Gama	Amora	14/04/19	16h							
CF "Os Amacenenenses"	Armação Pêra	20/04/19	16h	249km	A2	Estádio Municipal Armação Pêra	info@cfamacenenenses.com			
SC Ideal	Amora	28/04/19	16h							
Casa Pia AC	Lisboa	05/05/19	17h	25km	A2	Estádio Pina Manique	geral@casapia-ac.pt			
FC Ferreiras	Amora	12/05/19	17h							

* Ilhas – Distância calculada entre o Aeroporto local e as instalações desportivas do clube visitado.



ANEXO III - Exemplar de Unidade de Treino.

**AMORA FC, SAD – 2018/19****SENIORES – CAMPEONATO DE PORTUGAL**

PERÍODO	Preparatório	MESOCICLO	1	MICROCICLO	4 / MD-1	UNIDADE DE TREINO	14
PRÓX ADVERSÁRIO	Amig: Torneio – 2 jogos (C) – 27/07/18		DATA/HORA	6ªf, 27/07/18 – 10:00		VOLUME	25'+ 83'
OBJETIVOS DA UNIDADE DE TREINO				MATERIAL NECESSÁRIO			
<ul style="list-style-type: none"> • Condição Física: Prevenção de Lesões (Ginásio) • Org. Ofensiva 				Marcas, Baliza F11, Escadas de coordenação:3, Coletes (10)			
PLANO DE TREINO				T. E.	T. T.	GRAFISMO / PLANTA DO TREINO	
Ginásio: Prevenção de Lesões				25'		<i>Exercício 2</i>	
0- Palestra				5'			
1- Meinhos				12'	12'		
2- Ativação + Coordenação + Saídas rápidas				13'			
- Colunas							
- Escadas de coordenação: 1d lento; 2d lento; 2d+1f rápido; 2d rápido com retrocesso; 2d lateral c/ 1 espaço de intervalo							
- Escadas em L c/ saída rápida de 6 metros.					25'		
<i>Hidratação</i>				2'	27'	<i>Exercício 3</i>	
3- Circulações Táticas: GR+10x0+GR				28'			
-					55'		
- 2x 12' c/ 4' pausa					2'	57'	
<i>Hidratação</i>				21'			
4- Juego dos Esquemas Táticos					78'		
- GR+10x10+GR (espaço igual ao anterior)							
- Juego inicia sempre com Canto ou Livre lateral							
- 2x 10' c/ 1' pausa					83'		
5- Alongamentos							
ADÉRITO, RUBEN, RODRIGO, CARLOS, GERALDO, EDSON, LACÃO, GILDO, JOCA, DIOGO T DIOGO R, PEDRO, BERTRAND, LINO, EDI, (MASIDE), BRUNO, ANDRÉ, JELSON, FIDALGO							
Observações/Notas: Treino no Estádio Carla Sacramento Eva Nga + H. Graça + João V – Lesionados Rosa – Falta Justificada							

ANEXO IV - Relatório Observação dos Adversários (Relatório Escrito).



Equipa Obs.: LOULETANO DC	Estádio: José Arcanjo	Data: 19-08-2018	
JOGO: Olhanense - LOULETANO	JORNADA: 2	RES. INTERVALO: 1-0	RES. FINAL: 1-1

CONSTITUIÇÃO DA EQUIPA:			SISTEMA TÁTICO INICIAL: 4-3-3	SISTEMA TÁTICO FINAL: 4-4-2		
12	GR	Caio				
23	DD	Zambujo				
22	DCD	Yuran 45				
15	DCE	Chabá				
13	DE	Lucas Franco				
8	MDF	Rogério Mesquita				
18	MIE	Gonçalo Cristina 71				
6	MID	Faria @				
20	EE	J Asamoah				
7	ED	Tiago Nonato 45				
21	PL	Marocas				
SUPLENTE:					OBSERVAÇÕES:	OBSERVAÇÕES: Alteração de sistema ao intervalo, na procura de serem mais ofensivos.
1	GR	Bruno Lúcio				
4	DC	Ivo Nicolau 46				
7	MI	Rodrigo Macedo 71				
19	MI	Ricardo Alves				
27	MD	Hayner				
29	AV	Mailó 46				
17	EXT	Afonso Calvino				
TR.		Faná				

PROCESSO OFENSIVO:**FIG.1: Fase de construção**

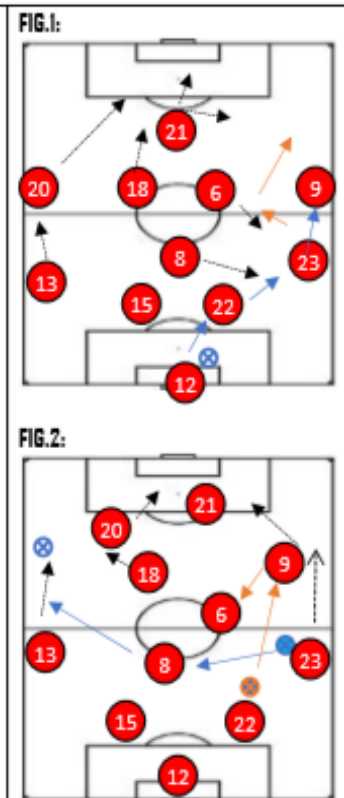
Na sua fase de construção, o Louletano procura jogar um futebol apoiado, saindo pelos seus centrais, que colocam nos laterais de forma a lançar o extremo no corredor. ➔ Se não conseguirem lateral procura jogar por dentro em combinação com médio interior, na tentativa de envolver pelo mesmo corredor. ➔ Outra opção procurada, é DC colocar no médio ala que faz movimento interior, projetando o lateral. **FIG.2** ➔

Em simultâneo há movimentação do extremo contrário de aproximação á área, o mesmo movimento é realizado pelo médio interior mais longe (muita presença na área e zonas de finalização), com objetivo de atacar cruzamento. ➔

Se houver, variação do centro do jogo e lateral receber ainda baixo, médio ala que atacou área baixa pelo seu corredor e todos os processos se iniciam novamente.

FIG.2: Fase de Criação

Nesta fase todos os processos se mantêm, a variação de corredor para projeção do lateral é realizada com frequência (lateral totalmente projetado para tentar cruzamento) ➔ pois há muitos jogadores na área. Se a bola rodar pela cobertura ofensiva do nº8 Mdef mas também pelo interior mais próximo, este varia o centro do jogo para o lateral que aproveitou o espaço deixado pela movimentação do extremo realizada anteriormente.





Equipa Obs.: LOULETANO DC	Estádio: José Arcanjo	Data: 19-08-2018	
JOGO: Olhanense - LOULETANO	JORNADA: 2	RES. INTERVALO: 1-0	RES. FINAL: 1-1

NOTA: FIG.2: Fase de Criação

A laranja ↗, temos outra solução procurada pelos centrais quando a equipa se encontra mais à frente no campo, com os DC a procurarem movimentos interiores dos Médios Alas de forma a conseguirem espaço para projecção do lateral, ou mesmo do médio interior mais próximo. (Equipa no meio campo ofensivo)

FIG.3

Em 4-4-2, a ideia geral é idêntica. **Na construção** sair DC pelo Lateral, ou por médio ala em movimento interior, com objectivo de ganhar o mesmo corredor e cruzar. Movimentações sem bola, Mala contrário ataca área e lateral contrário projeta-se. Centrais por vezes tentam diagonais longas directas para médio ala contrário. ↗

Na criação médios interiores dão cobertura defensiva e são posicionais, procurando variar corredor sempre na procura dos laterais cada vez mais projetados. A equipa procura rapidamente chegar a cruzamentos. ↗

FIG 3**TRANSIÇÃO OFENSIVA:**

A equipa não se esconde deste momento de transição, apesar de ser uma equipa de ataque organizado. Neste momento de transição ofensiva a principal lacuna é a cobertura ofensiva, onde a equipa se desequilibra muito, não conseguindo encurtar distâncias entre sectores, ficando muito estendida no campo.

Quando o faz é sempre a procurar AV de referência, para soltar no corredor lateral.

Neste momento do jogo em 4x3x3 participam os extremos, avançado, um dos médios que procura sempre chegar rápido à área (médio mais longe) e o lateral do corredor que a jogada se desenrola.

A equipa neste momento de transição ofensiva perde o equilíbrio (apesar de manter 5/6 jogadores atrás da linha da bola), pois preocupa-se em chegar rápido à área, colocando o médio mais próximo também em zonas de finalização. Mas além disso, mantem-se estendida a toda a largura, e a equipa não encurta na profundidade, visto que os seus jogadores da linha defensiva não têm capacidade para estes momentos de grande intensidade, e saída rápida para encurtar espaço entre sectores.

Em 4-4-2 como apesar da equipa fixar mais os Médios Interiores, há um deles que procura na mesma sair para esse momento procuram fazer da mesma forma, mas apenas com os Médios Alas, e avançados a saírem rápido para este momento de transição.





Equipa Obs.: LOULETANO DC	Estádio: José Arcanjo	Data: 19-08-2018	
JOGO: Olanense -LOULETANO	JORNADA: 2	RES. INTERVALO: 1-0	RES. FINAL: 1-1

PROCESSO DEFENSIVO:

Fig. 1: Bola no Gr - Pressão Alta (não permitem saída)

Como ilustrado, equipa pressiona alto na saída, mantendo-se logo próximo dos adversários nem deixa recolocar. Optam por deixar o lateral solto nas costas do extremo que pega no DC. Quem divide espaço é o lateral do mesmo corredor, sendo que o médio mais próximo do corredor fez essa aproximação em 1 ocasião, agressivos nesse momento (quando a bola chega ao lateral adversário).

Espaço entre sector médio e defensivo, a linha defensiva baixa no campo (na tentativa de resguardar profundidade pois são lentos), expondo-se à igualdade numérica.

Zona Livre 

● Simulação de Lançamento adversário – Louletano pressiona, mas altera posicionamento. (Lateral esquerdo aproxima, lateral direito fecha a fazer linha de 3 atrás, e o Extremo Direito divide entre DC e Lateral, sendo que se encontra mais perto do lateral).

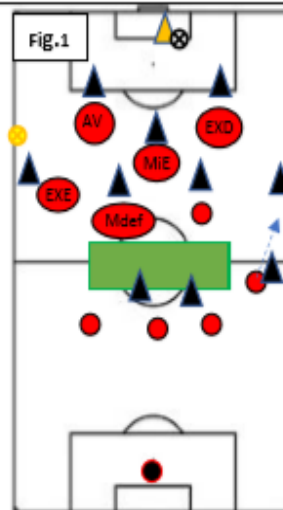


Fig. 2: Bloco Médio

Com a bola nos centrais, Av e MIE assumem cada DC, não pressionando. Extremos pegam nos laterais, e baixam fechando por dentro (não demonstram pressão).

Quando a bola chega aos laterais, Mdef e MIntD mantêm posições na zona central e esses sim pressionam forte na sua zona, tentando recuperação ou que o adversário jogue para trás. Agressivos na zona, no portador, e sendo esse o seu foco abrem espaço nas suas costas por serem reativos, e a bola ser a referência.

Fig. 3: Bloco Médio/Baixo

Bola nos extremos os avançados, aí os médios baixam para próximo da linha defensiva, mas de forma lenta (espaço entre sector médio e defensivo), as coberturas aos laterais estão sempre muito longe (muito espaço entre central e lateral). Mesmo o lateral contrário fecha menos bem, permitindo entrada naquele espaço. O AV e MIE não participam defensivamente.

Zona Livre 

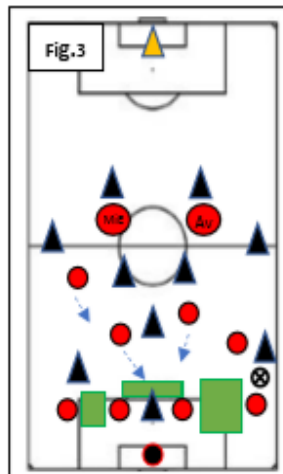


Fig. 4: Possibilidade 4-1-4-1 Nos jogos observados, o Louletano apresentou-se uma parte neste sistema defensivo. As dinâmicas e dificuldades apesar disso mantêm-se, reduzindo apenas o espaço entre sectores pois tem o Mdef (à frente da linha de 4), mas como é arrastado para o corredor da bola, e o Médio Interior contrário não baixa rápido, existe espaço atrás de si.



Equipa Obs.: LOULETANO DC	Estádio: José Arcanjo	Data: 19-08-2018	
JOGO: Olhanense -LOULETANO	JORNADA: 2	RES. INTERVALO: 1-0	RES. FINAL: 1-1

TRANSIÇÃO DEFENSIVA:

No momento da perda da posse de bola, a equipa reage rápido, e tenta condicionar logo a saída em transição da equipa adversária. Para isso, mal existe perda da posse todos os jogadores em redor atacam o portador, fazendo com que a aglomeração de jogadores seja para recuperar a posse, mas também sirva para corte de linhas de passe. Nesse momento, os centrais baixam, o médio defensivo fica posicional no corredor da bola, abrindo espaço entre sector defensivo e médio, e o lateral contrário baixe e tente fechar (pois normalmente mesmo que não esteja projetado, dá muita largura). Logo verifica-se também que a zona entre lateral e central poderá ser explorada na transição.

Zona livre

NOTA: DCs lentos, têm noção das suas fragilidades, e quando confrontados no 1x1 em que nas suas costas há espaço, dificilmente conseguem ganhar em velocidade. Assim a maior parte das vezes precipitam-se a baixar em demasia, ou se não conseguirem recuar mais atacam a bola à queima.

Zona livre Será propícia a situações de 1x1 contra o central adversário, na velocidade.



Movimentação normal ofensiva do Louletano, que coloca jogador fora do momento da transição defensiva.



Bola recuperada pelo adversário



Movimentações no momento da perda da posse de bola.



Ação observada no momento da perda da posse, em que o Louletano se encontra com os 2 laterais projetados em simultâneo. Médio interior direito vai pressionar o portador, Mdef fecha por dentro, mas vai na referência visual, DCs ficam em igualdade numérica.

Visto que os laterais com posse de bola, se projetam em simultâneo algumas vezes quando em organização ofensiva, este desequilíbrio poderá ser frequente.



Equipa Obs.: LOULETANO DC	Estádio: Algarve	Data: 16-08-2018	
JOGO: LOULETANO - Moura	JORNADA: 5	RES. INTERVALO: 1-1	RES. FINAL: 2-2

ESQUEMAS TÁTICOS:

Ofensivo	
<p>Marcador do canto: (nº23) Zambujo, corredor esquerdo (pé direito), (nº23) Zambujo, corredor direito (pé direito).</p> <p><u>4 jogadores</u> atacam diretamente, 1ºposte, zona do GR e 2ºposte.</p> <p><u>2 jogadores</u> mais estáticos, um no poste que pode sair no curto, um no vértice da pequena área.</p> <p><u>1 jogador</u> ataca na zona de penalti (Chabá) perigoso!</p> <p><u>3 jogadores</u> a segurar atrás.</p> <p>Difícil identificação dos números todos no vídeo.</p> <p>Idêntico do lado esquerdo.</p>	
<p>Marcador do canto: (nº23) Zambujo, corredor esquerdo (pé direito), corredor direito (pé direito).</p> <p><u>2 jogadores</u> (fixos, entrada da pequena área e em frente ao GR)</p> <p><u>4 jogadores</u> (em que 1 jogador ataca zona da queda da bola como na figura, 2 jogadores na zona do 2ºposte)</p> <p><u>1 jogador</u> (ataca a zona de penalti, partindo de fora da linha de 3, mais atrasado a aparecer vindo de trás nº15 Chabá)</p> <p><u>2 jogadores</u> a segurar atrás.</p> <p>Difícil identificação dos números todos no vídeo.</p>	
Defensivo	
<p>Do lado direito ou esquerdo o posicionamento é semelhante:</p> <p>Marcação zonal - linha de 3 jogadores no limite da pequena área</p> <p>Marcação individual- 3 jogadores lado a lado numa 2ªzona á frente da linha de 3</p> <p><u>1 jogador</u> no 1ºposte</p> <p><u>2 jogadores</u> entre o do 1ºposte e a linha de 3, a fechar a entrada na pequena área (<i>primeiro jogador a sair no canto curto</i>) e a fechar o 2ºposte.</p> <p><u>1 jogador</u> destacado na frente.</p>	



Equipa Obs.: LOULETANO DC	Estádio: Algarve	Data: 16-08-2018
JOGO: LOULETANO - Moura	JORNADA: 5	RES. INTERVALO: 1-1 RES. FINAL: 2-2

ESQUEMAS TÁTICOS:

LIVRES

Ofensivo	
<p>Lateral, bola batida para a área: <u>2 jogadores</u> perto da bola. <u>5 jogadores</u> atacam o cruzamento. <u>2 jogadores</u> fora da área, mas longe. <u>1 jogador</u> atrás.</p>	
<p>Central, jogada trabalhada (arrastamento dos jogadores para área, para a bola ser jogada para lado contrário): <u>6 jogadores</u> atraem para a área. <u>1 jogador</u> abre para receber e colocar entre GR e linha defensiva. Nota: Louletano marca golo, com este livre estudado contra o Armaceneses.</p> <p><i>No jogo contra Moura os livres ofensivos, 2, são jogados rápido para o corredor lateral. Estes descritos, fazem parte da observação realizada antes do jogo da Taça de Portugal.</i></p>	
Defensivo	
<p>Livre lateral corredor esquerdo: Marcação Individual: <u>2 jogadores</u> na barreira. <u>1 jogador</u> na zona a frente da linha defensiva <u>6 jogadores</u> numa linha defensiva densa que baixa em simultâneo <u>1 jogador</u> na zona na frente</p>	
<p>Livre lateral corredor direito: Marcação Individual: <u>1 jogador</u> na barreira(nº27). <u>1 jogador</u> fora da área(nº14). <u>1 jogador</u> a fechar direção do 1ºposte(nº23). <u>1 jogador</u> á frente da linha defensiva. <u>6 jogadores</u> numa linha defensiva densa que baixa em simultâneo. Dificil identificação dos números dos jogadores no vídeo.</p>	



Equipa Obs.: LOULETANO DC	Estádio: Algarve	Data: 16-08-2018	
JOGO: LOULETANO - Moura	JORNADA: 5	RES. INTERVALO: 1-1	RES. FINAL: 2-2

OBSERVAÇÕES:

Lançamentos Longos Perigosos: efetuados pelo jogador nº13 Lucas, em ambos os lados. O jogador tem como referência a zona do penalti, e também o vértice mais próximo da pequena área para haver um primeiro desvio. 1 jogador ataca vértice, 1 jogador 2º poste, 3 jogadores zona de penalti.



Poderá também utilizar o lançamento para **desmarcar o avançado** nas costas da defesa contrária. Esse lançamento executa-o de forma rápida, logo só acontece no seu corredor esquerdo, no meio campo ofensivo, mas numa zona mais baixa (perto da linha do meio-campo).

Treinador, Fanã:

Treinador reativo nos feedbacks que transmite, após as jogadas grita com o jogador o movimento que devia ter feito ou como a jogada devia ter decorrido. Quando o tenta fazer durante o decorrer da jogada, normalmente já o faz tardiamente, decorrendo a jogada sem a sua influência. Durante os jogos nota-se atitudes dos jogadores com ele menos positivas, abanam cabeças e braços na sua direção.

Equipa Louletano:

Entreajuda não é palavra que caracterize o Louletano, nota-se claramente que não há um espírito de equipa entre os jogadores. A mesma atitude que referia dos jogadores para o treinador, eles o fazem entre eles, mostrando desagrado de forma gestual uns com os outros no fim de cada jogada menos positiva. Jogadores mais velhos são exemplo desse mesmo comportamento negativo (Faria- capitão número 6 e Zambujo Nº23).

ANEXO V - Relatório das Características Individuais dos Jogadores Adversários.

Características individuais dos jogadores

SPORT CLUBE PRAIENSE



EQUIPAMENTO ALTERNATIVO:
Todo Branco

11 PROVAVÉL 3-5-2

SC PRAIENSE











11 PROVAVÉL:







- 1- Tiago Maia GR
- 5- Cristiano DCD
- 8- Diogo Moniz DC
- 4- Diogo Careca DCE
- 73- Michael Silva DD
- 6- Dário Paiva MID
- 70- João Peixoto MDF
- 93- Sérgio Teles MIE
- 28- Itto Cruz DE
- 9- Magina AVD
- 21- Dany Esteves AVE

Possíveis entradas:

- 25- Sunday Akoh DC
- 13- Celso Raposo DC
- 23- Forbs MC
- 20- Vitinha MC
- 42- Tony Correia DC
- 7- Fonseca PL
- 11- Buba EXT

	NOME: Tiago Maia IDADE: 26 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 1 ALTURA: 1,82 cm	POSIÇÃO: <i>Guarda-Redes</i> : Comunica muito com a equipa retificando posicionamentos a atitudes. Hesita em sair dos postes tanto em lances 1x1 como em cruzamentos mais próximos à sua baliza. Boa qualidade no capitulo do passe curto e longo. Sempre que tem oportunidade executa ataques rápidos em passes tensos com o pé, facilmente atinge o ½ campo adversário.
	NOME: Diogo Maniz IDADE: 25 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 8 ALTURA: 1,80 cm	POSIÇÃO: <i>Defesa Central Direita</i> : Jogador rápido na recuperação defensiva. Não é um defesa muito agressivo, opta por um bom posicionamento para na altura certa ficar com a bola e sair a jogar. Divide os lances aéreos. Boa qualidade no passe curto e longo em diagonal. Cantos ofensivos posiciona-se á entrada da grande área na zona central.
	NOME: Cristiano Pascoal IDADE: 26 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 5 ALTURA: 1,86 cm	POSIÇÃO: <i>Defesa Central</i> : Jogador rápido na recuperação defensiva. Boa qualidade nos passes curtos e longos em diagonal. Bom posicionamento defensivo faz com que não seja um defesa muito agressivo. Divide os lances aéreos. Cantos ofensivos sobe para a grande área.
	NOME: Diogo Careca IDADE: 29 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 4 ALTURA: 1,87 cm	POSIÇÃO: <i>Defesa Central Esquerda</i> : Jogador não muito rápido na recuperação defensiva. Não é um defesa muito agressivo, posiciona-se com critério mediante o posicionamento da bola. Divide os lances aéreos. Sendo apertado sente dificuldades em definir.







	NOME: Michael Silva IDADE: 22 NACIONALIDADE: Brasil  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 73 ALTURA: 1,88 cm	POSIÇÃO: <i>Defesa Direita</i> : Jogador rápido em situações ofensivas. Se tiver espaço sobe no terreno e executa bons cruzamentos para a área. Defensivamente sai na referência visual, mas recupera rápido.
	NOME: Itto Cruz IDADE: 30 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Esquerdo	Nº CAMISOLA: 28 ALTURA: 1,78 cm	POSIÇÃO: <i>Defesa Esquerda</i> : Jogador forte fisicamente. Dificil de ultrapassar nos duelos 1x1. Sobe muito no terreno, sendo muito forte no cruzamentos. Se tiver oportunidade remata muito forte á baliza. Os seus lançamentos laterais são muito longos, se tiver próximo da grande área adversária, facilmente atinge a pequena área. Marcador de bolas paradas do lado direito. Jogador interessante.
	NOME: João Peixoto IDADE: 35 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 70 ALTURA: 1,80 cm	POSIÇÃO: <i>Média Defensiva</i> : Jogador chave na fase de construção da equipa, procura dar linhas de passe aos colegas. Joga de cabeça levantada. Muita qualidade no passe, sendo o ponto forte os passes em diagonal. Os seus processos no passe são simples e rápidos, executa muito a 1,2 toques. Se tiver oportunidade remata forte á baliza. Marcação de bolas paradas do lado esquerdo.
	NOME: Dário Paiva IDADE: 25 NACIONALIDADE: Cabo Verde  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 6 (19) ALTURA: 1,71 cm	POSIÇÃO: <i>Média Interior Direita</i> : Jogador muito agressivo e combativo. Corre quilómetros ajudando a equipa no processo defensivo. Extremamente pressionante sobre o portador da bola que joga no seu raio de ação. Adora duelos defensivos 1x1. No ataque movimenta-se maioritariamente em roturas. Trabalha muito fisicamente.

	NOME: Sérgio Teles IDADE: 25 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 93 ALTURA: 1,77 cm	POSIÇÃO: <i>Médio Interior/Ofensivo:</i> Jogador que se posiciona bem e de características ofensivas. Gosta de ter bola e assumir o processo ofensivo da equipa, com qualidade de passe, procura sempre colocar o último passe para os avançados. Defensivamente é agressivo na sua zona mas com dificuldade em baixar rápido e acompanhar a sua marcação.
	NOME: Cristiano Magina IDADE: 31 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 9 ALTURA: 1,84 cm	POSIÇÃO: <i>Avançado Direito:</i> Jogador que alterna a mobilidade com o ficar mais posicional na frente de ataque. De costas para a baliza opta por segurar a bola e espera por uma boa opção para a equipa. Se tiver espaço remata á baliza com facilidade. No sistema de 4-3-3 é o avançado que joga no meio. 2º melhor marcador da equipa com 5 golos.
	NOME: Danny Esteves IDADE: 24 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 21 ALTURA: 1,76 cm	POSIÇÃO: <i>Avançado Esquerda:</i> Jogador muito rápido e agressivo no ataque. Movimenta-se maioritariamente em roturas, onde nunca dá o lance como perdido, acompanha sempre a jogada até ao fim. O central adversário que estiver do seu lado não pode descansar. Transições ofensivas é referência para a equipa. De remate fácil e certo com ambos os pés. Melhor marcador da equipa com 16 golos.

POSSIVEIS ENTRADAS NO JOGO

	NOME: Sunday Akoh IDADE: 23 NACIONALIDADE: Nigéria  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 25 ALTURA: 1,88 cm	POSIÇÃO: <i>Defesa Central:</i> Forte fisicamente e no jogo aéreo, agressivo procura levar o jogo para o contacto físico. Dificuldades no controlo das suas costas, lento, dificuldades no 1º defensivo se a bola for colocada para a velocidade. Com bola joga curto, sem arriscar.
	NOME: Tony Correia IDADE: 30 NACIONALIDADE: Cabo Verde  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 42 ALTURA: 1,90 cm	POSIÇÃO: <i>Defesa Central:</i> Forte fisicamente e no jogo aéreo, agressivo procura levar o jogo para o contacto físico. Dificuldades no controlo das suas costas, apesar de não ser um jogador lento. Com bola assume a construção desde trás, procura muitas vezes longa na referências e abusa das diagonais para o lateral contrário projetado.
	NOME: Vladimir Forbs IDADE: 26 NACIONALIDADE: Guiné-Bissau  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 23 ALTURA: 1,75 cm	POSIÇÃO: <i>Médio Interior Direito:</i> Jogador forte fisicamente e muito pressionante sobre o adversário que está na sua zona. Joga maioritariamente em processo defensivo lutando muito pela conquista da bola. Em processo ofensivo trabalha em movimentos de rotura no corredor correspondente á sua posição.
	NOME: Diogo Fonseca IDADE: 33 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito	Nº CAMISOLA: 7 ALTURA: 1,87 cm	POSIÇÃO: <i>Avançado:</i> Jogador forte fisicamente. Quando a equipa opta por um futebol mais direto, é a 1ª opção, deslocando-se sempre para o lado da bola. Segura bem a bola de costas para a baliza esperando por uma solução de qualidade para a equipa. Forte no jogo aéreo e de remate fácil dentro da grande área.

POSSÍVEIS ENTRADAS NO JOGO

	<p>NOME: Buba IDADE: 25 NACIONALIDADE: Brasil  PÉ PREFERENCIAL: Direito</p> <p>Nº CAMISOLA: 11 ALTURA: 1,82 cm</p>	<p>POSIÇÃO: <i>Avançada:</i> Jogador muito rápido e evoluído tecnicamente. Com a equipa em 4-3-3 joga mais encostado sobre o corredor do lado esquerdo. Bom no ataque à profundidade, e no duelo ofensivo 1x1.</p>
	<p>NOME: Celso Raposo IDADE: 22 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito</p> <p>Nº CAMISOLA: 13 ALTURA: 1,80 cm</p>	<p>POSIÇÃO: <i>Defesa Direita:</i> Jogador rápido em situações ofensivas. Na fase de construção da equipa alinha com os avançados, encostado à linha lateral do seu corredor. Sempre que tem oportunidade integra o ataque com qualidade, executando bons cruzamentos. Defensivamente sai muito na referência visual, demorando muito a recuperar o posicionamento.</p>
	<p>NOME: Vitinha IDADE: 27 NACIONALIDADE: Portugal  PÉ PREFERENCIAL: Direito</p> <p>Nº CAMISOLA: 20 ALTURA: 1,77 cm</p>	<p>POSIÇÃO: <i>Médio Interior Esquerda:</i> Jogador voluntarioso e bom tecnicamente. Trabalha muito para a equipa no meio campo. Normalmente define rápido, simples e em passes curtos com qualidade.</p>

ANEXO VI - Foto oficial Amora Futebol Clube, Sad. Época 2018-2019 (1º momento).

