



Instituto Politécnico
de Viana do Castelo

João Fernando Costa Cunha

Relatório de Estágio Vitória Sport Clube
Sub19

Planeamento do treino
Observação e Análise da Performance

Mestrado em Treino Desportivo

Escola Superior de Desporto e Lazer

Instituto Politécnico de Viana do Castelo

Trabalho sob a orientação de: Ph.D. António Barbosa

Trabalho sob a Coorientação de: Ph. D. João Camões

Cunha, João

Relatório de estágio curricular no Vitória Sport Clube / João Fernando Costa Cunha; Orientador Professor Doutor António Barbosa; Coorientador Professor Doutor João Camões – Relatório de Mestrado em Treino Desportivo, Escola Superior de Desporto e Lazer do Instituto Politécnico de Viana do Castelo

Palavras-chave: Futebol, Processo de treino, Modelo de jogo, Análise e Observação da Performance

AGRADECIMENTOS

Foram 5 de anos de muito sacrifício e resiliência não só da minha parte, mas também dos meus. Desde bem cedo sabia o que queria para a minha carreira profissional e de que maneira queria atingir aquilo que consegui atingir até ao momento.

Em 5 anos conquistei muitas coisas a nível pessoal e profissional. Como homem cresci imenso graças aos difíceis obstáculos que a vida me impôs. Cada vez tenho mais a certeza de que a vida não é um mar de rosas, mas não devemos olhar para ela como um caminho árduo impossível de conquistar, mas sim um caminho difícil que tudo podemos conquistar apenas acreditando e trabalhando.

A nível profissional consegui concretizar o meu grande objetivo/sonho que era tornar-me profissional no mundo do futebol. Consegui! Muitas horas sem dormir, muitas horas ausente da família, mas sempre muito grato a todos que me ajudaram a chegar a este patamar. Desta forma, termina o mestrado em treino desportivo e o meu último ano no ensino superior orgulhoso por tudo o que consegui.

Em primeiro lugar, agradeço a toda a comunidade ESDL desde o corpo docente, staff e amigos por lá feitas. Agradecimentos especiais aos professores, António Barbosa que me ajudou não só este ano como orientador, mas em todos os anos em que tive o privilégio de o ter como professor. Uma referência para mim no mundo do futebol. Ao professor João Camões por toda a confiança e admiração que sempre teve por mim. Ao professor Ricardo Lima, pessoa que me marcou imenso no meu percurso académico pelo seu profissionalismo, carisma e personalidade carinhosa e disponível para ajudar. Á Lili, á Dona Eva e á Patrícia pela ajuda e força que me deram nestes 5 anos. Todas estas pessoas quero e vou levar para sempre no meu coração.

Em segundo lugar, aos meus amigos. Fiz grandes amizades em Melgaço e na Escola Superior de Desporto e Lazer. Amizades que irei levar para sempre na minha vida. Catarina Rocha, Luís Ribeiro, Simão Ferreira, Gabriel Baptista, Gonçalo Loureiro, Pedro Soares, Jota e Gonçalo Arezes.

Em terceiro lugar, ao Vitória Sport Clube. Instituição na qual represento e me fez evoluir imenso como profissional e ser humano. Criei uma ligação muito forte ao clube e á cidade. Não tenho palavras para agradecer todo o carinho e confiança que depositaram em mim.

Por último e não menos importante , á minha família. São a minha base, o meu manto protetor e meu porto de abrigo. Agradecimento especial aos meu pais por tudo que fizeram para que eu concluísse os estudos no ensino superior. Farei de tudo para vos retribuir tudo aquilo que me deram. Sei que terei ainda um longo caminho pela frente , mas fica a garantia que irei conseguir conquistar grandes feitos e dedicá-los a vocês esteja onde estiver.

OBRIGADO A TODOS!

ÍNDICE GERAL

AGRADECIMENTOS	III
ÍNDICE DE FIGURAS.....	VIII
ÍNDICE DE TABELAS.....	XI
RESUMO	XII
ABSTRACT	XIII
LISTA DE ABREVIATURAS	XIV
1.INTRODUÇÃO.....	1
1.1 Âmbito Relatório de Estágio/ Contextualização	1
1.2 Exigências e Objetivos do Estágio.....	1
1.2.1 Objetivos Pessoais	2
2.CONTEXTUALIZAÇÃO DA PRÁTICA.....	3
2.1 Contexto Legal e Institucional.....	3
2.2 Enquadramento Histórico e atual do clube.....	3
2.3 Palmarés Futebol Profissional e Formação	4
2.3.1 Futebol profissional	4
2.3.2 Futebol Formação	5
2.4 Missão/Perspetivas de Futuro Vitória SC	5
2.4 Infraestruturas- Vitória Sport Clube.....	8
2.4.1 Academia Vitória Sport Clube.....	8
2.4.1.1 Constituição Academia Vitória Sport Clube	9
2.4.2 Estádio D. Afonso Henriques.....	10
2.5 Certificação de Entidades Formadoras	11
2.6 Organograma Vitória Sport Clube.....	12
2.7 Enquadramento Futebol de Formação.....	12

2.8 Enquadramento estagiário na prática	14
3. CONTEXTUALIZAÇÃO TEÓRICA.....	14
3.1 Contextualização á modalidade.....	14
3.2 Caracterização ao jogo	15
3.2.1 Macroestrutura Tempo	15
3.2.1 Macroestrutura Espaço	16
3.3 Modelo de jogo, fases , momentos e métodos de jogo	17
3.4 O papel do analista	19
3.5 A tríade observação- treino- jogo.....	21
3.6 Tipos de Observação	23
3.7 Evolução dos Métodos de Observação e Análise	24
4.DESENVOLVIMENTODA PRÁTICA.....	25
4.1 Contextualização da equipa	25
4.2 Contextualização Equipa sub19 VSC	26
4.2.1 Plantel Sub19 VSC	26
4.2.2. Equipa Técnica Sub19 VSC	28
4.2.2.1 Tarefas do Estagiário na Equipa Técnica Sub19 VSC	30
4.3 Modelo de jogo sub19 VSC	33
4.3.1 Organização Ofensiva.....	34
4.3.1.1 1º SUB momento- Pontapé de baliza + 1ª fase construção.....	34
4.3.1.3 Terceiro SUB Momento- Finalização.....	36
4.3.2 Transição Defensiva	37
4.3.3 Organização Defensiva	39
4.3.3.1 Primeiro SUB Momento Defensivo.....	40
4.3.3.3 Terceiro SUB Momento Defensivo	42
4.3.4 Transição Ofensiva	43
4.3.5 Esquemas Táticos.....	44

4.3.6. Sistema Tático Adotado SUB 19 VSC.....	45
4.4 Modelo de treino	48
4.4.1 Segunda- Feira - Regime Recuperação ativa.....	49
4.4.2 Terça- Feira- Regime Tensão	50
4.4.3 Quarta-Feira- Regime Duração	51
4.4.4. Quinta-Feira- Regime Velocidade	52
4.4.5 Sexta-Feira- Recuperação direcionada para a competição.....	53
5.CONTEXTUALIZAÇÃO ÉPOCA DESPORTIVA SUB19 VSC.....	54
5.1. Análise e reflexão 1ª Fase Campeonato Nacional Sub19	54
5.2 Análise e reflexão Fase de Manutenção Sub19	57
5.3 Reflexão Pessoal do Estagiário sobre época desportiva	60
6.DEPARTAMENTO ANÁLISE E OBSERVAÇÃO.....	64
6.1 Departamento de Análise e Observação Sub19.....	65
6.1.1 Desenvolvimento da prática do estagiário no DAO SUB19	68
6.1.1.1 Análises Coletivas.....	69
6.1.1.2 Análises Individuais.....	72
6.1.2 Ferramentas de trabalho.....	74
6.1.3 Procedimentos na exposição de informação	78
6.1.3.1 Comunicação Pré-jogo	78
6.1.3.2 Comunicação durante o jogo	79
6.1.3.3 Comunicação Pós- Jogo	79
7.CONCLUSÕES FINAIS.....	81
8.REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	84

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1- Taça de Portugal 2013.....	4
Figura 2- Campeonato Nacional Sub17 (13/14)	5
Figura 3- Jogadores Formação VSC Equipa A.....	7
Figura 4- Entrada principal Academia VSC	8
Figura 5- Constituição Academia Vitória SC	9
Figura 6- Estádio D. Afonso Henriques	10
Figura 7- Entidade Formadora FPF	11
Figura 8- Organograma Vitória Sport Clube	12
Figura 9- Equipas Futebol Vitória SC	13
Figura 10- Estagiário João Cunha	14
Figura 11- Macroestruturas Futebol.....	17
Figura 12- Equipas CNSU19 Zona Norte	25
Figura 13- Plantel sub19 VSC 22/23	26
Figura 14- Equipa Sub19 VSC	27
Figura 15- Equipa técnica Sub19 VSC.....	28
Figura 16-Organograma Equipa Técnica Sub19 VSC.....	29
Figura 17- Estagiário intervindo em DDI	31
Figura 18-Estagiário intervindo em treino coletivo	31
Figura 19- Estagiário intervindo em contexto de jogo.....	32
Figura 20- Ciclo Interações definido por treinador principal	33
Figura 21- Momentos do jogo no Futebol	33
Figura 22- Pontapé de baliza MJA	35

Figura 23- 1ª Fase construção MJA	35
Figura 24- Segundo SUB Momento MJA.....	36
Figura 25- Terceiro SUB Momento MJA.....	37
Figura 26- Comportamento Coletivo Reação á perda MJA	38
Figura 27- Comportamento coletivo reorganização defensiva MJA.....	38
Figura 28-Comportamento Coletivo Defesa contra-ataque MJA	39
Figura 29- Posicionamento base primeiro SUB Momento Defensivo MJA	41
Figura 30- Posicionamento base segundo SUB Momento Defensivo MJA	41
Figura 31- Posicionamento base terceiro SUB Momento defensivo MJA.....	42
Figura 32- Procura do contra-ataque MJA	44
Figura 33- SJA 1-4-3-3.....	47
Figura 34- SJA 1-3-4-3.....	47
Figura 35- Microciclo Padrão Sub19 VSC	48
Figura 36- Plano treino Regime Recuperação ativa	49
Figura 37- Plano de treino Regime tensão	50
Figura 38-Plano de treino Regime Duração	51
Figura 39- Plano de treino Regime Velocidade	52
Figura 40- Plano de treino recuperação ativa	53
Figura 41-Exemplo Análise Quantitativa Golos sofridos	56
Figura 42-Exemplo de Análise Quantitativa golos marcados	56
Figura 43- Microciclo Padrão DAO SUB19 VSC	65
Figura 44- Análise Coletiva Pós-Jogo	70
Figura 45- Desmonstração da utilização do SportsCode na análise de jogo	70
Figura 46- Pastas relativas á análise dos processos ofensivos e defensivos ...	71
Figura 47- Vídeos relativos á análise processo ofensivo (Organização Ofensiva.....	71

Figura 48- Exemplo edição MetricaSports.....	72
Figura 49- Exemplo de Análise Individual.....	74
Figura 50- Exemplo de codificação no Longomatch	74
Figura 51- Exemplo de vídeo no VLC	75
Figura 52- Organização base de dados Sub19 VSC	75
Figura 53- Exemplo de edição no MetricaSports.....	76
Figura 54- Camara DAO SUB19	76
Figura 55- Filmagem do jogo em plano aberto	77

ÍNDICE DE TABELAS

Tabela 1- Classificação 1ª Fase Campeonato Nacional Sub19	55
Tabela 2- Classificação Geral Campeonato Sub19	57
Tabela 3- Classificação Fase Manutenção Sub19	58
Tabela 4- Classificação total Fase Manutenção Últimas 10 temporadas.....	59
Tabela 5- Classificação Total Vitória SC Últimas 10 temporadas	59
Tabela 8- Organograma DAO VSC	64

RESUMO

Este relatório de estágio, foi realizado no âmbito da conclusão do Mestrado em Treino Desportivo da Escola Superior de Desporto e Lazer, apresenta reais competências realizadas durante a época desportiva 2022/2023 na equipa Sub.19 do Vitória Sport Clube.

O treinador estagiário apresentou diferentes funções, tarefas e responsabilidades com o decorrer da temporada. A sua principal função foi analista da performance estando inserido no Departamento de Análise e Observação do clube, analisando todo o processo da própria equipa intervindo através do recurso a vídeos. Interveio também nas unidades de treino quer através do planeamento quer no terreno.

A equipa Sub.19 do Vitória Sport Clube disputou a 1ª Divisão Nacional Zona Norte, não tendo conseguido atingir o principal objetivo que era a passagem à Fase de Campeão. Terminou a 1ª Fase do Campeonato em 5º lugar e em seguida terminou a Fase de Manutenção em 1º lugar. Não obstante, podemos considerar que a equipa cumpriu os restantes objetivos, que se prende com o desenvolvimento e valorização dos ativos, tendo conseguido valorizar jogadores promovendo-os para a Equipa B do clube.

Em suma, o presente relatório descreve todo processo de trabalho desenvolvido pelo estagiário e consequentemente pela equipa Sub.19 do Vitória Sport Clube. O mesmo baseia-se em duas áreas de intervenção sendo elas o planeamento do treino e a observação e análise da performance. No final do relatório encontra-se uma reflexão pessoal por parte do estagiário acerca do seu trabalho desenvolvido nesta época desportiva bem como o trabalho desenvolvido por todos os intervenientes da equipa Sub.19 do Vitória Sport Clube

Palavras-chave: Futebol, Processo de treino, Modelo de jogo, Análise e o Observação da performance

ABSTRACT

This internship report carried out as part of the completion of the master's degree in Sports Training at the Superior School of Sports and Leisure, presents real skills carried out during the 2022/2023 sports season in the Sub.19 team of Vitória Sport Clube.

The trainee coach presented different roles, tasks, and responsibilities over the course of the season. His main function was performance analysis, being inserted in the Analysis and Observation Department of the club, analyzing the entire process of the team itself, and intervening using videos. He also intervened in the training units either through planning or in the field.

Vitória Sport Clube's Sub.19 team competed in the 1st National North Division, having failed to reach the main objective: passage to the Champion Phase. Finished the 1st Phase of the Championship in 5th place and then finished the Maintenance Phase in 1st place. However, we can consider that the team fulfilled the remaining objectives related to the development and enhancement of assets, having managed to value players by promoting them to the club's B Team.

In short, this report describes the entire work process developed by the intern and consequently by the U19 team of Vitória Sport Clube. It is based on two intervention areas: training planning and performance observation and analysis. At the end of the report, there is a personal reflection on the part of the intern about his work carried out in this sporting season as well as the work carried out by all the players of the Sub.19 team of Vitória Sport Clube

keywords: Football, Training process, game model, Performance analysis and observation

LISTA DE ABREVIATURAS

VSC- Vitória Sport Clube

DAO- Departamento Análise e Observação

DDI- Departamento Desenvolvimento Individual

GR- Guarda- Redes

LE- Lateral Esquerdo

LD- Lateral Direito

DC-Defesa Central

PV- Pivot

MJA- Modelo de jogo adotado

SJA- Sistema de jogo adotado

CNJUNA- Campeonato Nacional Juniores A

1. INTRODUÇÃO

1.1 Âmbito Relatório de Estágio/ Contextualização

O presente trabalho foi realizado no âmbito do Mestrado em Treino Desportivo, com especialização na modalidade de futebol, na Escola Superior de Desporto e Lazer- Instituto Politécnico de Viana do Castelo. Este relatório enquadra-se no segundo ano do Mestrado Treino Desportivo com o principal objetivo a obtenção do grau UEFA B de Treinador.

O estagiário chama-se João Fernando Costa Cunha, tem 24 anos de idade sendo natural de Ponte da Barca- Viana do Castelo. A modalidade de futebol sempre foi a sua grande paixão sendo sempre um grande objetivo trabalhar na mesma como profissional. Teve uma carreira curta como jogador, mas concluindo toda a sua formação extinta no escalão de Juniores A. Na verdade, o futebol e o desejo de ser treinador sempre esteve presente. Nunca perdendo a vontade de adquirir cada vez mais conhecimentos decidiu inserir-se no ensino superior mais concretamente no curso de Desporto e Lazer.

O estágio cumpre-se na equipa Sub19 do Vitória Sport Clube. Equipa que compete na 1ª divisão nacional do campeonato de juniores. O estagiário desempenhou a função de analista fazendo assim parte também do Departamento de Análise e Observação do clube.

1.2 Exigências e Objetivos do Estágio

Um estágio independentemente do clube, do contexto competitivo ou até mesmo da modalidade é sempre um momento de grande exigência e uma janela de oportunidade para o estagiário adquirir conhecimentos e experiências na sua área de intervenção. O estágio na área de futebol possibilitou ao estagiário perceber como é o quotidiano do treinador e qual o seu papel perante todas as áreas que a modalidade que o envolve. Olhando para a área de intervenção do estagiário (observação e análise) permitiu ao estagiário ter uma melhoria e evolução do conhecimento dos processos de treino e jogo.

Pode-se afirmar que existem várias exigências inerentes ao estágio, como o profissionalismo e o empenho da parte do estagiário. O estagiário em questão representa o clube há cerca de três anos conhecendo bem a própria

exigência e as diferentes metodologias/ideologias do clube. De certa forma é habitual existir uma habituação do comportamento e a forma de estar no dia-a-dia, existindo uma responsabilidade redobrada. O estágio foi visto como uma fonte de aprendizagem e uma ponte para o mercado de trabalho.

1.2.1 Objetivos Pessoais

A nível pessoal este ano possibilitou ao estagiário a conciliação com a modalidade de futebol com o mundo académico. A aquisição de novos conhecimentos, o contacto com o futebol profissional e a criação de novas amizades foram os objetivos pessoais delineados pelo estagiário e que no final deste estágio chegou a conclusão de que foram atingidos com sucesso. Nesta fase da sua carreira pretende desenvolver competências no ramo da análise e observação da performance de maneira que possa atingir um elevado conhecimento técnico-tático estratégico da modalidade e, posteriormente avançar para o ramo do treino, caso surja oportunidade.

1.2.2 Objetivos Académicos

O principal objetivo académico passa por concluir o curso de Mestrado em Treino Desportivo possibilitando não só o grau de Mestre em Treino Desportivo bem como a obtenção do Grau UEFA B de treinador de futebol podendo aspirar a voos maiores num futuro próximo.

O mestrado em Treino Desportivo irá permitir a aquisição de competências profissionais para o futuro em enquanto agente desportivo inserido na modalidade de futebol e dessa forma o estagiário tornar-se um melhor profissional ao longo do tempo

1.2.3 Objetivos Profissionais

Como objetivos profissionais, todos os treinadores ou qualquer tipo de agentes inseridos no mundo do futebol ambicionam chegar ao mais alto patamar da modalidade. Pessoalmente, o estagiário tem como prioridade dedicar-se ao máximo nas suas tarefas atuais pois são os resultados das

mesmas que vão influenciar o seu futuro. Obviamente que as ambições são bastante elevadas pois acredita ter capacidade para chegar a patamares de excelência quer no futebol nacional ou no futebol internacional.

2. Contextualização da prática

2.1 Contexto Legal e Institucional

O presente estágio inserido no plano curricular do 2º ciclo de Mestrado de Treino Desportivo no ramo da modalidade futebol, pela Escola Superior de Desporto e Lazer, em Melgaço, no escalão de Juniores-A, Sub-19, que disputaram a primeira divisão do Campeonato Nacional Zona Norte. O período de estágio teve início no dia 11 de julho 2022 tendo como término o dia 27 de maio de 2023 e comportou como um volume de 40 horas semanais.

Este período envolveu jogos de preparação, jogos amigáveis e outras atividades inerentes ao clube como reuniões do departamento de análise e observação, reuniões técnicas e reuniões gerais.

2.2 Enquadramento Histórico e atual do clube

O Vitória Sport Clube é o clube mais conceituado da cidade de Guimarães. Foi fundado a 22 de setembro de 1922 tendo atualmente como modalidade principal o futebol distinguindo-se também pelo seu enorme poderio no voleibol, basquetebol, polo aquático, entre outras. O presente ano é ano centenário para o clube da cidade berço.

Clube reconhecido pela sua massa adepta tão apaixonada e emotiva sendo que o amor que a mesma expressa é ímpar.

Em relação ao futebol português, o Vitória Sport Clube construiu por mérito próprio, um percurso de afirmação no mesmo e conta também com bastantes presenças nas competições europeias. Os jogos são realizados no estádio D. Afonso Henriques e o Vitória Sport Clube foi o pioneiro em Portugal,

ao ter um Complexo Desportivo, que ainda hoje é o orgulho de todos os Sócios do Vitória Sport Clube e da Cidade (*História*, 2022).

2.3 Palmarés Futebol Profissional e Formação

2.3.1 Futebol profissional

O Vitória Sport Clube conta com vários títulos no futebol profissional sendo a taça de Portugal o título mais marcante na sua história. Segue-se abaixo o seu palmarés.

- **Vencedor de 1 Taça de Portugal (2012/13);**
- Vencedor de 1 Supertaça Cândido de Oliveira (1988/89);
- 4 vitórias na Taça de Honra da AF de Braga (1978/79, 1981/82, 1982/83 e 1983/84);
- 1 vitória na Taça da AF de Braga (1964/65);
- 8 títulos de Campeão Distrital de Braga em Reservas (1962/63 a 1968/69 e 1971/72);
- 3 títulos de Campeão do Minho (1938/39, 1939/40 e 1940/41);
- 12 títulos de Campeão Distrital de Braga (1933/34 e de 1935/36 até 1945/46 ininterruptamente)

(*Palmarés*, 2022)



Figura 1- Taça de Portugal 2013

2.3.2 Futebol Formação

O futebol de formação do Vitória Sport Clube conta um leque de vários títulos. O título de campeão nacional de sub17 destaca-se.

- **Campeão Nacional de Juvenis (2013/14);**
- Campeão Nacional de Iniciados (1995/96);
- Campeão Nacional de Juniores (1990/91);
- 1 título de Campeão Distrital de Braga de Juniores 2a Divisão (1993/94);
- 15 títulos de Campeão Distrital de Braga de Iniciados (1972/73, 1975/76, 1977/78, 1980/81, 1981/82, 1982/83, 1983/84, 1984/85, 1985/86, 1986/87, 1991/92, 1993/94, 1994/95, 2004/05 e 2009/10);
- 12 títulos de Campeão Distrital de Braga de Juvenis (1965/66, 1967/68, 1969/70, 1970/71, 1971/72, 1972/73, 1973/74, 1974/75, 1980/81, 1981/82, 1982/83, 2009/10);
- 4 títulos de Campeão Distrital de Braga de Principiantes (1963/64, 1964/65, 1991/92 e 1993/94);
- 10 títulos de Campeão Distrital de Braga de Juniores (1953/54, 1958/59, 1961/62, 1963/64, 1964/65, 1965/66, 1966/67, 1971/72, 1972/73, 1973/74);
- 6 títulos de Campeão Distrital de Braga de Infantis (1927, 1984/85, 1989/90, 1991/92, 1993/94 e 1994/95)

(Palmarés, 2022)



Figura 2- Campeonato Nacional Sub17 (13/14)

2.4 Missão/Perspetivas de Futuro Vitória SC

O Vitória Sport Clube tem como principal foco contribuir em toda a sua plenitude para o melhoramento da prática desportiva dos seus atletas, tanto ao nível das infraestruturas do clube, como da qualificação de todos os seus agentes, seguindo o princípio de uma organização profissional e moderna, de modo a competir num mercado cada vez mais exigente, onde os recursos financeiros dependem da capacidade, atitude, competência e da imprescindível colaboração de todos os stakeholders.

Com uma renovação da maioria da estrutura do clube, o Vitória Sport Clube tem em vista grande prestígio e sucesso num futuro médio e a longo prazo sendo a evolução dos atletas em todos os parâmetros o mais importante. Assim, o clube pretende oferecer umas melhores condições a todos que nele trabalham em prol de um clube mais competente e competitivo no panorama nacional.

A formação é um dos principais aspetos que o Vitória Sport Clube pretende continuar a evoluir, pois acredita que futuro do clube e do futebol português passará pelos jovens dos escalões de formação. À medida dos anos o clube principal clube da cidade berço tem vindo a mostrar enorme competência no futebol de formação tendo muito talento nesses mesmos escalões. No plantel da equipa principal podemos encontrar jogadores que cresceram connosco e que neste momento brilham ao mais alto nível no estádio D. Afonso Henriques. André Amaro, Miguel Maga, Hélder Sá e Dani Silva são alguns do exemplo de jogadores que neste momento fazem parte do plantel da equipa principal e que fizeram parte dos quadros de formação do clube.

Se recuarmos no tempo existem jogadores da formação do Vitória Sport Clube que tiveram um enorme sucesso na equipa principal. Ricardo Pereira (Vencedor da Taça de Portugal 2013 e atualmente Internacional Português), Vieirinha (Campeão Europeu em 2016) e André Almeida são três grandes exemplos que constam na história deste clube.

Contudo, o Vitória Sport Clube é um clube com alta performance desportiva ao nível do valorizando deste modo a sua marca e os seus ativos cumprindo

um papel socialmente ativo na sociedade que o rodeia (*Missão Futebol Vitória SC*, 2022).



Figura 3- Jogadores Formação VSC Equipa A

2.4 Infraestruturas- Vitória Sport Clube

2.4.1 Academia Vitória Sport Clube

O Vitória Sport Clube conta com a sua Academia/ Complexo Desportivo sendo este o "quartel-general" do clube. Foi inaugurado no ano de 1997, com o nome de "Complexo Desportivo Dr. Alberto Pimenta Machado", altura em que o clube tinha como Presidente o próprio.

Atualmente chama-se Academia Vitória Sport Clube, tendo havido algumas remodelações na mesma de forma que exista melhores condições de trabalho para todos que trabalham para o clube. Concluídas algumas obras de melhoramento, a Academia do Vitória Sport clube dispõe atualmente de seis campos para a prática de futebol (três relvados naturais e três sintéticos), um ginásio devidamente equipado, quase duas dezenas de balneários, uma enfermaria e uma sala de tratamentos, bem como um auditório com capacidade para 30 pessoas. A academia dispõe ainda de um refeitório disponível para os atletas do clube, refeitório esse que acolhe os mesmos durante as semanas de treino e dias de jogo.

Além de albergar as duas equipas Profissionais do Clube, a Academia Vitória Sport Clube também é a casa do futebol de formação. O futebol de formação do Vitória Sport Clube é formado pelos Afonsinhos, Benjamins, Infantis, Iniciados, Juvenis e Juniores (*Património*, 2022).



Figura 4- Entrada principal Academia VSC

2.4.1.1 Constituição Academia Vitória Sport Clube

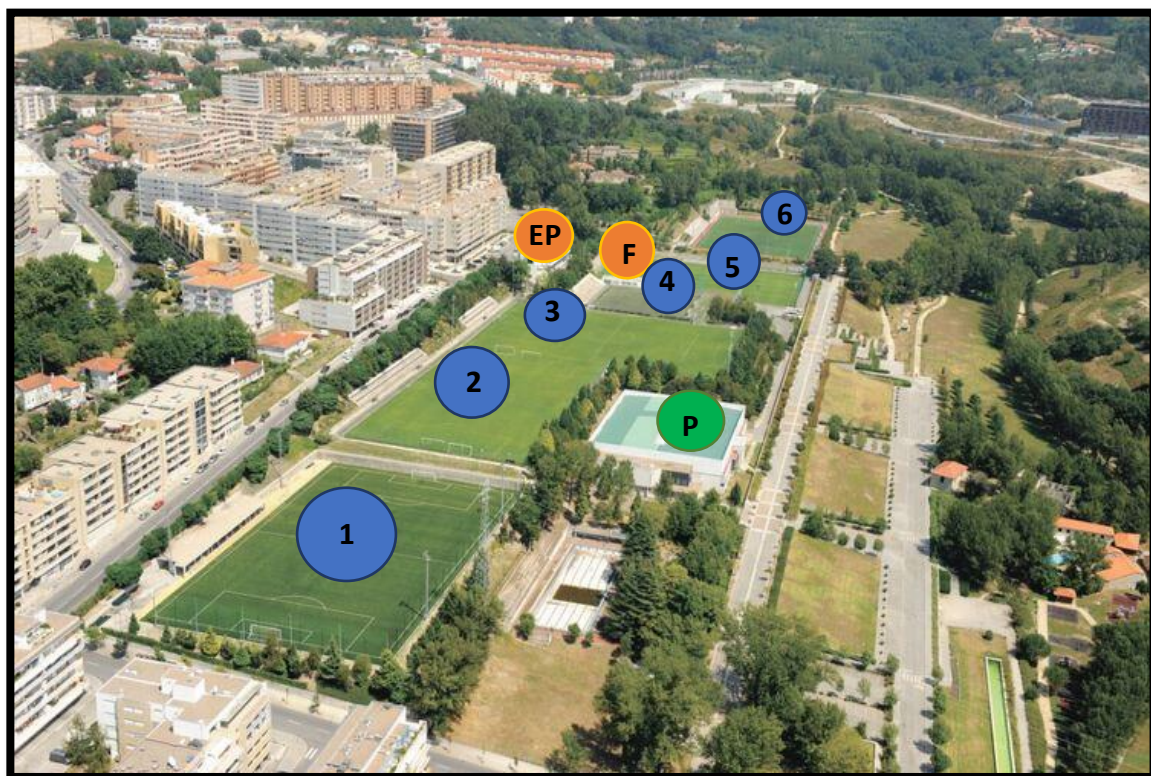


Figura 5- Constituição Academia Vitória SC

A academia Vitória Sport Clube é constituída por 6 campos, sendo 3 deles de relva natural (2,3,5). Os campos 2 e 3 são apenas reservados para a equipa principal do clube, já os campos 1,5 3 6 estão disponíveis para a todas a equipas de formação incluindo também a equipa B neste leque. O relvado número 5 está a ser alvo de requalificação.

Existe também um edifício principal (EP) que é constituído por: sala de estudo, gabinetes administrativos, auditório, refeitório, gabinete equipa A e B, gabinete DAO, ginásio, balneários das equipas A e B, rouparia e gabinete do presidente.

Na parte inferior da academia está inserido o edifício do futebol de formação (F), mas que neste momento está perante intervenção infraestrutural de forma que o clube possa ter melhores condições para trabalhar e, desse modo, oferecer melhores condições a todos os intervenientes (*Património*, 2022).

Na parte sul da academia consta o pavilhão desportivo que é apenas destinado para as modalidades do Vitória Sport Clube. A modalidade de futebol não usufrui deste edifício.

2.4.2 Estádio D. Afonso Henriques

Situado no coração da cidade, o Estádio D. Afonso Henriques é um “local de culto” para os vimearense. Construído em 1965, então como Estádio Municipal de Guimarães, recebeu, décadas depois, o nome do Rei fundador da nacionalidade a quem presta sentida homenagem. De forma a acolher os jogos do EURO 2004, sofreu profundas obras de remodelação que o tornaram num palco de excelência para jogos de futebol. Com capacidade para 30.000 pessoas, assume, a cada época desportiva, um lugar de destaque na tabela de assistências na Liga, sendo um dos estádios portugueses mais mediáticos. O Estádio D. Afonso Henriques é palco de grandes partidas de futebol, é a casa dos melhores adeptos do mundo e um dos monumentos no roteiro de visita da cidade de Guimarães (*Património*, 2022).

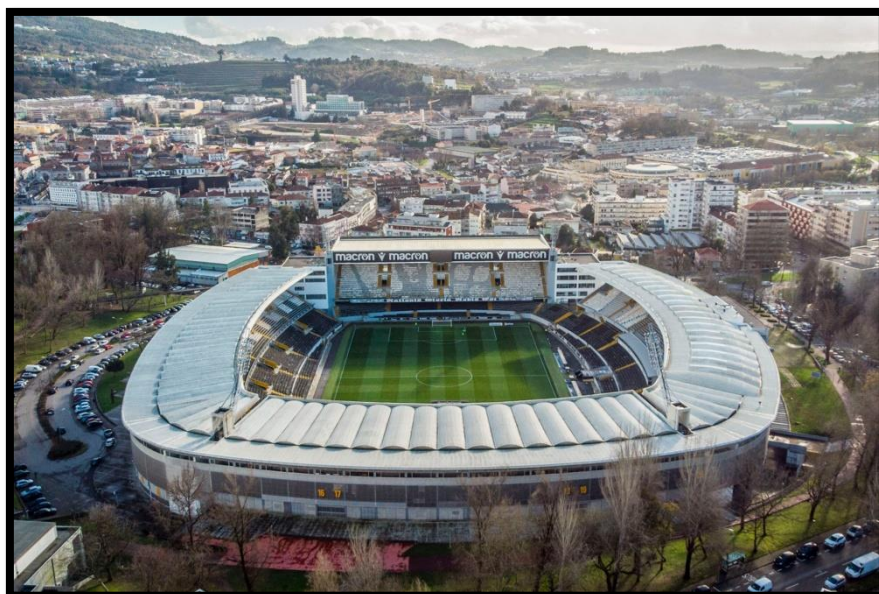


Figura 6- Estádio D. Afonso Henriques

2.5 Certificação de Entidades Formadoras

O Vitória Sport Clube foi reconhecido pela Federação Portuguesa de Futebol como entidade formadora, com classificação máxima de 5 estrelas. No seguimento do processo foram tidos em consideração e avaliação os seguintes parâmetros: Planeamento e orçamento, estrutura organizacional e regulamento interno, recrutamento ou angariação, formação desportiva, acompanhamento médico-desportivo, acompanhamento escolar, pessoal e social, recursos humanos, instalações, logística e produtividade (*Entidade Formadora*, 2023).

Em todos os critérios de avaliação existem condições mínimas a cumprir pelas entidades formadoras dos clubes, com exigências diferenciadas para os clubes de 1ª e 2ª Ligas e do futebol não profissional. O processo é constituído por uma autoavaliação feita pelas próprias entidades formadoras, à qual se seguem visitas técnicas de verificação por equipas especializadas da Federação Portuguesa de Futebol. Após as visitas técnicas são realizados relatórios de avaliação e audiências de interessados. Posteriormente, é decidido pela comissão de certificação aprovado pela Federação Portuguesa de Futebol.

Esta certificação constitui um instrumento muito importante no processo de desenvolvimento do jogador português.

Num processo que incluiu a apreciação de diversos critérios, a Academia do Vitória SC recebeu a pontuação de 98,25%, acabando por conseguir alcançar a pontuação máxima em seis dos nove critérios avaliados. Este resultado traduz a qualidade excelência do clube .



Figura 7- Entidade Formadora FPF

2.6 Organograma Vitória Sport Clube

O VSC é um clube que possui uma estrutura de grande dimensão, o que implica a existência de inúmeros recursos humanos para o funcionamento das diferentes áreas e departamentos. Assim, face à impossibilidade da contabilização total dos recursos humanos, e devido à confidencialidade de dados, apenas será representado neste relatório de estágio a organização geral e o organograma do Vitória Sport Clube-Futebol SAD (*Orgãos Sociais Vitória SC*, 2021).

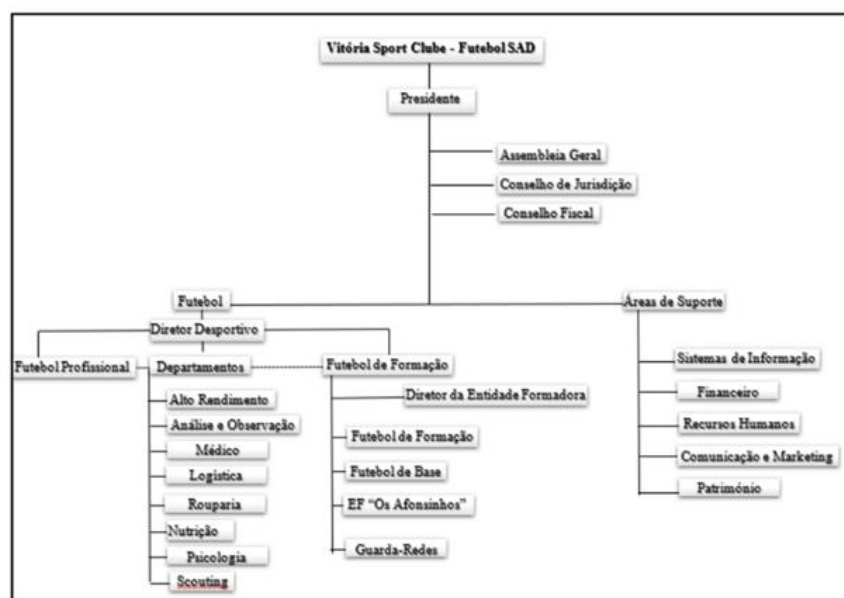


Figura 8- Organograma Vitória Sport Clube

2.7 Enquadramento Futebol de Formação

O Vitória Sport Clube tem 13 equipas em competição federadas desde a equipa-A até ao escalão de sub-9. As equipas estão inseridas no futebol de 11 e futebol de 9 e 7. Da equipa principal até as Sub-13 as equipas jogam futebol de 11. Por outro lado, os escalões de sub12, sub11, sub10 e sub9 para além de praticarem futebol de 9 também praticam futebol de 7.

O estagiário está inserido na equipa Sub-19.

 Vitória Sport Clube		
Futebol Profissional Masculino	Futebol de Formação Masculino	Futebol Feminino
 Equipa A - Liga Portugal Bwin	 Sub.19 - Campeonato Nacional I Divisão Sub.19	 Equipa A - Campeonato Nacional Feminino II Divisão
 Equipa B - Liga 3	 Sub.17 - Campeonato Nacional Sub.17	 Sub.19 - Campeonato Nacional Feminino Sub.19 (Futebol 9)
 Sub.23 - Liga Revelação (onde decorreu o estágio)	 Sub.16 - Campeonato Distrital AF Braga Divisão de Honra de Juvenis	 Sub.17 - Campeonato Distrital Feminino AF Braga Sub.17
	 Sub.15 - Campeonato Nacional Sub.15	 Sub.15 - Campeonato Distrital Feminino AF Braga Sub.15
	 Sub.14 - Campeonato Distrital AF Braga Divisão de Honra de Iniciados	 Sub.13 - Campeonato Distrital Feminino AF Braga Sub.13
	 Sub.13 - Campeonato Distrital AF Braga 1ª Divisão de Iniciados	
	 Sub.12 - Campeonato Distrital AF Braga Futebol 9 de Infantis	
	 Sub.11 - Campeonato Distrital AF Braga Futebol 9 e 7 de Infantis	
	 Sub.10 - Campeonato Distrital AF Braga Futebol 7 de Benjamins	
	 Sub.9 - Campeonato Distrital AF Braga Futebol 7 de Benjamins	

Figura 9- Equipas Futebol Vitória SC

2.8 Enquadramento estagiário na prática

O estagiário está inserido na equipa sub19 do Vitória Sport Clube, 1ª divisão nacional de juniores A, desempenhando a função de analista. A principal função do estagiário passa por analisar o processo da própria equipa desde o processo de treino ao processo de jogo. Trabalha deste modo no ramo da análise e observação.

Numa fase posterior do relatório será descrito de uma forma pormenorizada todo o trabalho do estagiário.



Figura 10- Estagiário João Cunha

Contextualização teórica

3.1 Contextualização á modalidade

Segundo (Pedreño, 2014), atualmente assistimos a uma evolução do Futebol sustentada no estudo, sistematização, padronização e estruturação de meios e métodos, com o objetivo de controlar e perceber as variantes e os condicionalismos do jogo. Desta forma, fazem cada vez mais parte deste mundo, áreas como a Fisiologia, a Psicologia, a Análise da Performance, a Biomecânica, a Computação, a Estatística e a Metodologia do Treino, entre outras. Neste sentido, pode dizer-se que o treinador de Futebol dispõe

atualmente de um conjunto de informações e ferramentas provenientes de vários quadrantes, que podem contribuir para a melhoria do rendimento da sua equipa em contexto competitivo.

O futebol é um desporto coletivo com enorme representatividade a nível mundial, sendo uma modalidade com um grau de imprevisibilidade elevado em que, os seus protagonistas assumem entre si, inúmeras ações e inúmeros fatores que acabam por traduzir as suas performances desportivas. Uma das razões pela qual o futebol é interessante é simplesmente devido ao facto dos jogadores não necessitarem de ser extraordinários em todas as componentes (física, técnica, tática e psicológica) mas apenas serem razoáveis em todas, sabendo que cada atleta tem a sua componente mais forte.

As capacidades táticas e as capacidades cognitivas são consideradas componentes importantes e ligam-se ao processo de treino/jogo (Costa et al., 2011) sendo que este processo é um complemento essencial na modalidade.

3.2 Caracterização ao jogo

(Garganta, 1997), efetuou o estudo da organização defensiva em equipas de alto rendimento competitivo com base na análise de sequências de jogo. Com base nestas sequências o recenseamento das variáveis táticas foi efetuado com referência a três macro dimensões configuradoras da fase ofensiva do Futebol -Tempo, Espaço e Tarefa.

3.2.1 Macroestrutura Tempo

Para (Garganta, 1997), no jogo a estrutura temporal funciona como um gerador de contingências, impondo fortes constrangimentos à utilização do espaço e à realização das tarefas, e sobretudo à sua interação, na medida em que os jogadores não podem parar para pensar, devendo tomar decisões fortemente pressionados por essa variável.

Quanto mais tempo os jogadores tiverem para perceberem, analisarem e executarem as suas ações técnico-táticas, menor será a possibilidade de estes cometerem erros, decidindo assim, pela solução mais adaptada à situação tática (Castelo, 1994). Dessa forma verifica-se que a dimensão tempo está estritamente ligada ao espaço, o que significa que estas são interdependentes, pois, quanto mais temos de um, mais temos do outro.

3.2.1 Macroestrutura Espaço

No jogo de Futebol, as capacidades técnicas e táticas focalizam-se neste elemento - o espaço - o qual, está estreitamente ligado ao fator tempo. Tendo mais espaço disponível, tem-se também mais tempo para decidir (Garganta, 1997). Toda a ação de ataque tem por objetivo criar e aproveitar espaço e, conseqüentemente, toda a ação defensiva tende para o fecho destes espaços na vizinhança, quer da bola, quer do jogador que está para entrar na sua posse.

(Santos, 2006) refere que no futebol, espaço é igual a tempo. Esta asserção terá pleno sentido se estiver presente que todas as ações realizadas coletivamente pretenderão, ganhando espaço, que um qualquer jogador, a cada momento, tenha tempo para jogar. Quanto mais tempo tiver para agir, menor margem de erro é possível por parte do jogador.

3.2.3 Macroestrutura Tarefa

Segundo (Garganta, 1997), a dimensão tarefa representa a ação ou ações desempenhadas pelos jogadores nas diferentes fases do jogo, de acordo com os constrangimentos de espaço e tempo que se lhes deparam.

As ações que os jogadores realizam num jogo não decorrem de tarefas únicas, mutuamente exclusivas e irreversíveis, mas resultam da assunção de papéis reversíveis diversos, que vão sendo desempenhados alternadamente ao longo do jogo pelo conjunto de jogadores. O subsistema estrutural da organização de uma equipa de futebol, estabelece para além do dispositivo de

base (sistema de jogo) que posiciona os jogadores no terreno de jogo, estabelece igualmente as tarefas ou as missões táticas fundamentais que se consubstanciam num conjunto de atitudes e comportamentos técnico-táticos gerais e específicos (Castelo, 1996)

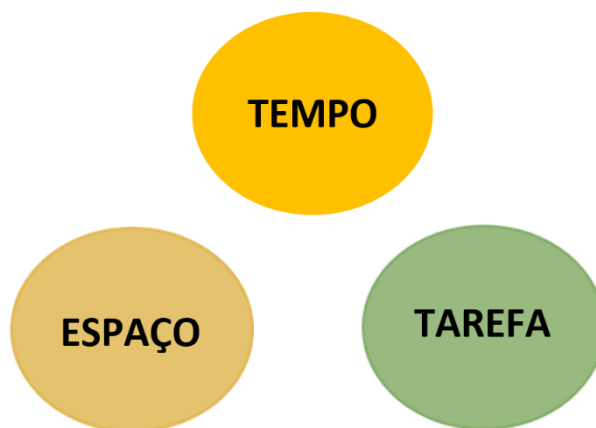


Figura 11- Macroestruturas Futebol

3.3 Modelo de jogo, fases , momentos e métodos de jogo

O modelo de jogo desempenha um papel fundamental na modalidade, representando a identidade de uma equipa. O modelo de jogo adotado delimita um conjunto de comportamentos, princípios e subprincípios a realizar em diferentes escalas desde a coletiva à individual, entre outras tais como: setorial, intersectorial, grupal setorial e grupal intersectorial. Deste modo, devem comportar-se em função dos diferentes momentos que o jogo exige, conjugando-se com duas fases existentes, a fase ofensiva e a fase defensiva. Estas duas fases consideram-se totalmente distintas, uma vez que a fase ofensiva tem como propósito marcar golos e a fase defensiva tem como principal objetivo não permitir que isso aconteça (Barreira & Garganta, 2007).

A fase ofensiva tem como base dois momentos de jogo dinâmicos sendo eles a organização ofensiva e a transição defesa-ataque, fazendo com que nesta fase a equipa tenha a posse de bola, circulando-a pelo terreno de jogo com o principal objetivo de introduzi-la na baliza adversária.

A transição defesa-ataque pressupõe a manutenção de uma fase dinâmica do jogo iniciando-se quando a bola é recuperada, continuando a ser permanecida dentro do terreno de jogo e terminando ou com a recuperação da posse de bola da equipa adversária ou quando a bola transpõe as linhas limitadoras do terreno. A mesma pode ser considerada como transição direta (limita-se a explorar as costas do adversário) e transição indireta (limita-se a explorar o espaço entrelinhas deixado pelo adversário), conciliando-se com uma forte alternância de ritmo de jogo (Barbosa, 2019).

Por outro lado, a organização ofensiva tem por base comportamentos mais ponderados com a bola mantendo-a em sua posse, progredindo no terreno com base na circulação e na procura dos espaços até à baliza adversária. Este momento consiste em três fases, sendo elas a fase de construção constituída por duas subfases, a fase de criação e a fase de finalização (Casarin et al., 2011).

O processo ofensivo apodera-se ainda de métodos importantes para a criação do processo de jogo, sendo o mesmo influenciado por inúmeras variáveis de inúmeros fatores que determinam o sucesso dos diferentes comportamentos coletivos ou individuais (Catalunya et al., 2013).

O contra-ataque, o ataque rápido e o ataque posicional são considerados os métodos ofensivos de um jogo de futebol.

O contra-ataque e o ataque rápido são considerados momentos do jogo onde existe uma rápida alteração de atitudes e comportamentos individuais e coletivos, de defensivos para ofensivos. O primeiro método abordado, consiste numa elevada velocidade de deslocamento de jogadores, de circulação de bola e pouco tempo de ataque, sendo considerado de tal forma um método realizado preferencialmente a partir do meio-campo defensivo em situações que o adversário tem, normalmente, espaços na sua estrutura defensiva que se podem aproveitar. Transmite um elevado nível de insegurança para a equipa adversária criando-se também uma elevada possibilidade de se perder a posse de bola. Em situação idêntica, o ataque rápido caracteriza-se com um método que imprime uma elevada dinâmica ao jogo, onde a circulação da bola realiza-se preferencialmente em profundidade e em largura. Em consequência, torna o jogo bastante dividido entre as equipas havendo a facilidade e a possibilidade de existir desequilíbrios defensivos (Garganta, 1997).

Por outro lado, o ataque posicional, normalmente é frequente em equipas fortes no capítulo técnico-tático. Os comportamentos individuais e coletivos são mais seguros e ponderados, a circulação da posse de bola é exercida a toda a largura e profundidade, e permite às equipas controlar o jogo e os seus consequentes ritmos. Além disso é importante referir que o jogo é um processo contínuo (Maneiro et al., 2019).

Contudo, é necessário ter em conta três macroestruturas fundamentais para descodificar o processo treino/jogo. O tempo, o espaço e a tarefa. Todas elas estão interligadas e trabalham umas em função das outras. A relação espaço-tempo é considerada fundamental para se conseguir gerir a relação equilíbrio/desequilíbrio, funcional e posicional. Para se gerar espaço é necessário tempo, tal como para se obter tempo é necessário gerar o espaço. A tarefa relaciona-se no tipo de comportamento que o atleta ou a equipa devem ter perante diferentes momentos, estímulos e indicadores que o jogo vai exigindo (Clemente, 2014).

3.4 O papel do analista

Para um analista é determinante ter a capacidade de observar e analisar o jogo da mesma forma que o treinador principal e saber dissociar o relevante do acessório (Barbosa & Resende, 2022). O analista terá de ser um profissional capaz de identificar padrões na amostra que estruturam os modelos de jogo.

Segundo (Pedreño, 2014) o analista deve possuir as seguintes características:

- Conhecimento de futebol em todos os seus níveis: tática, técnica, psicológica, metodologia, preparação física e sociologia;
- Conhecimento sobre o contexto em que a equipa está inerente;
- Conhecimento da própria equipa: plantel e as suas características técnico táticas e psicológicas dos futebolistas;
- Capacidade para utilizar corretamente os meios tecnológicos: câmaras de vídeo, softwares, aplicações, etc;
- Capacidade comunicativa;

- Capacidade e conhecimentos suficientes para participar na criação da estratégia operativa, ou seja, propor exercícios que resolvam os problemas á equipa técnica;
- Capacidade para contrastar informações quantitativas com informações qualitativas;
- Consciência de que a sua tarefa é intrínseca á do treinador;
- Ter consciência de que analisar não supõe apenas criticar, mas também reforçar comportamentos desejados pelos jogadores.

A função de analista tem vindo a ter bastante relevância no mundo do futebol. Ao longo dos últimos anos, a análise nos desportos coletivos tem vindo a ter uma evolução bastante acentuada, graças ao rápido desenvolvimento tecnológico conjugado com a inteligência humana. A análise divide-se em dois tipos: análise quantitativa e análise qualitativa, fundamentais para tirar conclusões sobre as diferentes performances desportivas dos atletas. Tem sido cada vez mais importante na preparação das equipas para o processo de treino/jogo, acrescentado aos treinadores um conhecimento mais aprofundado do trabalho realizado pelo grupo de atletas, seja a nível individual ou a nível coletivo (Malta & Travassos, 2014).

Segundo (Barbosa & Resende, 2022) o analista deve procurar desenvolver informação pertinente relativamente ás seguintes temáticas:

1. **Conhecimento da equipa técnica com quem trabalha-** Conhecer e identificar-se com a filosofia de trabalho do treinador principal; conhecer o seu papel dentro da equipa técnica; conhecer modelo de jogo a ser instituído; conhecer e colaborar na criação de um canal de comunicação entre equipa técnica e jogadores; etc;
2. **Tarefas-** observação e análise do treino; observação e análise da própria equipa; observação e análise de adversários;
3. **Desenvolver os conhecimentos interpessoais com todos os intervenientes-** desenvolver e atualizar uma base de dados; ter conhecimentos das plataformas de informação necessárias; estar atualizado sobre a informação pertinente sobre os adversários, lesões e suspensões;

4. **Elaborar um protocolo de observação em sintonia com a equipa técnica e treinador-** refletir e propor procedimentos de intervenção, na observação e análise;
5. **Ter uma forte capacidade de distanciamento emocional e racional;**
6. **Procurar estabelecer correlações entre treino-jogo e jogo-treino-** Modelos de sucesso e modelos de insucesso
7. **Identificar jogadores¹ que se enquadram numa filosofia de trabalho**
8. **Identificar tendências evolutivas-** da competição; de referentes competições; dos jogadores; dos treinadores;
9. **Disponibilizar informação com validade, com fundamentação com profundidade e qualidade, em tempo que permita agir sobre a informação-** da própria equipa; dos adversários; da competição; dos treinos; do jogo; durante o jogo; pós jogo;
10. **Ter sempre presente o valor que a informação tem na realidade do jogo de futebol**

A análise e observação devem ir ao encontro da interpretação e do conhecimento das diferentes ações do jogo que, produzem o sucesso e o insucesso. O processo de treino deve ser utilizado e de tal forma potenciado tendo por base o rendimento da equipa quer a nível individual ou coletivo (Barbosa et al., 2014).

Com o crescimento da modalidade, o avanço da tecnologia e a consequente evolução de todas as ferramentas possíveis, a análise de performance individual tem vindo a despertar um grande interesse em alguns intervenientes do futebol (McLean et al., 2017).

3.5 A tríade observação- treino- jogo

A análise de performance quer de jogo ou de treino tem vindo a conceder-se cada vez mais importante para a diminuição de incertezas e

¹ Ligação recorrente com o departamento de scouting.

aumentar o conhecimento acerca da própria equipa e dos diferentes adversários.

A observação das equipas adversárias tem tido um crescimento progressivo ao longo dos tempos porque tem permitido aos seus intervenientes preparar melhor as suas equipas, quer para jogo, como também para as unidades de treino durante a semana. A mesma tem dotado os treinadores de informações extremamente importantes e que fundamentam diferentes estratégias de jogo (Carling et al., 2005). Assim sendo, a análise de jogo é considerada pelos especialistas como um momento imprescindível e fundamental do processo de preparação do jogo (Bento & Marques, 1991).

Durante o processo de treino e em jogo, a análise do adversário como também as análises da própria equipa desempenham um papel fundamental pois influenciam de forma positiva o feedback, enriquecendo a linguagem e informação transmitida (Reilly et al., 1997). Desta forma, existe uma relação de interdependência e reciprocidade entre a preparação para jogo (treino) e a competição em si mesmas (Gréhaigne et al., 1999). Através desta relação treino-jogo-treino aplica-se uma organização, planificação e estruturação de um microciclo de forma a potenciar o jogo da própria equipa de maneira que se possa potenciar o próprio jogo anulando ou diminuindo, ao mesmo tempo, os pontos fortes dos adversários e explorar os seus pontos mais débeis.

A análise de jogo tem-se assumido como um complemento de informação para a evolução do processo de treino permitindo interpretar a organização das equipas, interpretar as diferentes ações que concorrem para a qualidade de jogo, planificar e organizar a unidade de treino, estabelecer planos táticos adequados em função do adversário e regular o treino (Garganta, 1997). Na realidade o analista tem que ser competente ao ponto de observar e analisar as múltiplas situações que possam vir a ser vantajosas para a sua equipa, dignas de serem analisadas e devidamente filtradas de maneira a perceber quais podem ser prejudiciais ou vantajosas para a sua equipa. Quantos mais informações forem observadas, armazenadas, processadas e recuperadas, maior será a capacidade de prever o que poderá acontecer por exemplo em termos estratégicos.

3.6 Tipos de Observação

No processo de observação existem três vertentes predominantes (Ventura, 2013) que os diversos agentes desportivos têm em consideração sendo eles: observação direta, observação indireta e observação mista.

Em primeiro lugar, a observação direta possibilita uma análise *in loco* do jogo, ou seja, o observador visualiza o jogo ao vivo no local onde se realiza o jogo recolhendo dessa forma a informação em direto . De acordo (Sampaio, 1997), este tipo de observação pode ser muito importante não só para ter um conhecimento aprofundado de como a equipa adversária atua dentro técnico-taticamente , mas também obter um conhecimento mais detalhado de alguns fatores externos que podem estar inerentes ao jogo.

A observação indireta é o tipo de análise mais recorrente nos analistas de performance pois é realizada através do registo de vídeos. É através dos meios tecnológicos que este tipo de análise surge e, a partir daí conclui-se que os fatores ambientais do jogo são pouco analisados.

“ Fazemo-los todas as semanas, quer através dos meios de observação direta, como também sempre de observação indireta. “.

Paulo Sérgio em (Ventura, 2013)

Por último, a observação mista recorre ao uso das duas vertentes. Desta forma a qualidade da análise torna-se mais eficiente e completa. Observar ao vivo e ,posteriormente através de vídeo ou vice-versa.

3.7 Evolução dos Métodos de Observação e Análise

O futebol é um jogo quem opõem duas equipas que atuam e se organizam como um sistema dinâmico, de forma a conseguirem atingir o próprio objetivo do jogo que é marcar golo na baliza do adversário (Sargent & Bedford, 2013) assim surge a importância de estudar as interações que ocorrem entre os jogadores que intervêm no jogo.

Com o desenvolvimento da sociedade, também o Futebol se desenvolve e evolui. Neste sentido, e acompanhando também a evolução da modalidade, a área da observação e análise é uma das áreas que mais tem evoluído e desenvolvido ao longo destes últimos tempos.

Nos primórdios da existência desta área tudo se iniciou com um papel e uma caneta e unicamente com percepções subjetivas. Com o passar dos anos existiu uma enorme evolução nos métodos de observação e análise utilizados (Garganta, 2001). Esta área começou a ganhar cada vez mais importância e a desempenhar um papel fulcral para a otimização e obtenção do rendimento desportivo o que fez com que os clubes apostassem cada vez mais na área a nível financeiro.

Ultimamente assiste-se a uma inovação e evolução gradual dos programas, sistemas e softwares de observação e análise de maneira a melhorar a esta área e fornecendo melhor informação aos treinadores e às suas equipas técnicas. Destacam-se diferentes meios tecnológicos desde sistemas que permitem edição de vídeo e sistemas que possibilitam tracking automático ou semiautomático. Existem também empresas especializadas em dados estatísticos e plataformas web que permitem armazenamento e gestão de informação de dados.

4. Desenvolvimento da prática

4.1 Contextualização da equipa

A equipa sub-19 do Vitória Sport Clube está inserida num contexto competitivo a nível nacional mais concretamente na 1ª divisão zona norte. A competição contava com doze equipas da zona norte do país lutando pela classificação para a fase de apuramento de campeão (2ª fase). Esta fase posterior da temporada consiste na disputa do título de campeão nacional com as 4 primeiras equipas da zona norte e zona sul. Todas as equipas que não se apuram para esta fase, lutam pela permanência nas suas zonas do país descendo três de cada série para a 2ª divisão nacional.



Figura 12- Equipas CNSU19 Zona Norte

4.2 Contextualização Equipa sub19 VSC

4.2.1 Plantel Sub19 VSC

Durante a 1ª Fase da época passaram pelo grupo 35 jogadores, 32 Portugueses e 3 estrangeiros. Desses 35, foram utilizados 26 jogadores no Campeonato Nacional de Sub.19. Dos 35 jogadores, 27 deles já estavam no clube e 8 foram contratações.

Relativamente à construção do plantel, foram realizados 3 treinos após o término da época anterior, onde se juntou a geração 2004 e 2005, com o objetivo de perceber a qualidade do plantel e dos jogadores e também aferir as reais necessidades.

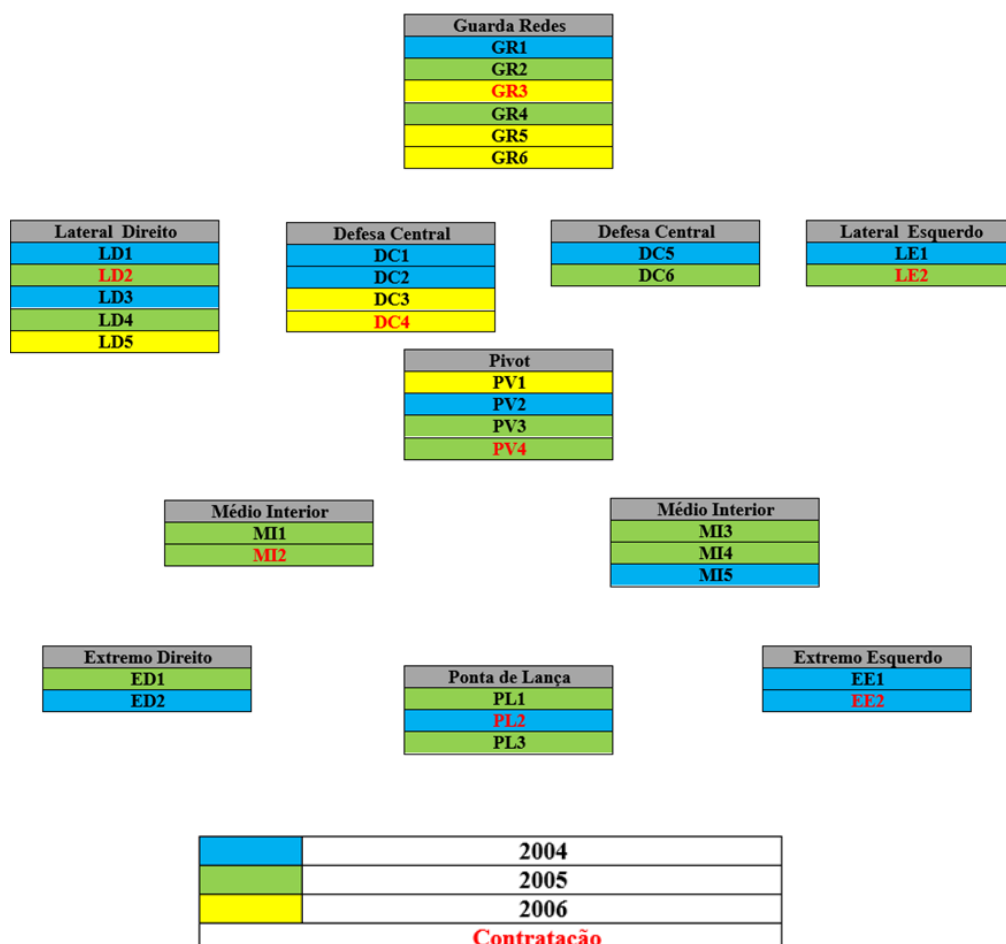


Figura 13- Plantel sub19 VSC 22/23

Os Jogadores LE1, LD5 e LD1 realizaram o período pré-competitivo com a equipa B do clube. O plantel apenas incluía um lateral esquerdo (LD1), sendo que no período competitivo adaptamos o extremo (LE2), pelo facto de não existir nenhum lateral disponível no momento. Durante o período pré-competitivo o clube disponibilizou durante as várias unidades de treino e jogos de preparação alguns jogadores em avaliação. Um desses jogadores, EE2, demonstrou muita qualidade, competência e projeção para integrar a equipa sub19, assinando contrato profissional, após avaliação positiva.

Em novembro juntou-se ao grupo o guarda-redes (GR3), de forma definitiva após ter iniciado o seu percurso na equipa B. Por outro lado, em agosto, um jogador solicitou a saída devido a pouca utilização. Em setembro também mais um jogador deixou o clube pelo mesmo motivo. Já em novembro um dos guarda-redes também solicitou a sua saída (GR1), para abraçar outro projeto com o objetivo de ter mais utilização.

Foi de tal forma notória a participação e consequente utilização de jogadores da geração 2006 no plantel. Esta mesma geração transmite grandes aspirações ao clube fruto da sua qualidade. Com isto, é importante frisar que fizeram parte do plantel sub19, 4 jogadores sub17 sendo que ao longo da época desportiva mais jogadores da geração 2006 também participaram em diferentes unidades de treino. Os jogadores GR3, LD5, DC4 e PV1 foram inseridos pelo menos uma vez no 11 inicial dos sub19.

O plantel terminou a época desportiva com um total de 25 jogadores.



Figura 14- Equipa Sub19 VSC

4.2.2. Equipa Técnica Sub19 VSC

A equipa técnica de sub19 do Vitória Sport Clube foi constituída pelos seguintes elementos:



Figura 15- Equipa técnica Sub19 VSC

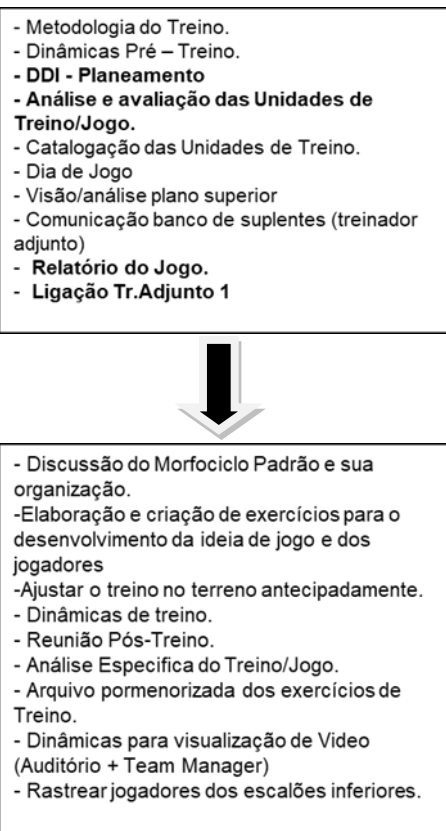
- **Treinador Principal-** Treinador que já está há vários anos no clube trabalhando em diferentes áreas e escalões desde o scouting, sub23, Equipa A feminina e Sub19. Tem uma vasta experiência no mundo do futebol. Possui o Grau III-Uefa A sendo que a próxima temporada já irá possuir o Grau IV- Uefa PRO. A nível académico formou em Desporto na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- **Treinador-adjunto Principal-** Atravessou o primeiro ano no clube. Conta já com alguma experiência no mundo do treino. Já trabalhou na 2ª Liga portuguesa. A nível académico formou-se na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- **Treinador-adjunto 1-** Ingressou pela primeira vez no mundo do treino vindo do Departamento de Scouting do Clube. Conta com uma vasta experiência no mundo da prospeção de jogadores.
- **Treinador-adjunto 2-** Treinador estagiário. Primeiro ano no clube. A nível académico formou-se na Universidade Lusófona do Porto.
- **Treinador Guarda-Redes-** Profissional já há vários anos no clube. Passagens por quase todos os escalões de formação e ainda uma curta passagem pela equipa B no início desta época. A nível académico é formado em Desporto na UTAD.
- **Preparador Físico-** Profissional do clube há cerca de 2 anos. Formado no ISMAI.
- **Treinador/Analista principal-** João Cunha (Estagiário).

- **Treinador/Analista 2-** 2 anos no clube. Primeiro ano na área da análise e observação. Formado na Faculdade de Desporto da Universidade do Porto.
- **Fisioterapeuta-** 3 anos no clube sempre no escalão sub19.
- **Médico-** O salão de sub19 tem durante a época desportiva 2 médicos sendo que apenas estão com a equipa no dia de jogo. Durante os dias de jogo apenas comparece 1 médico.
- **Psicólogo:** Cerca de 8 anos no clube. Para além do escalão sub19 exerce também funções na Equipa B.
- **Nutricionista-** Cerca de 2 anos no clube. Para além dos sub19 também exerce funções no escalão sub17.
- **Team manager-** Profissional que exerce funções no clube á cerca de 34 anos. Passou grande parte da sua vida profissional na equipa principal sendo que a época passada esteve no escalão se sub23.

Figura 16-Organograma Equipa Técnica Sub19 VSC

4.2.2.1 Tarefas do Estagiário na Equipa Técnica Sub19 VSC

O Estagiário esteve inserido na equipa técnica sub19 proveniente do Departamento de Análise e Observação. Foi o analista responsável pelo DAO Sub19 liderando todo o processo de trabalho tendo um leque variado de tarefas, sendo elas:



Para além de trabalhar na área da observação e análise o estagiário também teve influência no processo de treino intervindo constantemente na planificação e consequentemente no terreno. O clube tem por norma inserir o analista principal no campo e a equipa técnica também considerou muito positivo ter o responsável pela análise do processo da própria bem de perto da equipa. O treinador principal definiu para o estagiário como função principal durante a temporada o foco no processo ofensivo nas unidades de treino.

Também auxiliou o Departamento de Desenvolvimento Individual liderando várias vezes exercícios setoriais e intersectorial, essencialmente exercícios de linha defensiva e linha defensiva com alguns elementos da linha

média (Organização defensiva). Os exercícios de escala individual também chegaram a fazer parte das duas tarefas principalmente na fase mais inicial da temporada (período pré-competitivo).



Figura 17- Estagiário intervindo em DDI



Figura 18-Estagiário intervindo em treino coletivo

Em dias de jogo o estagiário observava o jogo através da bancada fazendo comunicação com o banco mais concretamente com um treinador-adjunto. Esta comunicação é constante durante o tempo total de jogo existindo sempre uma comunicação filtrada de maneira que seja perceptível e de fácil compreensão para quem a absorve.



Figura 19- Estagiário intervindo em contexto de jogo

As tarefas pormenorizadas do estagiário enquanto membro do departamento de análise surgem numa fase posterior do relatório escrito (Capítulo 6).

O estagiário acrescentou também às suas tarefas a supervisão do trabalho desenvolvido pelo seu colega do DAO Sub19, tendo em conta que era o responsável máximo pela equipa de análise do escalão Sub19. No início da época foi importa perceber o que o treinador principal pretendia do departamento e a partir daí juntamente com o analista secundário definir a metodologia de trabalho da equipa de análise. Essa metodologia foi definida e cumprida ao longo da época desportiva de forma bastante eficaz cumprindo sempre prazos de entrega de trabalhos desenvolvidos á equipa técnica.

4.3 Modelo de jogo sub19 VSC

Segundo (Garganta, 1997), o modelo de jogo representa a identidade de uma equipa e permite fazer emergir problemas, determinar os objetivos de aprendizagem e de treino e constatar os progressos dos praticantes, em relação ao referenciais do próprio modelo.



Figura 20- Ciclo Interações definido por treinador principal

Segundo (Barreira & Garganta, 2007), o jogo divide-se em na fase ofensiva e defensiva e dentro dessas mesmas fases são incorporados os cinco momentos do jogo sendo quatro deles dinâmicos (Organizações Ofensiva e Defensiva e Transições Ofensiva e Defensiva). Os esquemas táticos também fazem parte sendo conhecidos como a bola parada.



Figura 21- Momentos do jogo no Futebol

4.3.1 Organização Ofensiva

A organização ofensiva é o momento em que a equipa detentora da posse de bola tenta marcar golo. Decorre depois da recuperação da posse, quando a equipa procura atacar a baliza do adversário, mas não tem sucesso, entrando em ataque posicional, ou quando a equipa procura entrar de imediato em ataque organizado conservando a posse de bola (Barbosa et al., 2014).

Foram considerados pela equipa técnica os grandes princípios deste momento do jogo:

- Intencionalidade de todos os jogadores saberem atacar
- Capacidade de conservar a bola
- Capacidade de ajustar conforme o contexto
- Progressão da bola e dos jogadores
- Criação de relações. Superioridades numéricas
- Funcionalidade de ter a bola em qualquer espaço do campo. Relação Amplitude vs. Profundidade

4.3.1.1 1º SUB momento- Pontapé de baliza + 1ª fase construção

Através da recriação dos princípios de jogo anteriormente mencionados e de Subprincípios a articular procura-se:

- Superar estruturas de pressão do ADV (9/9; 9/10; 9/11/7; 9/10), colocando jogadores de frente para o jogo dentro do bloco rival;
- Procurando espaços que permitam a progressão, seja por dentro ou por fora;
- Privilegiando jogadores próximos ao eixo central, para aumentar possibilidades dentro ou criar espaço fora;
- Identificando timings e avaliando o risco



Figura 22- Pontapé de baliza MJA

Na 1ª fase de construção pretende-se através de uma Organização Coletiva ultrapassar linhas de pressão adversárias. Capacidade coletiva em identificar estruturas contrárias e ajustar-se para eliminá-las. Identificar possíveis espaços livres que oferecem tempo e espaço para o portador da bola decidir. Fase determinante para iniciação do processo coletivo.



Figura 23- 1ª Fase construção MJA

Definiram-se alguns comportamentos fundamentais para a 1ª fase de construção:

- Busca de Superioridade.
- Velocidade da bola lenta ou rápida (dependente do tipo de pressão).
- Intenção em fixar bloco adversário.
- Quebrar linhas adversárias a conduzir ou através de passe.
- Ver curto e longo, dentro, fora e diagonal.
- Jogar sem bola.

4.3.1.2 Segundo SUB Momento- Criação

Através da recriação dos princípios de jogo anteriormente mencionados e de Subprincípios a articular procura-se:

- Superar estruturas de cobertura ou de proteção de finalização do ADV, criando situações de finalização;
- Procurando espaços propícios para desequilibrar o rival, seja por dentro ou por fora;
- Privilegiando movimentos de penetração em direção à baliza;
- Tentando aproximar a equipa a situações de jogo mais favoráveis;
- Sensíveis aos timings e avaliando o risco (Estamos juntos? Progredir vs. reciclar – Custo-Benefício?)



Figura 24- Segundo SUB Momento MJA

4.3.1.3 Terceiro SUB Momento- Finalização

Consequência das duas Fases precedentes (Possibilidade de através da 1ª Fase de Construção ligar imediatamente para uma situação de finalização, sem passar pela Fase de Criação). Contexto potencializado, em que se procura situações passíveis de finalização com o objetivo de fazer golo. Variabilidade na intencionalidade de eliminar a última Linha de Pressão Adversária.

Foram definidos alguns pontos fundamentais para este SUB momento ofensivo:

- Ajustes permanentes em relação á bola, colegas e adversário
- Identificação dos espaços a explorar
- Último passe para finalização
- Finalização – Golo



Figura 25- Terceiro SUB Momento MJA

4.3.2 Transição Defensiva

A transição defensiva caracteriza-se pelos comportamentos a adotar nos segundos subsequentes à perda da posse de bola .

Estes comportamentos devem sempre que possível antecipar o final da organização ofensiva, aumentando a probabilidade de sucesso da equipa em manter a posse de bola, ou em caso de perda que esta a consiga recuperar ou reorganizar de forma eficiente e eficaz (Malta & Travassos, 2014).

No momento de transição defensiva o objetivo principal da reação à perda é a recuperação imediata da posse de bola, em que concomitantemente fora do centro de jogo existe recuperação de posições vitais. Se não for possível recuperar a posse a equipa procurará recuperar linhas/posições vitais e posições específicas. Na impossibilidade de recuperar a bola e de se organizar, a equipa deve realizar a falta táctica.

A transição defensiva divide-se em três SUB Momentos:

- **Reagir á perda da bola-** Capacidade de rapidamente alterar um comportamento com bola para um sem bola. A importância de recuperar a bola o mais rápido possível e convenientemente na zona da perda é fundamental, tendo em vista voltar á Organização Ofensiva ou potenciar a Transição Ofensiva.

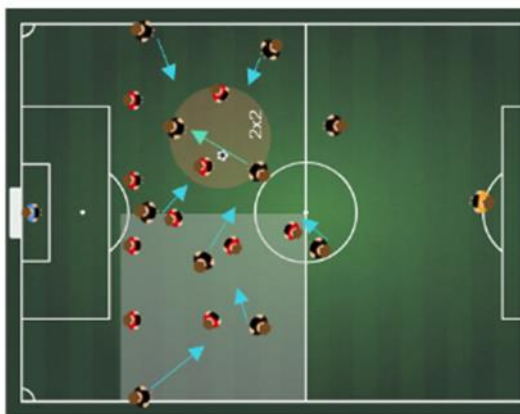


Figura 26- Comportamento Coletivo Reação á perda MJA

- **Reorganização Defensiva-** Caso o Adversário tire a bola de Zonas de Pressão é imperativo a capacidade organizacional da equipa em estruturar-se coletivamente para, independentemente da zona da perda de bola, ajustar-se para o processo de Organização Defensiva.



Figura 27- Comportamento coletivo reorganização defensiva MJA

- **Defesa do contra-ataque-** O contra ataque é um método de jogo ofensivo (Garganta, 1997). O termo “Defesa de contra ataque “ foi definido pelo treinador principal para este SUB momento da transição defensiva.

Nele pretende-se interpretar o contexto envolvente. Deve predominar um domínio em defender em inferioridade numérica utilizando indicadores para condicionar a decisão adversária ou eliminar a Transição Defensiva em inferioridade numérica.

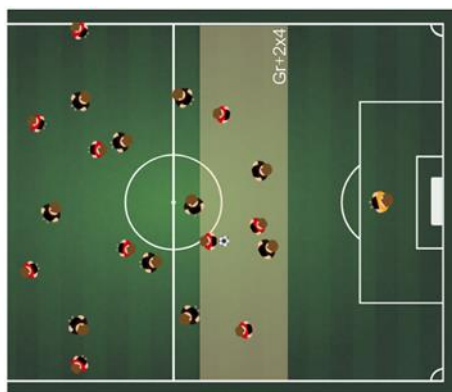


Figura 28-Comportamento Coletivo Defesa contra-ataque MJA

4.3.3 Organização Defensiva

A organização defensiva é definida como o momento no qual a equipa que defende procura impedir o golo do adversário e recuperar a posse (Estes comportamentos decorrem após a perda da posse de bola, quando a equipa não procura a sua recuperação imediata, ou quando a procura e não tem o sucesso pretendido, acabando por entrar em organização (Barbosa et al., 2014)

Defender como um bloco e assumir uma postura de iniciativa na recuperação da posse de bola, através de uma alta intensidade defensiva e de uma marcação predominantemente zonal, apoiado em estrutura de pressões diversas, consubstanciada por princípios, subprincípios e sub subprincípios e recriados por jogadores competentes de vista micro (conhecimento do seu estatuto funcional em cada momento e meios a usar) que nos permitirá promover, reconhecer e aproveitar situações de debilidade na circulação adversária e convertê-las em transições ofensivas de elevado potencial ou organizações ofensivas.

Foram considerados pela equipa técnica os grandes princípios deste momento do jogo:

- Defender o mais longe possível da própria baliza
- Recuperar a bola o mais perto possível da baliza adversária
- Intencionalidade de todos os jogadores saberem defender
- Impedir a construção, criação e finalização adversária
- Funcionalidade em atuar coletivamente, sectorialmente e grupalmente com o objetivo de recuperar a posse de bola o mais longe possível da nossa baliza
- Capacidade em condicionar as ações do adversário em qualquer zona do campo. Relação Amplitude vs. Profundidade
- Provocar e reagir coletivamente a Indicadores de Pressão do Adversário pré-definidos

4.3.3.1 Primeiro SUB Momento Defensivo

Momento defensivo do jogo que se inicia com a bola parada. Predominância em pressionar imediatamente o portador da bola e zona envolvente com o objetivo de recuperar a bola o mais longe da nossa baliza e o mais rápido possível.

É importante ter em conta alguns pontos fundamentais, tais como:

- Identificar zonas ou adversários para iniciar a forma de pressionar. Provocar ou reagir a Indicadores de Pressão.
- Ajustes permanentes em relação á bola, colegas e adversário. Controlo da Largura e Profundidade.
- Preparar para sair na pressão.
- Condicionar para zonas pretendidas (Dentro ou fora do nosso bloco)Eliminar linhas de passe.
- Recursos para Duelos.
- Ajustes posicionais para Coberturas Defensivas.
- Equilíbrios Defensivos



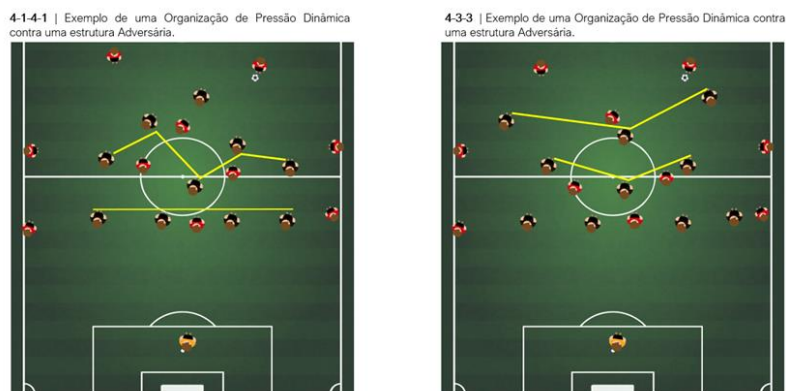
Figura 29- Posicionamento base primeiro SUB Momento Defensivo MJA

4.3.3.2 Segundo SUB Momento Defensivo

Momento do jogo em que o adversário tem a bola e o nosso posicionamento está mais próximo da nossa baliza. Importância de todos os jogadores conseguirem interpretar em conjunto os movimentos sem bola pretendidos com vista á recuperação da posse de bola. Quanto mais próximo da nossa baliza, maior a importância da proteção do Corredor Central, mas nunca descurando o Controlo de Corredores Laterais.

Através da recriação dos princípios de jogo anteriormente mencionados e de Subprincípios a articular podemos:

- Criar condições vantajosas para a recuperação da bola;
- Direcionar o adversário para zonas onde temos uma vantagem numérica, qualitativa, espacial;
- Provocar situações de fragilidade na posse adversária.



4.3.3.3 Terceiro SUB Momento Defensivo

Momento do jogo em que o Adversário tem a bola e está mais próximo da nossa baliza. Importância de todos os jogadores perceberem que quando existe quebra de linhas por parte do adversário, deverá haver reajustes comportamentais tendo em vista a proteção da nossa baliza. Maior importância da proteção do Corredor Central, mas nunca descurando o Controlo de Corredores Laterais e Espaço de Baliza.

Através da recriação dos princípios de jogo anteriormente mencionados e de Subprincípios a articular podemos:

- Ganhar a bola em condições que permitam chegar o mais rápido possível a uma situação de finalização de alto potencial;
- Capitalizando as situações de fragilidade criadas no adversário;
- Não permitir que rival crie situações de conforto.
- Continuar a condicionar para zonas pretendidas (Dentro ou fora do nosso bloco)
- Continuar a eliminar linhas de passe.
- Recursos para Duelos.
- Continuar os ajustes posicionais para Coberturas Defensivas.
- Equilíbrios Defensivos.
- Controlo do Espaço de Baliza.

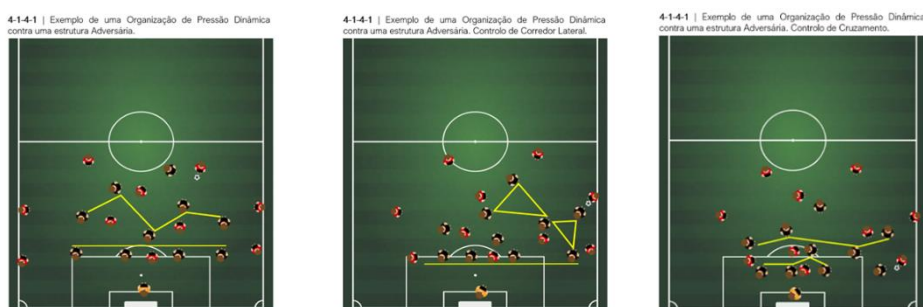


Figura 31- Posicionamento base terceiro SUB Momento defensivo MJA

4.3.4 Transição Ofensiva

O momento de transição ofensiva é definido pelos comportamentos a adotar nos instantes imediatos ao ganho da bola (Leite et al., 2016).

Este momento representa o início do método de jogo ofensivo de acordo com o momento de ganho da bola. A organização que permitiu à equipa a recuperação da posse influencia o momento de transição ofensiva e os caminhos que esta pode seguir (Garganta, 1997)

No momento de transição ofensiva o objetivo da nossa equipa é aproveitar a desorganização do adversário para criar situações de finalização ou, em último recurso, para manter a posse de bola.

Reagir á recuperação de bola para posteriormente transitar

- Mudança de mentalidade exigida e imediata.
- Máximo de soluções de linhas de passe para sair da zona de pressão.
- Reajustar estruturas coletivamente caso haja ataque imediato á baliza adversária (todos atacam).
- Reajustar estruturas coletivamente caso não haja condições imediatas para contra-atacar, mas sim para manter a posse de bola e posteriormente atacar.

Reagir á recuperação da bola para manter posse e posteriormente atacar baliza adversária- Momento do jogo em que de forma individual ou coletiva é recuperada a posse de bola, contudo posteriormente não existem contextos imediatos e adequados para contra-atacar o Adversário. Neste tipo de situações procura-se jogar nas zonas de mais superioridade e voltar ao Momento de Organização, mas nunca deixando de procurar sempre momentos de atacar a baliza Adversária.

Deve-se ter em conta os seguintes pontos definidos:

- Reagir á recuperação coletivamente.
- Quantas mais de linhas de passe houver após a recuperação da bola mais soluções teremos.
- Sair ou ficar na zona de pressão.

- Ver todo o contexto envolvente para identificar contra-atacar ou ficar com bola.

4-1-4-1 | Exemplo de uma Organização Defensiva com recuperação da bola e Contra-Ataque.



Figura 32- Procura do contra-ataque MJA

4.3.5 Esquemas Táticos

Os esquemas táticos desempenham um papel importante no processo de jogo sendo cada vez mais um momento do mesmo determinante no resultado final (Acadêmico & Santo, 2018).

4.3.5.1. Esquemas Táticos Ofensivos

Relativamente aos esquemas táticos ofensivos a equipa técnica definiu como grandes princípios do modelo de jogo adotado:

- Intencionalidade: iludir adversário e aproveitar espaços
- Qualidade do marcador. Zonas Pré- definidas. Timings de atacar a bola
- Variabilidade. Marcação curta ou longa
- Condicionar adversário- atrair ou bloquear
- Posicionamento dos equilíbrios para 2ª bola
- Perspicácia caso o adversário não esteja organizado

4.3.5.2 Esquemas Táticos Defensivos

Quanto aos esquemas táticos defensivos a equipa técnica definiu como grandes princípios do modelo de jogo adotado:

- Intencionalidade: Iludir adversário e aproveitar espaços
- Qualidade do batedor. Zonas. Pré-definidas. Timings de atacar a bola
- Dominar a marcação curta ou longa. Variabilidade
- Condicionar adversário- Atrair ou bloquear
- Posicionamento dos equilíbrios para 2ª bola
- Perspicácia caso o adversário não esteja organizado

4.3.6. Sistema Tático Adotado SUB 19 VSC

O sistema tático é visto como um ponto de partida no posicionamento dos diferentes jogadores em campo. Segundo (Barbosa, 2019), os sistemas táticos devem ser dinâmicos e flexíveis.

Iniciou-se a época desportiva no sistema base da formação do clube o 1-4-3-3. Este sistema tem sido ao longo dos anos o sistema de jogo adotado por todas as equipas da formação do Vitória Sport Clube. Com base neste sistema a equipa técnica dos sub19 começou desde bem cedo, primeiramente, a observar e analisar todos os jogadores de forma a avaliar as suas qualidades individuais de forma a poderem potenciá-las em prol da equipa.

Este sistema de jogo, numa primeira fase transmitiu garantias pois os jogadores já estavam interiorizados com as dinâmicas mais básicas e com a ocupação racional do espaço que o próprio sistema adotava. O 1-4-3-3 foi o sistema utilizado na 1ª fase da época desportiva, sendo que este sistema se tornava facilmente versátil com diferentes nuances e até mesmo dentro deste sistema descobrir novas estruturas que pudessem dar garantias nos diferentes momentos do jogo. A não passagem à Fase de Apuramento de Campeão Nacional Juniores A foi motivo de reflexão para a equipa técnica. A equipa vinha a demonstrar dificuldades no processo defensivo mais precisamente no

controlo de largura (controlo de corredores) e o número de golos sofridos era bastante elevado. Contudo, decidiu-se alterar para um sistema que oferecesse mais garantias de forma a controlar melhor a largura e assim contrariar de melhor forma a amplitude do bloco adversário diminuindo também o rácio de golos sofridos. O 1-3-4-3, desmembrou-se numa linha de defensiva de 5 que acabou por colmatar de uma forma bastante acentuada os problemas defensivos que a equipa demonstrava. Este sistema ofereceu uma maior consistência não só no processo defensivo da equipa ,bem como no processo ofensivo.

Relativamente ao processo defensivo como já foi referido, a linha defensiva de 5 elementos ofereceu maior segurança á equipa, acompanhada por uma linha média de 4 elementos e uma linha avançada constituída por um elemento mais adiantado no terreno. A equipa tornou-se muito mais sólida defensivamente e ainda mais predisposta para o momento após o ganho da bola (transição ofensiva) isto porque os extremos acabaram por não se desgastar tanto no controlo de largura e assim estavam mais disponíveis para o próximo momento do jogo. Importante mencionar que os extremos demonstraram algumas lacunas no processo defensivo principalmente no entendimento e reação aos indicadores de pressão que lhes eram solicitados ao longo do jogo. Com a alteração do sistema de jogo, a performance coletiva da equipa melhorou , bem como a performance individual de todos os jogadores. Dentro do novo sistema de jogo criou-se várias dinâmicas no processo ofensivo de forma a enriquecer cada vez mais o processo de jogo da equipa.

A maior dificuldade sentida pelos atletas foi o jogo posicional ofensivo dos médios uma vez que se abdicou de um pivot declarado, passando a zona central do terreno ser apenas povoada por 2 médios interiores. Numa fase mais adiantada no terreno os extremos também exploravam zonas interiores permitindo que os laterais pudessem oferecer o máximo de amplitude ao bloco e profundidade também. Conclui-se que o 1-3-4-3 oferecia ainda melhores garantias á equipa pois defensivamente colmatou todas as dificuldades que a equipa tinha vindo a demonstrar (Ex: controlo largura), ofensivamente a equipa teve sempre amplitude garantida, a presença de vários elementos em zonas de finalização incluindo o lateral contrário (Dificuldade para os adversários

contrariarem) e o equilíbrio era sempre garantido por jogadores com características destinadas para o processo defensivo (3 defesas centrais + 1 médio)²



Figura 33- SJA 1-4-3-3



Figura 34- SJA 1-3-4-3

² Esta informação foi retirada da reflexão feita pela equipa técnica após a alteração do sistema tático adotado. Todo este tipo de linguagem foi utilizado no dia-a-dia da equipa.

4.4 Modelo de treino

O padrão semanal é o período ou ciclo que se identifica pela presença de dois jogos separados no espaço de uma semana, tendo por exemplo, jogos de sábado a sábado. Além disso, ao ter a sua lógica e matriz respeitada ininterruptamente, todas as semanas afiguram-se como um padrão (Tobar, 2018)

A equipa técnica sub19 do Vitória Sport Clube teve bem vincada a sua metodologia se treino baseando-se nos regimes defendidos pela periodização tática sendo eles: o regime recuperação ,o regime de tensão, o regime, duração e o regime de velocidade. A periodização tática é uma conceção de treino que possui uma matriz conceptual que é representada pela intencionalidade coletiva, pelo tático, sustentada em grandes princípios de jogo. É operacionalizada com base na matriz metodológica, suportada por princípios metodológicos próprios, respeitando um microciclo padrão com a finalidade de construir um jogar específico (Santos, 2006).

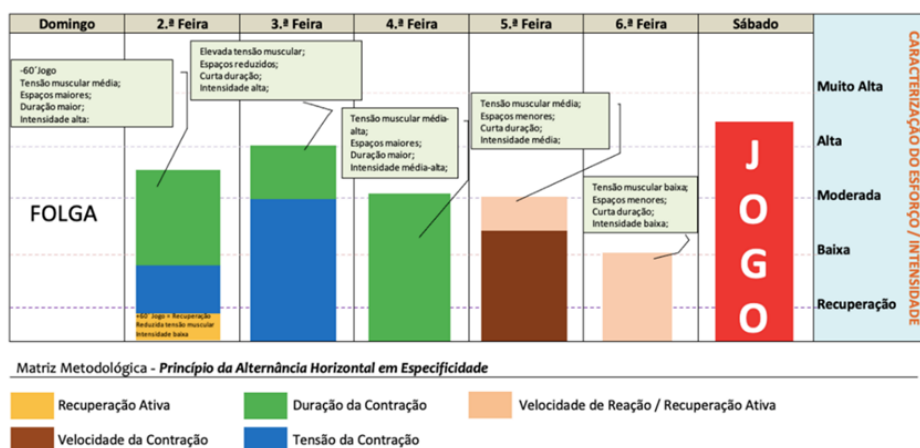


Figura 35- Microciclo Padrão Sub19 VSC

Tendo em conta estes diferentes regimes o trabalho mensal e consequentemente semanal era definido. Os jogos foram sempre aos sábados salvo alguma exceção. O domingo era o dia definido para o descanso (folga). A semana de trabalho iniciava á segunda-feira e terminava na sexta-feira. Os volumes das unidades de treino eram dependentes em primeiro lugar pelo regime, no entanto o bem- estar do atleta e a PSE oferecidas pelos jogadores

ao longo dos dias poderia influenciar esse mesmo volume.

4.4.1 Segunda- Feira - ³ Regime Recuperação ativa

Primeiro dia da semana é destinado á recuperação dos atletas que tiveram um grande volume de jogo, essencialmente os atletas que iniciaram a partida desde o onze inicial. Os mesmos, por norma, iniciam o seu treino no relvado e posteriormente seguem para o ginásio. Os restantes jogadores entram num treino com níveis de intensidade e volume mais alto a partir do relvado de forma a equilibrar cargas entre todo o grupo de trabalho.

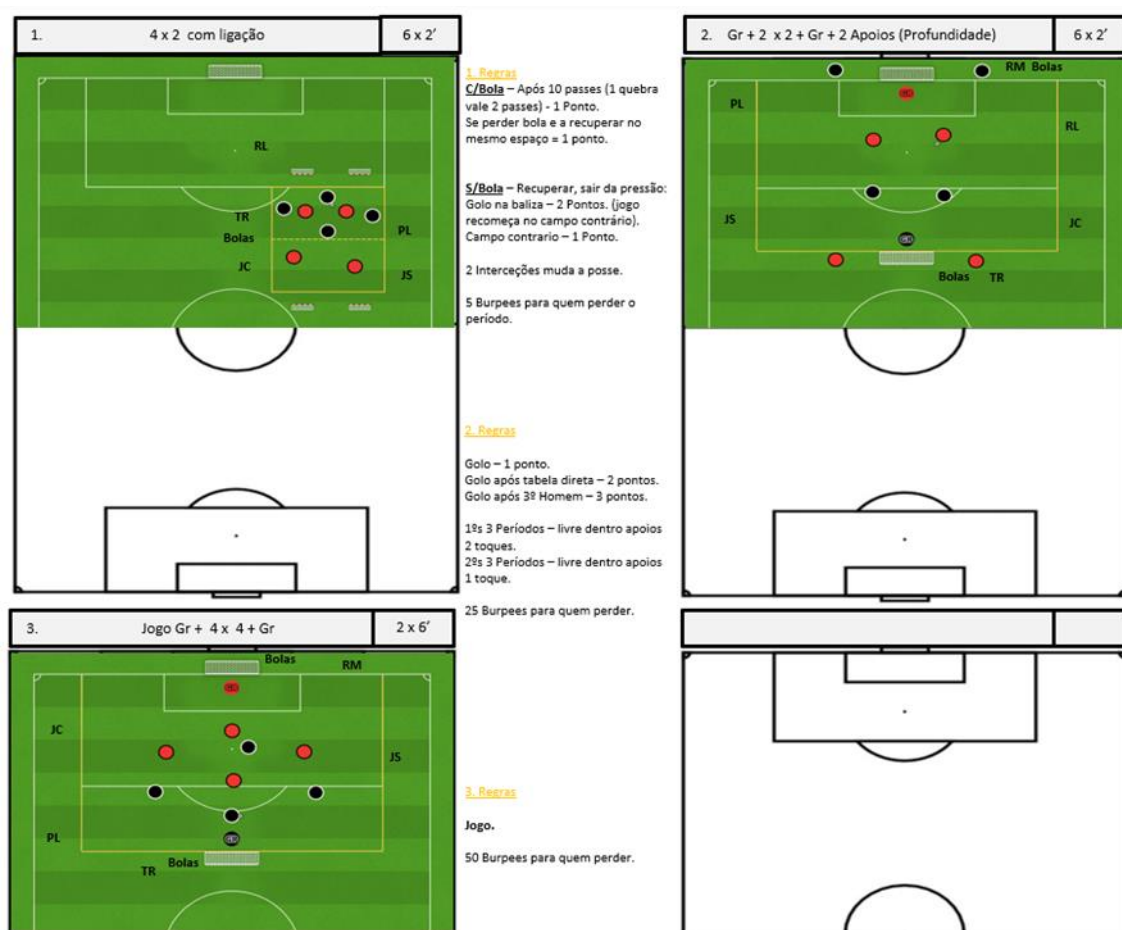


Figura 36- Plano treino Regime Recuperação ativa

³ Segundo (Tobar, 2018) neste dia a recuperação fisiológica f ainda não ocorreu e a fadiga central ainda está presente de forma acentuada, por isso os jogadores são submetidos a um regime recuperação desta vez de forma ativa, ou seja, treinando.

4.4.2 Terça- Feira- ⁴ Regime Tensão

À terça-feira é destinada para elevar o volume do treino relativamente a segunda-feira com uma elevada tensão da contração nos exercícios executados. Neste dia o treino resume-se a exercícios mais reduzidos tanto a nível de espaço, como a nível de relações numéricas. Essencialmente os jogadores trabalham em escalas mais reduzidas tais como: escala individual e/ou grupal. Exemplo disso mesmo, são exercícios de 1x1, 2x2 e 3x3 onde se privilegia também a igualdade numérica de forma a ir ao encontro do regime de tensão. Mesmo utilizando menos jogadores nos exercícios, é muito importante que se estabeleçam relações aquando da formação das equipas, para que se criem rotinas e uma maior simbiose entre jogadores que joguem no mesmo espaço ou no espaço circundante no dia da competição.

Segundo (Tobar, 2018), neste dia as incidências do treino não podem recair sobre a grande dimensão coletiva do jogo uma vez que em termos de concentração é muito mais exigente porque existem mais jogadores, uma maior necessidade de articulação entre eles, mais espaço e, portanto, aproximam-se muito das exigências do jogo.

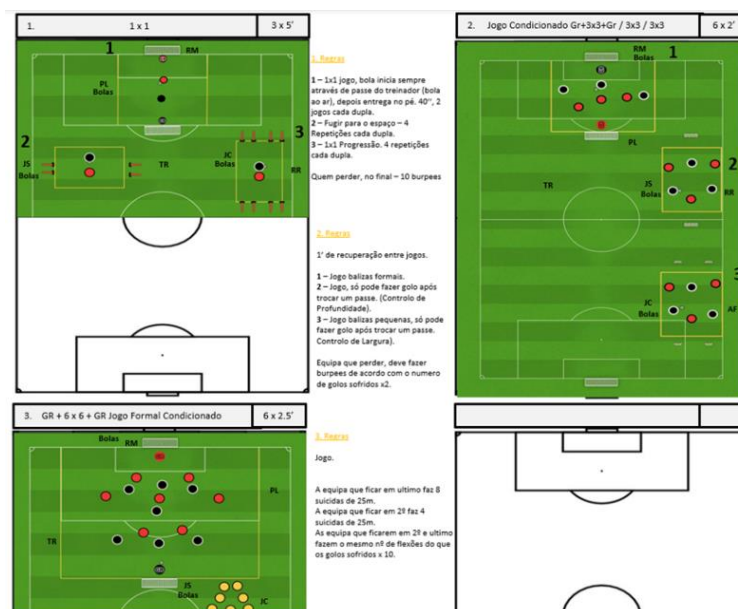


Figura 37- Plano de treino Regime tensão

⁴ Segundo (Tobar, 2018), a aquisição deverá centrar-se em aspetos micro, predominantemente sobre o indivíduo, promovendo uma parábola a nível individual ao nível do grau de tensão da contração muscular.

4.4.3 Quarta-Feira- ⁵ Regime Duração

Quarta- Feira é o dia de duração , ou seja, é a unidade de treino com mais volume do microciclo. Dia onde se aumenta as dimensões do campo bem como as relações numéricas. Será caso para dizer que as relações numéricas e as relações espaciais estão sempre interligadas.

É neste dia que se dá ênfase aos macro princípios tende dessa forma uma maior complexidade e grande vertente aquisitiva. São trabalhados essencialmente exercícios coletivos abordando já de uma forma bastante detalhada algumas nuances estratégicas para o próximo jogo. O objetivo passa também por aproximar esta unidade de treino da realidade do jogo.

(Tobar, 2018), considera que por mais que alguns jogadores possam estar totalmente recuperados já após o terceiro dia após a competição anterior, é a garantia da totalidade que leva ao enquadramento, porque sendo o futebol um desporto coletivo com uma grande complexidade, a contemplação do todo deverá ser constante, onde importa respeitar a regra dos quatro dias.



Figura 38-Plano de treino Regime Duração

⁵ Segundo (Tobar, 2018), a densidade desta sessão é elevada. Neste dia treina-se sobretudo os propósitos macro e meso do *jogar*, aspetos de maior complexidade, portanto uma maior dimensão aquisitiva.

4.4.4. Quinta-Feira- ⁶Regime Velocidade

No treino menos dois, o foco principal é a velocidade da contração onde se procura impor dentro dos exercícios do treino momentos em que os jogadores possam trabalhar essa mesma velocidade. Dessa forma, nesta unidade de treino após a ativação muscular no início do treino, os jogadores executam sprints de 20 e 30 metros, respetivamente. Estes sprints são sempre executados em regime de competição (1x1) para assegurar que os jogadores atinjam o máximo das suas capacidades nesta fase da unidade treino.

É essencial que os exercícios fundamentais permitam que as contrações musculares sejam manifestadas de forma “limpa”, ou seja, deve-se eliminar tudo o que possa constituir como ruído ou estorvo, fazendo com que o jogador após percorrer em máxima velocidade uma distância de pelo menos 15 a 20 metros –intervenha num curto espaço de tempo, sem ter a necessidade de parar e reajustar o movimento (Tobar, 2018).



Figura 39- Plano de treino Regime Velocidade

⁶ Segundo (Tobar, 2018), este é o último treino dito aquisitivo do microciclo padrão e ao mesmo tempo o primeiro treino de recuperação em função do próximo jogo. Promove a maximização da velocidade máxima da contração muscular, de deslocamento.

4.4.5 Sexta-Feira- ⁷ Recuperação direcionada para a competição

Na unidade de treino menos 1 o foco seria a diminuição do volume de treino e as consequentes cargas, uma vez que, no dia seguinte seria o jogo. Procura-se trabalhar a velocidade de reação através de exercícios lúdicos. A parte fundamental do treino era consistida pelo plano estratégico, jogo formal 11x11 passivo, onde o treinador principal assumia a liderança do exercício mencionando alguns pontos chave para o jogo do dia seguinte. Por último, os esquemas táticos (livres laterais e frontais, cantos e penaltis) complementavam o treino. Assim dava-se por concluído o microciclo com vista a preparação de um jogo realizado ao sábado à tarde.

Segundo (Tobar, 2018), os exercícios equivalentes a esta unidade de treino são exercícios onde se recria o jogo, tendo como pano de fundo o jogar e a possibilidade de que o dito jogar se manifeste no dia seguinte, sendo que o objetivo central deste dia, além da recuperação, passa por atuar sobre os jogadores no sentido de ativar e deixar latentes alguns dos automatismos relativos à dinâmica da equipa.

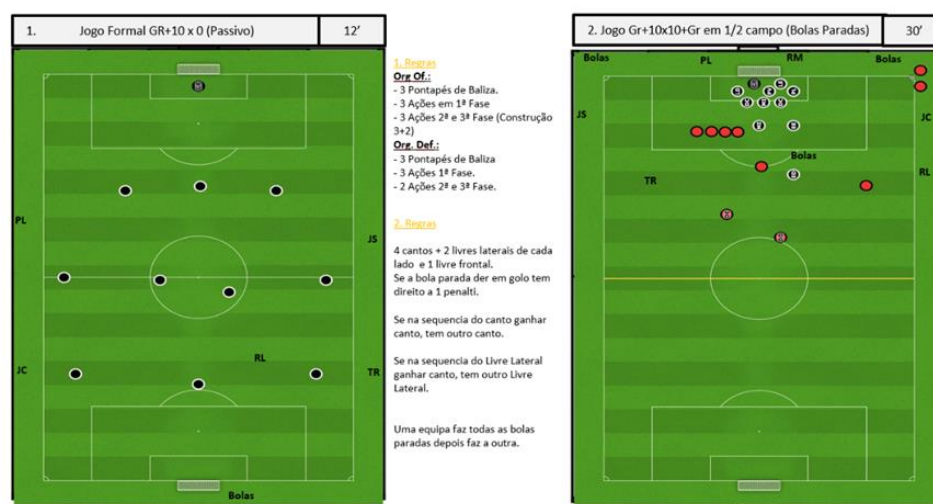


Figura 40- Plano de treino recuperação ativa

⁷ Segundo (Tobar, 2018), esta unidade treino visa contemplar a recuperação da equipa e ao mesmo tempo pré ativar os jogadores para o jogo do dia seguinte. Períodos muito curtos com larga recuperação. As bolas paradas podem ser contempladas neste dia desde que atenda às particularidades desta unidade de treino.

5. Contextualização Época desportiva Sub19 VSC

A equipa Sub19 (gerações 2004/2005) ultrapassou uma época bastante exigente com altos e baixos naquilo que toca a objetivos definidos pela equipa e pelo clube. A equipa disputou o campeonato nacional de Juniores-A Zona Norte com o principal objetivo de atingir a fase de apuramento de campeão nacional do escalão.

O início da época desportiva teve início no dia 12 de julho de 2022. A duas primeiras semanas de trabalho consistiram em treinos bi-diários de forma a aproximar os atletas o mais rapidamente possível dos níveis de rendimento desejado para o início da competição tendo por base a quatro dimensões: física, técnica, tática e psicológica. Ao longo do período pré competitivo para além das unidades foram realizados jogos de preparação, cerca de 5 partidas.

A primeira fase do campeonato nacional de Juniores iniciou no dia 6 de agosto de 2022 sendo o primeiro jogo com o eterno rival o Sporting Clube de Braga, terminado no dia 29 de janeiro 2023. Nesta primeira fase foram realizadas 129 unidades de treino referentes as 28 microciclos. O leque de jogos consistiu em 22 sendo que 11 correspondem á primeira volta do campeonato e os restantes á segunda volta. Na segunda fase foram realizadas 71 unidades de treino correspondentes a 20 microciclos.

Os treinos realizaram-se na Academia do Vitória Sport Clube mais concretamente nos relvados 6 e 1. Os jogos em casa realizaram-se sempre no relvado 6.

5.1. Análise e reflexão 1ª Fase Campeonato Nacional Sub19

Relativamente à competição oficial, a equipa terminou a 1ª Fase em 5º lugar, com 38 pontos. A equipa teve um crescimento/evolução enorme ao longo da competição, coletivamente e individualmente. Na 1ª volta conseguiu conquistar 25 pontos, destacando-se com 7 vitórias consecutivas, terminando no 2º lugar. Na 2ª volta foram conquistados 13 pontos, demonstrando maior

irregularidade. Pela primeira vez na história do campeonato nacional de sub.19 uma equipa que terminou a competição com 38 pontos não conseguiu o apuramento para a 2ª Fase, apuramento de campeão. As expectativas iniciais relativamente ao desempenho da equipa durante a competição eram muito baixas, por parte de toda a estrutura. Infelizmente não foi atingido o apuramento para a 2ª Fase.

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG	
1	FC Porto	43	22	12	7	3	42	23	+19	+
2	FC Vizela	42	22	12	6	4	51	32	+19	+
3	FC Famalicão	41	22	11	8	3	38	22	+16	+
4	SC Braga	39	22	11	6	5	38	28	+10	+
5	Vitória SC	38	22	11	5	6	43	37	+6	+
6	Gil Vicente	31	22	9	4	9	42	38	+4	+
7	Paços de Ferreira	30	22	8	6	8	41	45	-4	+
8	Gondomar SC	29	22	9	2	11	29	38	-9	+
9	Boavista	28	22	8	4	10	27	31	-4	+
10	Rio Ave	26	22	7	5	10	22	28	-6	+
11	CD Tondela	14	22	3	5	14	17	37	-20	+
12	Anadia FC	4	22	0	4	18	23	54	-31	+

Tabela 1- Classificação 1ª Fase Campeonato Nacional Sub19

A equipa teve apenas duas derrotas na 1ª volta da competição (SC Braga e FC Porto).Na 2ª volta a equipa apresentou alguma irregularidade, consentindo 4 derrotas (SC Braga e FC Porto, CD Tondela e Boavista FC).

Um dos grandes fatores influenciadores da não passagem á fase de apuramento de campeão o número de golos sofridos e a consequente média (1,68 golos/jogo). Apesar de a equipa também concretizar bastantes vezes com um total de 43 golos marcados (1,95 golos/jogo), o número de golos sofridos fez com que os resultados no final da 1ª fase não se traduzissem em vitórias.

Ao longo do campeonato a equipa técnica tentou perceber de que forma surgiam tantos os golos sofridos como marcados. O Departamento de análise de observação dos sub19 esteve sempre atento ao processo da equipa fornecendo á equipa técnica todas as ferramentas para corrigir as debilidades e potenciar ainda mais as partes positivas do modelo de jogo e de treino da equipa. Com isto, foram realizadas ao longo desta fase da competição várias análises quantitativas sendo duas delas a de golos marcados e golos sofridos

no início da segunda volta da 1ª Fase. Estas análises consistiam em perceber qual o momento do jogo em que o golo era marcado, qual o método de jogo utilizado e qual o intervalo de tempo. Esta análise traduz não só, mas também uma tendência que a equipa veio a demonstrar que foi marcar mais golos nos últimos quinze minutos das partidas. A equipa também vinha a ter bastante sucesso na bola parada ofensiva tendo feito quinze golos. Segue-se um exemplo da apresentação feita em reunião à equipa técnica.



Figura 42-Exemplo de Análise Quantitativa golos marcados



Figura 41-Exemplo Análise Quantitativa Golos sofridos

5.2 Análise e reflexão Fase de Manutenção Sub19

Com a não passagem á fase de campeão nacional, a equipa de sub19 do Vitória Sport Clube acabou por lutar pela manutenção na 1ª divisão de Juniores A. O leque de equipas que estavam inseridas nesta fase da competição foram as equipas que terminaram a 1ª fase do 5º ao 12º lugar, ou seja, 8 equipas que avançavam com o número pontos conseguidos na 1ª fase para esta fase de manutenção.

A transição da 1ª fase para a 2ª fase (manutenção) foi considerada um período complicado para todos os envolventes da equipa, pois o não atingimento do principal objetivo (passagem á fase de campeão) abalou um pouco o grupo de trabalho e até mesmo a coordenação. No entanto, o caminho só teria um sentido que era seguir em frente, foi aí que foram reformulados os objetivos para esta 2ª fase da época desportiva. Esses mesmo objetivos tiveram sempre em conta os números que a equipa tinha apresentado na 1ª fase como por exemplo os números de golos sofridos. Antes disso, o principal objetivo era assegurar a manutenção o mais rápido possível ficando em primeiro lugar destacadamente. O grupo de trabalho tinha consciência do valor que existia dentro da equipa mesmo não atingindo o principal objetivo.

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Vitória SC	68	14	9	3	2	29	9	+20
2	Gil Vicente	56	14	8	1	5	30	23	+7
3	Paços de Ferreira	55	14	7	4	3	27	18	+9
4	Rio Ave	51	14	8	1	5	27	24	+3
5	Boavista	51	14	6	5	3	22	18	+4
6	Gondomar SC	37	14	1	5	8	26	35	-9
7	CD Tondela	21	14	2	1	11	10	29	-19
8	Anadia FC	17	14	3	4	7	18	33	-15

Tabela 2- Classificação Geral Campeonato Sub19

O sorteio da competição destinou que o primeiro adversário fosse o CD Tondela, uma das equipas que impôs uma das seis derrotas na 1ª fase do campeonato. Após essa vitória seguiu-se a deslocação a Anadia que culminou na primeira derrota desta 2ª fase. Contudo, a equipa conseguiu atingir 9 vitórias, 3 empates e 2 derrotas. Ainda foi melhorado o número de golos sofridos comparativamente à 1ª fase do campeonato apesar de serem menos jogos em disputa, mas a média de golos por jogo diminui acentuadamente (0,64 golos/jogo). Foram marcados 29 golos.

Os pontos conquistados da 2ª fase do campeonato foram acumulando os pontos conquistados da 1ª fase. No entanto, a equipa técnica e os jogadores focaram-se apenas nos pontos conquistados na Fase de Manutenção. Foram atingidos 30 pontos .

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	Vitória SC	30	14	9	3	2	29	9	+20
2	Gil Vicente	25	14	8	1	5	30	23	+7
3	Paços de Ferreira	25	14	7	4	3	27	18	+9
4	Rio Ave	25	14	8	1	5	27	24	+3
5	Boavista	23	14	6	5	3	22	18	+4
6	Anadia	13	14	3	4	7	18	33	-15
7	Gondomar	8	14	1	5	8	26	35	-9
8	Tondela	7	14	2	1	11	10	29	-19

Tabela 3- Classificação Fase Manutenção Sub19

A equipa sub19 do Vitória Sport Clube desta época conseguiu bater o recorde de pontos a nível nacional nas fases de manutenção relativamente às últimas 10 épocas. Esta tabela é constituída pela acumulação de pontos das duas fases existentes neste molde do campeonato nacional. Foi também a equipa com mais vitórias (20) .

Relativamente às classificações internas do clube nesta competição (Fase manutenção), a equipa sub19 desta temporada 2022/2023 também bateu recordes, uma vez que conseguiram bater a equipas das temporadas 2016/2017 e 2015/2016 com 65 pontos.

CLASSIFICAÇÃO TOTAL FASE MANUTENÇÃO ÚLTIMAS 10 ÉPOCAS

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	VITÓRIA SC 22/23	68	36	20	8	8	72	46	+26
2	FC PAÇOS DE FERREIRA 21/22	63	36	19	6	11	68	47	+21
3	FC PAÇOS DE FERREIRA 13/14	61	36	17	10	9	72	49	+23
4	SC BRAGA 14/15	59	36	17	8	11	48	39	+9
5	CD FEIRENSE 18/19	57	36	17	6	13	52	49	+3
6	BOAVISTA FC 11/12	55	36	15	10	11	57	48	+9
7	LEIXÕES SC 12/13	54	36	15	9	12	46	43	+3
8	FC PAÇOS DE FERREIRA 17/18	54	36	16	6	14	46	52	-6
9	GIL VICENTE FC 15/16	49	36	13	10	13	56	62	-6
10	FC PAÇOS DE FERREIRA 16/17	47	36	12	11	13	38	39	-1

Tabela 4- Classificação total Fase Manutenção Últimas 10 temporadas

CLASSIFICAÇÃO TOTAL VITÓRIA SC ÚLTIMAS 10 ÉPOCAS

		P	J	V	E	D	GM	GS	DG
1	VITÓRIA SC 22/23	68	36	20	8	8	72	46	+26
2	VITÓRIA SC 15/16	65	36	20	5	11	64	36	+28
3	VITÓRIA SC 16/17	65	36	19	8	9	66	41	+25
4	VITÓRIA SC 14/15	63	36	19	6	11	65	55	+10
5	VITÓRIA SC 18/19	53	36	15	8	13	51	42	+9
6	VITÓRIA SC 21/22	50	36	14	8	14	63	53	+10
7	VITÓRIA SC 11/12	50	36	14	8	14	61	62	-1
8	VITÓRIA SC 17/18	47	36	13	8	15	60	52	+8
9	VITÓRIA SC 13/14	43	36	12	7	17	61	58	+3
10	VITÓRIA SC 12/13	41	36	10	11	15	50	59	-9

Tabela 5- Classificação Total Vitória SC Últimas 10 temporadas

Antes do início desta fase a equipa técnica reuniu de forma a conversar e refletir sobre o processo de jogo e consequente processo de treino chegando a várias conclusões. A verdade é que relativamente ao modelo de jogo teria de haver uma alteração relativamente ao sistema de jogo adotado achando-se por bem alterar o sistema para 1-3-4-3 para que a equipa fica-se mais consistente quer a nível ofensivo bem como defensivamente. Olhando para o processo defensivo e tendo em conta uma análise profunda (qualitativa e quantitativa) feita pela equipa técnica, a equipa estava a apresentar dificuldades no controlo de largura (controlo corredores laterais) muito por culpa do setor defensivo que não se sentia confortável a bascular. Isso fazia com que os extremos se desgastassem imenso a correr vários metros para trás gastando a maioria da sua energia no processo defensivo. A partir daí juntou-se o útil ao agradável alterando o sistema fazendo com que a equipa em processo defensivo se organiza por norma em 1-5-4-1, tendo uma linha defensiva de 5 elementos

para que a ocupação racional do espaço fosse ainda mais vantajosa para controlar a defesa dos corredores laterais e ainda os 3 avançados possam estar mais predispostos e disponíveis energeticamente de igual forma para todos os momentos do jogo.

Em suma, a equipa sentiu-se mais confortável com o novo sistema de jogo. Foi um sistema que a equipa técnica acabou por tornar mais rígido e de fácil compreensão para os jogadores. Esta geração de jogadores, em geral, apresentava um défice cognitivo, se assim poderemos chamar, relativamente ao entendimento do jogo. Apresentavam muita dificuldade na absorção de conteúdo e na posterior execução do mesmo. Contudo, a época desportiva 2022/2023 apesar de a equipa não atingir o principal objetivo do clube, pode-se concluir que foi uma temporada bastante positiva em que foi conseguido potenciar bastante todos os atletas do plantel.

5.3 Reflexão Pessoal do Estagiário sobre época desportiva

Considero esta época desportiva uma temporada de grandes momentos e grandes aprendizagens. Nos primórdios da época o clube tinha avaliado a qualidade do plantel e perspetivava um ano desportivo difícil tendo em conta a baixa qualidade do grupo de trabalho.

Defini desde bem cedo as minhas tarefas pessoais reunindo uma semana antes do início da pré época com o treinador de maneira a perceber quais os seus planos para o DAO sub19 e consequentemente para mim. Sabia perfeitamente que o treinador tem sempre um cunho muito importante no trabalho diário do analista. A partir do momento em que percebi as ideias do treinador, defini a metodologia de trabalho do DAO SUB 19 sempre em conformidade com o meu colega de trabalho. O microciclo padrão do departamento e o meu microciclo padrão pessoal começaram a ser desenvolvidos e o trabalho começou a progredir.

A temporada inicia no dia 12 de julho 2022 com treinos bi-diários e com alguns jogos de preparação no final das várias semanas. Nesta fase de preparação para a fase de competição a equipa absorveu bastante conteúdo devido ao facto de ser um período muito importante de aquisição de

comportamentos que queríamos na nossa equipa. Mostramos vários vídeos das diversas escalas conciliando sempre com o trabalho no campo, essencialmente vídeos coletivos e setoriais. A visualização e a constante prática foram muito importantes para o bom início da competição.

A 1ª fase do campeonato nacional iniciou com uma derrota e um empate progredindo para uma série de sete vitórias consecutivas algo que nunca tinha acontecido no clube. Posteriormente, já na segunda volta desta 1ª fase a equipa atravessou um momento menos bom onde o número de golos sofridos nos últimos minutos estava a influenciar a equipa negativamente. Como já foi referido neste relatório (5.1) o número de golos sofridos tornou-se um indicador influenciador, mas a conquista de pontos. Sendo analista do processo de equipa achei por bem analisar de uma forma pormenorizada todos os golos sofridos até ao momento percebendo dessa forma qual a forma de obtenção do mesmo e identificar algum padrão. A maioria dos golos sofridos surgiam do momento de transição defensiva mais concretamente em contra-ataque por parte do adversário (método de jogo). A partir daí observei os comportamentos adotados pela equipa no momento de organização ofensiva, ou seja, o jogo posicional dos nossos jogadores. Esse jogo posicional estaria a prejudicar a equipa, uma vez que a equipa não estava bem posicionada na definição de alvos preparando de uma forma eficiente e eficaz o momento seguinte do jogo, a transição defensiva. Era necessário fechar o campo e concentrar mais jogadores perto do centro de jogo de maneira que numa fase posterior a nossa reação a perda fosse eficaz. Garantir superioridade numérica na zona da bola, ou seja, aumentar a concentração de jogadores perto do portador para que caso existisse perda da mesma pudéssemos estar prontos para a recuperar o mais rápido possível.

No final de janeiro, não atingimos o principal objetivo do clube que era o acesso a fase de campeão. A equipa técnica reuniu e refletiu sobre todo o processo de trabalho até então. O que falhou? O que fizemos de bem? Foram duas de muitas questões que estiveram em cima da mesa para discussão. Com isto, decidi intervir oferecendo a minha opinião de uma forma fundamentada exibindo alguns vídeos. Ao longo desta fase, para além de considerar que o rácio de golos sofridos elevado ter sido um dos principais fatores para a não passagem á fase de campeão, considerei que alguns dos

nossos jogadores não estavam a ser explorados, tendo em conta as suas características individuais, de uma maneira preponderante no nosso jogo. No momento de organização defensiva, na 1ª fase do campeonato, a nossa linha defensiva estava a adotar comportamentos desadequados no controlo de largura/controlo de corredor laterais. Muitas vezes estava pouco dilatada o que fazia com quem os nossos extremos percorressem muitos metros para zonas anteriores do terreno despendendo demasiada energia. Desta forma, os extremos desgastavam-se imenso tendo cada vez menos eficiência nas suas tarefas ofensivas havendo fadiga central e periférica por parte dos mesmos.

Após uma reflexão pessoal decidi propor á equipa técnica a alteração do sistema de jogo para 1-3-4-3 pois entendi que era um sistema que poderia colmatar as principais dificuldades que a equipa tinha até ao momento. O sistema , em organização defensiva, desmembrava-se para 1-5-4-1 o que garantiu um melhor controlo de largura/controlo corredor laterais por parte da linha defensiva tendo em conta que aumentamos a relação numérica da linha para mais um elemento do que já tinha. Assim, os extremos já conseguiram estar mais predispostos para as suas tarefas ofensivas. A proposta foi discutida entre todos os elementos da equipa técnica até chegar a um consenso de ideias e o sistema de jogo alterar como era pretendido. A verdade é que a equipa sentiu-se muito confortável com o novo sistema de jogo adotado tendo feito exibições positivas nos jogos de preparação para a segunda metade da época.

A Fase de Manutenção inicia em fevereiro e logo com uma vitória convincente contra o CD Tondela. A equipa veio a demonstrar boas performances. Com o aproximar do final da época senti que a equipa já não estava predisposta para captar muita informação. Penso que existiram dois grandes motivos. O primeiro o desgaste físico e emocional que a temporada vinha a trazer. O segundo a entrada na fase das decisões contratuais uma vez que a maioria do plantel era de 2004 o que significava que estavam a entrar no seu último ano de formação no clube.

Profissionalmente cresci imenso considerando-me atualmente um melhor profissional do que era no início da temporada. Desenvolvi cada vez mais a minha capacidade de comunicação, a capacidade de liderança dentro e fora de campo. A apresentação de análises , a intervenção no terreno, as

reuniões técnicas, as reuniões de coordenação, tudo isto me fez desenvolver competências importantes na minha profissão.

Em suma, apesar dos objetivos coletivos não terem sido atingidos considero que esta época foi positiva e muito importante na minha carreira. Obviamente que a não passagem á fase de campeão foi, e sempre será uma pedra no caminho, mas também aprendi neste ano desportivo que temos de olhar mais vezes para as coisas positivas do que as negativas e que se existir um problema não devemos pensar nele , mas sim na solução para o resolver.

6. Departamento Análise e Observação

O Departamento Análise e Observação é um dos vários departamentos que o clube tem ao serviço como objetivo auxiliar as equipas técnicas e dessa forma potenciar o trabalho diário das mesmas sempre com o foco na evolução constante das diferentes equipas e jogadores. Este departamento é constituído por 17 elementos desde a equipa principal até ao escalão de sub-12. Todas as equipas de formação têm 2 analistas inseridos.

O estagiário esteve inserido no escalão sub-19 como analista principal estando dessa forma responsável pelo departamento dentro da equipa. Segue-se o organograma do departamento.

Equipa A	Rui Pinheiro/Celso Andrade/Francisco Martins
Equipa B	Nuno João/ Diogo Sousa
Sub19	João Cunha/Ricardo Ribeiro
Sub17	Estefano/ Nuno Galiano
Sub16	João Vilaça/ Nuno Costa
Sub15	Pedro Félix/David Costa
Sub14	Diogo Gama/ João Rodrigues
Sub13	Pedro Nogueira/ Pedro Fernandes
Sub12	Miguel Oliveira/ João Costa

Tabela 6- Organograma DAO VSC

O departamento ainda tem bastante margem de evolução. Apenas 6 analistas são profissionais do clube. Tendo o conta o material de trabalho, o DAO apresenta material de alto nível desde camaras a plataformas que garantem boas condições de trabalho.

Todos os analistas estão em contacto permanente entre todos havendo reuniões mensais de forma a discutir assuntos sobre o departamento, mas principalmente discutir conteúdo técnico-tático referente ao processo de jogo. Existe bastante abertura entre todas a equipas o que faz com que existe uma evolução gradual ao longo do ano de todos os membros do departamento. É a

partir da exposição e da discussão que este departamento trabalha e evolui no seu dia a dia.

6.1 Departamento de Análise e Observação Sub19

O Departamento de análise e observação da equipa sub19 do Vitória Sport Clube é constituído por dois elementos. O estagiário lidera o departamento da equipa sendo o responsável hierárquico existindo também um segundo analista na equipa.

As tarefas estão bem definidas desde o primeiro dia em que os analistas souberam que iam trabalhar juntos. Após reunião com o treinador principal e perceber quais as ideias que o mister tinha para o departamento de análise sub19, os analistas decidiram em conformidade definir a própria metodologia de trabalho e quais as tarefas de cada um ao longo do ano. O estagiário (analista principal) ficou encarregue pela análise da própria equipa, ou seja, analisar todo o processo quer em jogo quer em treino. Por outro lado, o segundo analista ficou responsável pela análise do adversário, ou seja, tudo o que engloba informações sobre os adversários que a equipa iria ter pela frente.

Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Definição Planeamento Semanal	Conclusão vídeo coletivo pós jogo	Apresentação Vídeo coletivo Equipa (auditório)	Apresentação vídeos individuais/setoriais /intersectoriais/grupais setoriais/grupais intersectoriais	Conclusão vídeo adversário	Apresentação vídeo coletivo adversário	Visualização e análise jogo
Reunião equipa técnica (Análise pós jogo + Filtragem)	Reunião Equipa Técnica (Apresentação próximo adversário)			Envio vídeos individuais adversários	JOGO	Visualização e análise jogo
	Definição Plano Estratégico			Envio vídeos individuais equipa (coordenação)		Visualização e análise próximo adversário

Figura 43- Microciclo Padrão DAO SUB19 VSC

Com isto, para existir um fio condutor a facilitar o trabalho de cada um e para o grupo de análise da equipa seja organizado e o trabalho fluísse de uma maneira positiva, foi criado um microciclo padrão. Este microciclo foi a base de trabalho para a inúmeras semanas de trabalho, sendo que poderia estar sujeito a alterações.

O microciclo padrão era constituído pelos setes dias da semana de tal forma observa-se que o DAO tinha tarefas para realizar todos os dias. Olhando de uma forma mais detalhada para a semana de trabalho a segunda-feira era o dia destinado para a definição do trabalho de equipa para o resto da semana tendo em conta ao próximo jogo. Neste dia era padrão sempre uma reunião com a restante equipa técnica de forma a analisar o último jogo e dessa forma definir o plano de trabalho para impor nas diversas unidades de treino. O estagiário foi responsável por fazer sempre uma breve apresentação e análise do jogo passado já com uma filtragem de momentos a apresentar. Após esse processo era sempre definido em conformidade por todos os elementos da equipa técnica quais os lances que queriam que fossem mostrados á equipa e em seguida por editá-los e fechar finalmente o vídeo coletivo. Estas reuniões sempre foram bastante produtivas pois surgia sempre discussão sobre o processo de jogo e de certa forma também sobre o processo de treino.

A terça-feira era o dia para concluir o vídeo coletivo colocando-o pronto para os atletas visualizarem no dia seguinte. Ainda surgia uma reunião de toda a equipa técnica para visualizar a apresentação criada pelo analista responsável pela análise do adversário. Essa análise consistia num vídeo compactado com todos os momentos do jogo do adversário e os consequentes comportamentos que a equipa adotava nos mesmos. A partir da visualização e reflexão era discutido e definido o plano estratégico para o jogo seguinte. Como poderíamos ferir o adversário? Quais os pontos a explorar ? Quais os pontos fortes? Estas foram algumas perguntas que eram feitas todas as semanas para preparar o jogo em busca de três pontos.

Na quarta-feira era fechado de uma forma geral o último jogo com a equipa. Dia para mostrar análise me vídeo com comportamentos surgidos na última partida tendo por base todos os momentos do jogo (organizações ofensiva e defensiva , transições ofensiva e defensiva e ainda esquemas táticos ofensivos e defensivos). A duração do vídeo não era muito longa pois

podia-se tornar bastante massuda de tal forma a que os jogadores pudessem perder o foco. Então o vídeo tinha como duração máxima os seis minutos e trinta segundos, obviamente que não era um objetivo concreto atingir esse tempo, mas desde que não ultrapassasse esse limite seria importante. O vídeo continha edição por vezes bastante elaborada outra vezes não pois dependia como é obvio do conteúdo a ser abordado. Essa mesma análise após a visualização em grupo no auditório da academia seria sempre disponibilizada aos jogadores através da plataforma criada no YouTube, pois recebiam o link do vídeo.

O dia menos dois, quinta-feira, foi o dia definido para reuniões com jogadores para visualizarem vídeo individuais, grupais, setoriais, intersectoriais, grupais setoriais e grupais intersectoriais. Todas estas escalas foram trabalhadas através de vídeo para enriquecer o modelo de jogo da equipa e assim dominarem cada vez melhor o processo de jogo e processo de treino. Todos reuniam de forma individual com o analista principal. Essas reuniões foram muito mais que uma apresentação de conteúdo de forma digital. O analista principal (estagiário) procurou desde sempre perceber a perspetiva do atleta procurando saber a sua opinião sobre o conteúdo abordado, ou seja, existia sempre uma conversa mútua entre o dois. Este método foi muito importante, uma vez que fez ter uma noção daquilo que é a visualização do jogador dentro do terreno de jogo.

A sexta-feira, último dia antes da competição, era concluído o vídeo coletivo com informação sobre o adversário bem como o envio de todas as análises individuais do adversário. Essas análises eram enviadas individualmente para cada jogador da equipa sendo que cada um tinha acesso ao seu oponente direto durante o jogo. A ideia era que o jogador se preparasse de uma melhor forma para a sua tarefa individual durante o jogo através da visualização de comportamentos padrão do seu oponente. Se os jogadores quisessem visualizar as análises de outros adversários poderiam ver, ou seja, era dada essa liberdade não querendo interferir no foco e na preparação para o jogo por parte de cada um.

Sábado, dia de jogo, a equipa técnica reúne-se por norma uma hora mais cedo antes da apresentação para todos estarem por dentro do conteúdo a ser abordado. Apenas o segundo treinador-adjunto reúne com o grupo de

analistas durante a semana para estar a par de toda a informação que irá ser passada sendo ele o responsável por fazer a ligação entre o DAO e o treinador principal. Os atletas visualizam o vídeo ao final da manhã antes do almoço de equipa mais concretamente no auditório da academia quer seja o jogo fora quer seja em casa.

6.1.1 Desenvolvimento da prática do estagiário no DAO SUB19

O estagiário lidera o departamento de análise e observação da equipa sub19 do Vitória Sport Clube. Tem como principal tarefa a observação e análise dos processos de treino e jogo da própria equipa. Tudo o que a equipa executa dentro do terreno relativamente às dimensões técnica e tática.

Pormenorizando esse trabalho, o estagiário teve uma ligação constante com a equipa técnica estando por dentro de todo o processo de trabalho e auxiliando em todas as áreas de intervenção, destacando-se a área da observação e análise como a prioritária. Esteve sempre presente no terreno nas diversas unidades de treino não só com liberdade para intervir, como também como confiança do treinador principal para liderar alguns exercícios. O clube tem por norma inserir o analista principal no campo e a equipa técnica também considerou muito positivo ter o responsável pela análise do processo da própria bem de perto da equipa. Em dia de jogo, o estagiário é o responsável pela comunicação com o banco de suplentes mais concretamente com o segundo treinador-adjunto (elo de ligação com treinador-adjunto principal). De acordo com a semana de trabalho era definido um plano de jogo como base para a nossa comunicação. O estagiário procurava estar com o foco maioritariamente na própria equipa nunca descornado os comportamentos do adversário tendo em conta que ambos de influenciam. Por outro lado, o treinador-adjunto estaria mais focado em comportamentos da equipa adversária. A partir daí surgia um cruzamento de informação entre os dois filtrando a informação necessária para expor ao treinador durante o jogo ou ao intervalo na breve reunião de equipa técnica. Esta comunicação é constante durante o tempo total de jogo existindo sempre uma comunicação filtrada de maneira que seja perceptível e de fácil compreensão para quem a absorve.

6.1.1.1 Análises Coletivas

As análises coletivas estiveram sempre presentes no microciclo semanal da equipa. Estas análises desempenharam um papel fundamental no crescimento da equipa relativamente ao modelo de jogo definido pelo clube. Para além do treino , o recurso a vídeo e análises coletivas foi importante para a melhoria da qualidade de jogo da equipa. Através deste método de trabalho os jogadores puderam desenvolver-se individualmente e coletivamente de uma forma mais rápida e eficaz. Em (Leite et al., 2016) a opinião é semelhante, esclarecendo que neste tipo de análise pretende-se avaliar a própria equipa, nomeadamente relativamente ao modelo de jogo, de forma a realizar ajustes no planeamento caso seja necessário

As análises coletivas tiveram por base sempre o processo de jogo pois é ele considerado a verdadeira montra dos acontecimentos. Foi a partir daí que se extraiu toda a informação. Do treino para o jogo, do jogo para o treino, foi esta a metodologia de trabalho que a equipa técnica e o departamento de análise e observação se basearam ao longo desta época desportiva. Pretendeu-se enriquecer a equipa técnico e taticamente através da análise dos vários momentos do jogo inserido nas duas fases do jogo, fase ofensiva e fase defensiva.

Os vídeos coletivos foram editados na plataforma Metricsports para que a compreensão dos jogadores fosse eficiente. A quantidade de edições dependia sempre do conteúdo abordado. Ao longo da temporada também foram realizadas análises sem edição pois a equipa técnica em conformidade com o DAO achou por bem não oferecer a solução de imediato, uma vez que queriam.

Na imagem abaixo, surge um exemplo de uma análise coletiva relativa ao momento de Organização Defensiva , mais concretamente o segundo SUB momento onde se pretendia corrigir o a coordenação e o controlo da profundidade da linha defensiva de acordo com os indicadores que o portador da bola estaria a oferecer (indicador de bola descoberta). que o grupo entrasse mais vezes em discussão e reflexão.



Figura 44- Análise Coletiva Pós-Jogo

Por detrás do vídeo coletivo final, existiram vários passos a serem dados:

1. **Observar e analisar jogo anterior através de uma codificação indireta-** Divisão do jogo pelos seus momentos analisar cada momento de acordo com o plano de jogo estabelecido. Ter sempre em conta o modelo de jogo da equipa (o que se deve corrigir e potenciar). A ferramenta de trabalho foi o SportsCode em que possibilitava dividir o jogo em várias time-lines.

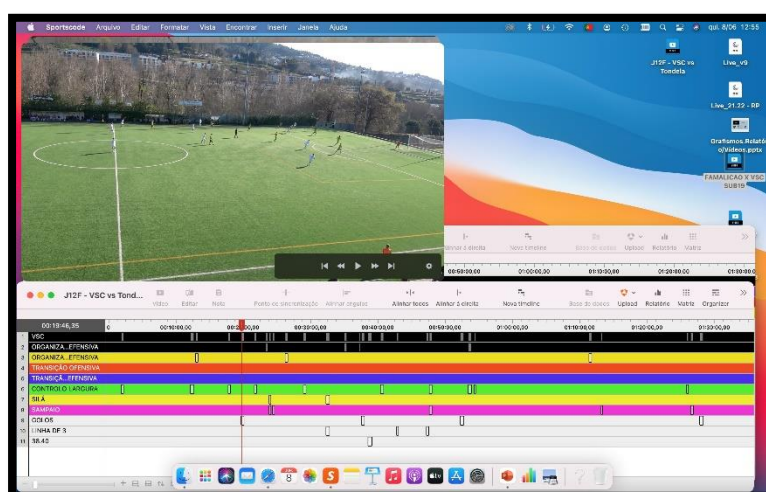


Figura 45- Desmonstração da utilização do SportsCode na análise de jogo

2. Selecionar/Filtrar informação- de acordo com o plano de jogo definido e alguns lances negativos e positivos quanto ao modelo de jogo já em vista o próximo jogo. Definir 3 ou 4 lances relativamente a cada momento do jogo.

3. Exposição/apresentação de conteúdo selecionado- Após a filtragem de informação toda ela foi apresentada em reunião á equipa técnica pelo estagiário. Os cliques relativos a cada momento eram divididos por uma pasta ofensiva e uma pasta defensiva. Cada clipe foi identificado com o minuto de jogo em que foi retirado e o conteúdo a ser abordado. Posteriormente em reunião, era feita uma análise do jogo na perspetiva do estagiário em que expunha os cliques cortados.

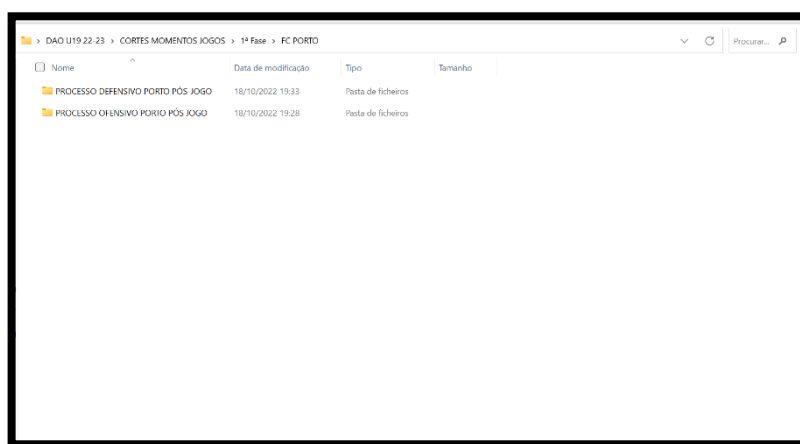


Figura 46- Pastas relativas á análise dos processos ofensivos e defensivos



Figura 47- Vídeos relativos á análise processo ofensivo (Organização Ofensiva)

- 4. Combinação e seleção final de informação-** na reunião de equipa técnica para além do analista responsável pela análise da equipa (estagiário), todos os elementos da equipa técnica, excluindo o preparador físico, fazem a sua análise do jogo verbalmente. Os vídeos filtrados pelo analista eram expostos. Após isso cruzava-se a informação selecionando e definindo qual os aspetos que se iria trabalhar ao longo da semana e qual o conteúdo que o vídeo coletivo pós-jogo teria. Com isto discriminas o importante do acessório.
- 5. Compactar informação-** após a seleção de informação, o próximo fase é a edição de vídeo. Os vídeos eram editados na plataforma MetricaSports.

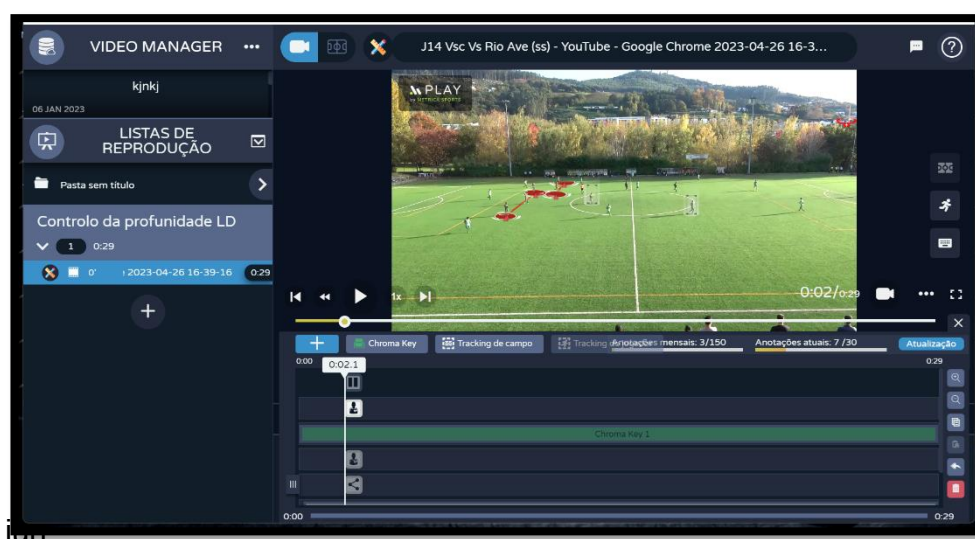


Figura 48- Exemplo edição MetricaSports

6.1.1.2 Análises Individuais

Ao longo da temporada também foram criadas análises em escalas mais pequenas. Foi muito importante para o desenvolvimento individual dos jogadores. Segundo (Prof et al., 2020), é impossível dissociar a avaliação coletiva da individual, e vice-versa. As duas relacionam-se e influenciam-se à semelhança das dimensões tática e técnica.

Visualizar, discutir, refletir e executar forma três pilares que foram sempre tidos em conta. Em primeiro lugar, visualizar as suas ações em jogo ou em treino. Em segundo lugar, discutir com o treinador/analista expondo a sua opinião/perspetiva em relação ao que visualizou. Em terceiro lugar, refletir

sobre todo o processo anterior e com isso perceber o que tem a melhorar e corrigir. Por último, executar dentro de campo de uma forma eficiente e eficaz para crescer individualmente e fazer crescer a equipa coletivamente.

O processo de trabalho para a realização deste tipo de análises foi idêntico aos das análises coletivas. A figura abaixo ilustra uma análise individual de um Defesa-central em o conteúdo do vídeo foi a eliminação de linhas pressão através do posicionamento, passe ou progressão.

Segue-se a cronologia de trabalho para a realização de análises individuais:

- 1. Observar e analisar jogo/treino através de uma codificação indireta-** Cortar lances ofensivos ou defensivos que sejam pertinentes mostrar ao jogador. Os mesmo são cortados na plataforma SportsCode.
- 2. Selecionar/Filtrar informação-** se forem identificados alguns comportamentos padrão a serem corrigidos pelo jogador durante o jogo ou treino é feita uma filtragem dos mesmos para apresentar individualmente.
- 3. Compactar e editar vídeo-** compactar todos os lances cortados sendo que primeiramente são colocados os lances a corrigir em que o jogador não adotou um comportamento correto e em seguida os lances positivos onde o jogador conseguiu executar o comportamento corretamente. Se eventualmente não forem encontrados nenhuns lances positivos no jogo, relativamente ao conteúdo a ser abordado, o analista recorria á restante amostra de jogos os treinos realizados. Seguidamente, a edição, realizada na plataforma MetricaSports.
- 4. Apresentação ao treinador -principal-** Após a realização do vídeo final é feita uma apresentação ao treinador principal para que seja a aprovada pelo mesmo. Caso o treinador achar que seja necessário alterar algo no vídeo, bastava ao analista ir novamente ao projeto (Metrica Sports) editar novamente e em seguida compactar.
- 5. Apresentação ao jogador-** Por fim surge a apresentação ao jogador. A comunicação surgia de forma verbal e visual. O analista procurou que estes momentos se tornassem informais fazendo com que o jogador se sentisse confortável para expor a sua perspetiva relativamente ao que estava a visualizar.



Figura 49- Exemplo de Análise Individual

6.1.2 Ferramentas de trabalho

O VLC ,Longo Match e o SportsCode, respectivamente, foram duas ferramentas de trabalho que foram utilizadas para visualizar vídeo e consequentemente cortar os clipes necessários para trabalhar.

O Longomatch e o SportsCode são plataformas para a codificação do jogo em direto ou não. A codificação nunca foi feita em direto. O Longomatch funcionou como ferramenta suplente ao SportsCode.

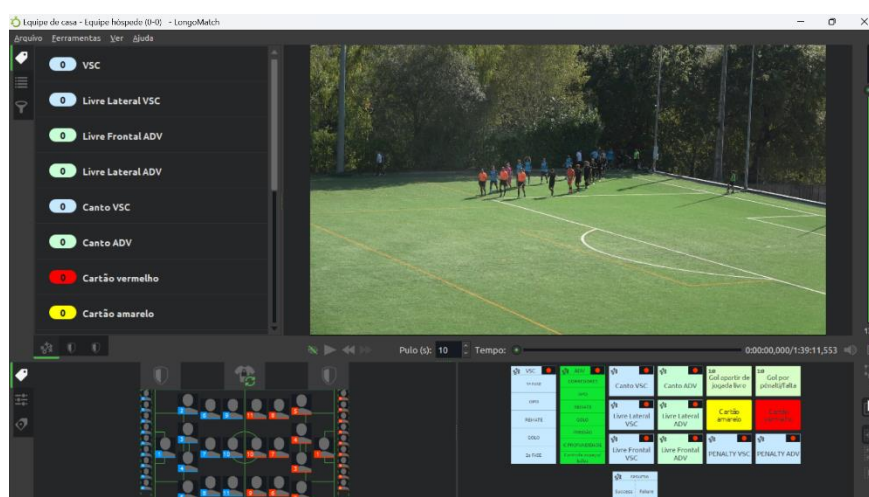


Figura 50- Exemplo de codificação no Longomatch

O VLC foi a plataforma utilizada para visualizar todo o tipo de vídeos. Também foi utilizada para cortar alguns vídeos em caso de emergência.



Figura 51- Exemplo de vídeo no VLC

O Youtube foi uma plataforma de dados incorporados que permitiu um grande armazenamento e gestão da informação, assim como a interatividade entre usuários e total mobilidade para desenvolver várias tarefas. Foi através da mesma que foram fornecidos todas as análises para os atletas poderem visualizar de forma individual. A base de dados dividiu-se em várias pastas como por exemplo: unidades de treino, jogos, análises do adversário, etc.

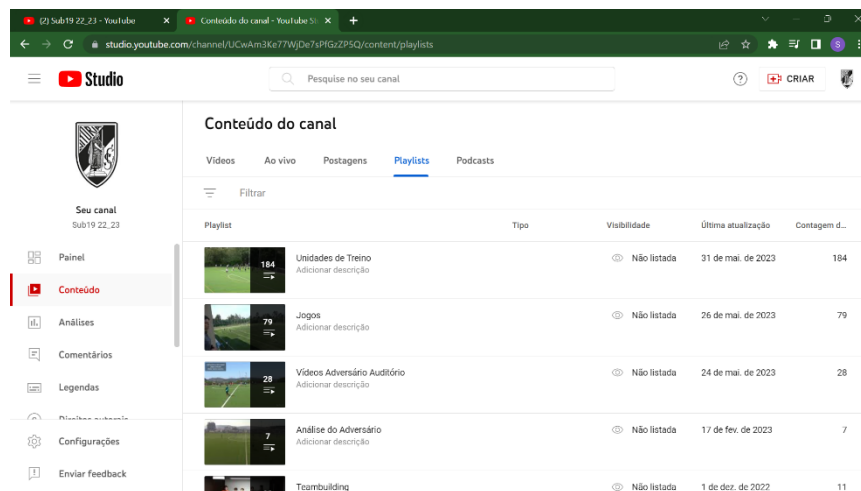


Figura 52- Organização base de dados Sub19 VSC

O MetricaSports foi a ferramenta responsável para editar todos os lances filtrados.

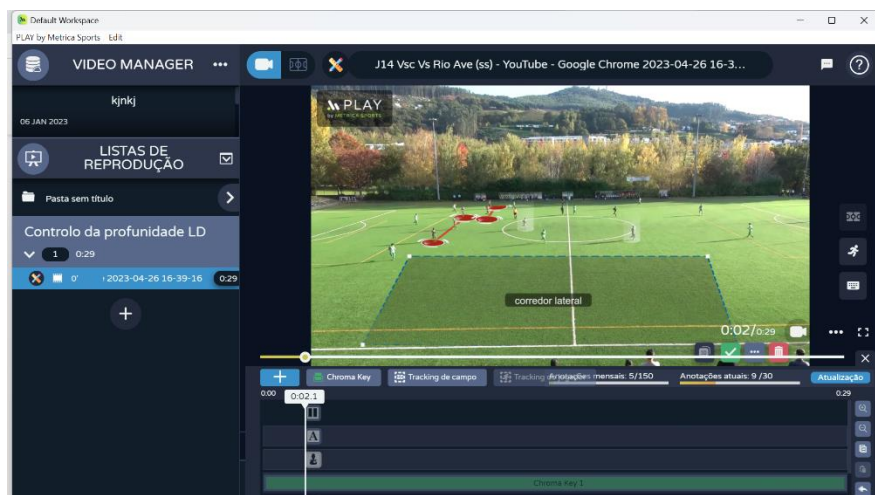


Figura 53- Exemplo de edição no MetricaSports

Para a filmagem das unidades de treino e dos jogos o departamento tinha disponível uma camara para o escalão sub19. Uma camara 4k.



Figura 54- Camara DAO SUB19

Para uma boa observação e análise, a filmagem do treino e do jogo em plano aberto é fundamental. É através da mesma que se consegue observar e analisar comportamentos da equipa em diversas escalas. O plano aberto permite também a que o foco principal não seja apenas a bola, mas sim todos os intervenientes ao mesmo tempo. A nível de jogo posicional também facilita a tarefa ao observador.

O DAO Sub19 em conformidade com a coordenação do departamento definiu um regulamento de filmagem de maneira que a mesma possa ser de qualidade e assim melhorar a qualidade do trabalho. Em primeiro lugar, a

colocação da camara num ponto superior do campo/estádio devidamente centrada e equilibrada cobrindo todos os ângulos é muito importante para que a captação de informação seja eficiente e eficaz. Em segundo lugar, a utilização gradual do zoom de forma cuidadosa para que a filmagem não desfoque. Por último, o scan da camara ser lento e cuidadoso para a imagem não perder qualidade e assim todos os jogadores aparecerem na filmagem.

Para o vídeo do jogo seja perceptível e com boa imagem é importante não só , mas também a concentração do analista responsável pela filmagem.



Figura 55- Filmagem do jogo em plano aberto



Figura 55- Filmagem do treino plano aberto

6.1.3 Procedimentos na exposição de informação

Segundo (Barbosa & Resende, 2022), a informação exposta é fundamentada nos comportamentos a realizar, que acreditamos que podem potenciar o rendimento da equipa. A informação dividiu-se em três vertentes sendo elas: a verbal, a visual e/ou escrita. Ao longo da temporada todas elas foram meios de intervenção perante a equipa.

Na apresentação de vídeo as três ordens estiveram presentes. A verbal, tendo em conta que a apresentação do conteúdo sempre foi feita através de uma conversa informal com os atletas de forma a perceber a opinião e os diferentes pontos de vista por parte dos mesmos. A visual, através do recurso a imagens. A escrita, através da utilização do quadro tático para aprofundar algumas nuances expostas.

As apresentações de vídeos coletivos da própria equipa eram apresentadas pelo treinador principal. Por outro lado, as apresentações individuais, setoriais, intersectoriais, grupais, grupais setoriais e grupais intersectoriais foram apresentadas pelo estagiário. Tudo o que se relacionava com o adversário era apresentado pelo analista responsável pela análise do adversário.

6.1.3.1 Comunicação Pré-jogo

O estagiário tinha o aval por parte do treinador principal para dar algumas informações individuais, mais concretamente comportamentos individuais a ter em jogo, relembrando aquilo que foi trabalho ao longo da semana. Nem sempre isto aconteceu. Apenas era realizado quando o treinador principal pedia.

6.1.3.2 Comunicação durante o jogo

Relativamente à comunicação durante o jogo, o estagiário encontrava-se na bancada num ponto alto com vista panorâmica para o campo de maneira a conseguir ver todos os intervenientes simultaneamente. Fazia a comunicação via telefónica com um treinador-adjunto. O objetivo do analista que está na bancada passa por realizar uma análise qualitativa sobre as possibilidades a explorar e aspetos a ter em atenção (Barbosa & Resende, 2022). Tinha também de acordo com a informação captada filtrar o máximo possível de maneira a facilitar o processo de análise por parte do banco de suplentes, ou seja, a informação tem de ser sintetizada.

O treinador- adjunto tinha a responsabilidade de receber a informação filtrada vinda do analista e passar a mensagem ao treinador principal de acordo com o que acha que deva ser pertinente para o jogo naquele momento. Dessa forma, o treinador-adjunto estabelece ligação com a restante equipa técnica sobre a informação recolhida pelo analista criando um debate de ideias para, posteriormente, passar para dentro do campo.

Ao intervalo, a equipa técnica reúne-se e todos oferecem a sua opinião. O estagiário por norma é sempre o primeiro a intervir fazendo uma breve análise. Após isso, filtrava-se a informação necessária para passar á equipa. Nunca foi passada informação em excesso.

6.1.3.3 Comunicação Pós- Jogo

Após o jogo, a equipa técnica não tinha por norma analisar de imediato a partida. Acreditava que após a partida não era o momento indicado para expor as diferentes opiniões. Essa análise era apenas realizada no início da próxima semana em reunião após a visualização do vídeo do jogo.

“... Mas o fim do jogo é o pior dos momentos para se ter qualquer tipo de intervenção. No sucesso e no insucesso aquilo que é aconselhável é de facto moderação.”

Manuel Machado em (Barbosa & Resende, 2022)

O vídeo de jogo era disponibilizado de imediato primeiramente para a equipa técnica e em seguida para os jogadores através de um link correspondente a base de dados do DAO SUB19. Foi assim que foi estabelecida a primeira fase de comunicação com a equipa pós-jogo.



Figura 50- Jogo na integra base dados

7. Conclusões Finais

Depois de experienciar e fazer parte ativa de todo o processo de planeamento e operacionalização do treino bem como o processo de análise da equipa, com a responsabilidade de integrar a equipa técnica de sub-19, reforço a ideia que já tinha relativamente a esta área: os clubes e a sua estrutura são capazes de fazer muito com pouco. Este ano de estágio veio dar força a essa minha ideia, que um trabalho com qualidade, assente num planeamento cuidado e com metodologias de treino organizadas e eficazes, é possível, independentemente do nome e das condições do clube onde trabalhamos, desde que o prazer em estar no campo e a constante “fome” em melhorar estejam sempre presentes.

No final desta etapa, fica então a sensação de que foram desenvolvidas competências não só do ponto de vista profissional e académico, mas também ao nível pessoal. Existe, assim, um maior conhecimento e aproximação daquilo que será a realidade do futebol de alto rendimento, o que permite encarar o futuro de forma mais consciente e confiante.

Essas competências que foram sendo desenvolvidas, desde o início até ao final do estágio, situam-se não só no modo de atuar, nos erros que se cometiam, nas dúvidas que pairavam, mas também no modo como se lida com as pessoas, como se planeia, como se organiza, como se pensa, como se assume responsabilidade. No fundo, aprende-se a encarar e a pensar um treino ou um exercício de um outro modo, através da aprendizagem de regras, rotinas, de formas de relacionamento, formas de liderar, ou de pequenos detalhes que podem fazer a diferença entre o sucesso e o insucesso de uma equipa.

Refiro algumas conclusões que retiro deste estágio:

- **Observar e analisar a própria equipa e a sua importância**– apercebi-me, concretamente, que as observações e análises da própria equipa representam um meio fundamental para se poder organizar e planear a semana de treinos seguinte. É uma ferramenta essencial, à qual se deve recorrer sempre que necessário e que será útil para a melhoria do rendimento coletivo da equipa.

Retenho ainda que a observação dos adversários não deve implicar alterações no modo como a nossa equipa treina e joga, mas sim fazer reajustes estratégicos para os jogos através de princípios que já pertenciam ao nosso modelo de jogo, mas que eram sobrevalorizados nas semanas em que considerávamos que seria importante fazê-lo. A observação da própria equipa permitiu-me perceber se o modelo de treino ia de acordo com o que era expectável que acontecesse no jogo, constituindo-se, também, uma ferramenta essencial em todo o processo ligado ao treino;

- **A relevância do modelo de jogo** – assume-se como o guião de todo o processo de treino, na medida em que é fundamental para a orientação da prática, ideias, princípios, formas de atuar, e para permitir que cada um dos jogadores de uma equipa se reja em prol de um coletivo. Embora extremamente importante para o treino e para o jogo, também é para quem realiza observações, seja do adversário como da própria equipa, para se perceber se o que é observado é intencional ou não, para procurar as fragilidades da própria equipa, bem como as características que podem ser aproveitadas para alcançar determinados objetivos;
- **A importância de ser um bom líder e um bom motivador** -papel do treinador nunca pode ser entendido, apenas, através de funções técnicas ou táticas. É essencial cuidar a pessoa por trás do jogador, assumindo, assim, a capacidade de liderança um papel fundamental no acreditar dos jogadores relativamente ao trabalho desenvolvido e ao projeto que foi idealizado.
- **A importância de uma comunicação constante e confiança mútua entre todos os membros da equipa técnica** – a liberdade que sempre tive em atuar e intervir no treino, assim como todos os elementos da nossa equipa técnica, permitiu um ambiente de prática muito apelativo, onde conseguimos quase sempre retirar o máximo de todos os jogadores;

Em suma, um analista, antes de ser um analista tem de ser o treinador pois é importante perceber o jogo e os diversos fatores que o rodeiam. Daí,

sinto que foi uma época desportiva muito enriquecedora. Evoluí imenso nas competências profissionais que a minha área de intervenção exige.

8. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acadêmico, C., & Santo, D. E. V. D. E. (2018). *Análise do número de gols de bolas paradas das equipes campeãs da liga dos campeões da europa entre os anos de 2007 à 2018*.
- Barbosa, A. (2019). *Futebol: Como criar e treinar um modelo de jogo* (Escola Sup, pp. 1–140).
- Barbosa, A., & Resende, R. (2022). *Futebol: Observação, Análise, Intervenção da ciência á aplicação prática* (Prime Books (Ed.); Abril 2022).
- Barbosa, A., Sarmiento, H., Neto, J., Anguera, M. T., & Campaniço, J. (2014). Análise Sequencial De Padrões De Jogo Ofensivo Em Futebol – Estudo De Caso Com a Equipa Do Real Madrid. *Boletim SPEF*, 2014(38), 89–99.
- Barreira, D., & Garganta, J. (2007). Padrão sequencial da transição defesa-ataque em jogos de Futebol do Campeonato Português 2004/2005. *1º Congresso Internacional de Jogos Desportivos: Olhares e Contextos Da Performance Da Iniciação Ao Rendimento, February 2016*.
- Bento, J., & Marques, A. (1991). *As ciências do desporto e prática desportiva*. Univ.Porto Editorial.
- Carling, C., Williams, A. M., & Reilly, T. (2005). *Handbook of soccer match analysis: A systematic aproach to improving perfomance*.
- Casarin, R. V., Reverdito, R. S., Grebogggy, D. D. L., Afonso, C. A., & Scaglia, A. J. (2011). Modelo De Jogo E Processo De Ensino No Futebol: Princípios Globais E Específicos. *Movimento (ESEFID/UFRGS)*, 17(3), 133–152. <https://doi.org/10.22456/1982-8918.16302>
- Castelo, J. (1994). *Futebol: Modelo-Tático do jogo: Identificação e caracterização das grandes tendências evolutivas das equipas de rendimento superior*. FMH.
- Castelo, J. (1996). *Futebol- A Organização do Jogo*.
- Catalunya, I., Maia, I., & Real, V. (2013). *O Jogo Ofensivo no Futebol , Proposta de Interpretação da Realidade Dinâmica*. July.
- Clemente, F. M. (2014). *Livro de Atas da I Conferência Internacional de*

- Costa, I. T. da, Garganta, J., Grego, P. J., Mesquita, I., & Muller, E. (2011). Relação entre a dimensão do campo de jogo e os comportamentos táticos do jogador de futebol. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*, 25(1), 79–96. <https://doi.org/10.1590/s1807-55092011000100009>
- Entidade formadora. (2023). Vitória Sport Clube. <https://vitoriasc.pt/2023/05/29/vitoria-sc-novamente-certificado-com-5-estrelas/>
- Garganta, J. (1997). *Modelação Tática Do Jogo De Futebol*. 318.
- Garganta, J. (2001). A análise da performance nos jogos desportivos. Revisão acerca da análise do jogo. *Revista Portuguesa de Ciências Do Desporto*, 2001(1), 57–64. <https://doi.org/10.5628/rpcd.01.01.57>
- Gréhaigne, J. F., Godbout, P., & Bouthier, D. (1999). The foundations of tactics and strategy in team sports. *Journal of Teaching in Physical Education*, 18(2), 159–174. <https://doi.org/10.1123/jtpe.18.2.159>
- História. (2022). Vitória Sport Clube. <https://vitoriasc.pt/historia/>
- Leite, B., Dinis, E., Escudeiro, J., Coutinho, R., & Escudeiro, V. (2016). *Ser Profissional no Amador* (Prime Book).
- Malta, P., & Travassos, B. (2014). Characterization of the defense-attack transition of a soccer team. *Motricidade*, 10(1), 27–37. [https://doi.org/10.6063/motricidade.10\(1\).1544](https://doi.org/10.6063/motricidade.10(1).1544)
- Maneiro, R., Casal, C. A., Álvarez, I., Moral, J. E., López, S., Ardá, A., & Losada, J. L. (2019). Offensive transitions in high-performance football: Differences between UEFA Euro 2008 and UEFA Euro 2016. *Frontiers in Psychology*, 10(JUN), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01230>
- McLean, S., Salmon, P. M., Gorman, A. D., Read, G. J. M., & Solomon, C. (2017). What's in a game? A systems approach to enhancing performance analysis in football. *PLoS ONE*, 12(2), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0172565>
- Missão Futebol Vitória SC. (2022). Vitória Sport Clube. <https://vitoriasc.pt/futebol/>

- Orgãos sociais Vitória SC.* (2021). Vitória Sport Clube. <https://vitoriasc.pt/orgaos-sociais/>
- Palmarés.* (2022). Vitória Sport Clube. <https://vitoriasc.pt/palmares/>
- Património.* (2022). Vitória Sport Clube. <https://vitoriasc.pt/patrimonio/>
- Pedreño, J. (2014). *Scouting en futbol del futbbol base al alto rendimiento* (MC Sports (Ed.)).
- Prof, P., Maria, R., & Sajara, B. (2020). *RELATÓRIO DE ESTÁGIO NO CONTEXTO SUB17 DO VITÓRIA SPORT CLUBE 2018 / 2019*
RELATÓRIO DE ESTÁGIO NO CONTEXTO SUB17 DO VITÓRIA SPORT CLUBE 2018 / 2019.
- Reilly, T., Bangsbo, J., & Hughes, M. (1997). *Science and Football III*. SponPress.
- Santos, P. M. de O. (2006). *O Planeamento e a periodização do treino em futebol*. 371.
- Sargent, J., & Bedford, A. (2013). Evaluating Australian Football League player contributions using interactive network simulation. *Journal of Sports Science and Medicine*, 12(1), 116–121.
- Tobar, B. (2018). *Periodização tática: Entender e aprofundar a metodologia que revolucionou o treino do futebol* (Prime books (Ed.)).