

ATIVIDADE FÍSICA | LAZER | SAÚDE

PERSPETIVAS E DESAFIOS DE INVESTIGAÇÃO



Editores

João Serrano
João Petrica
Márcio Kerkoski
Beatriz Pereira



Instituto Politécnico de Castelo Branco
Escola Superior de Educação

Colaboração

FCT

Fundação para a Ciência e a Tecnologia
MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO E CIÊNCIA

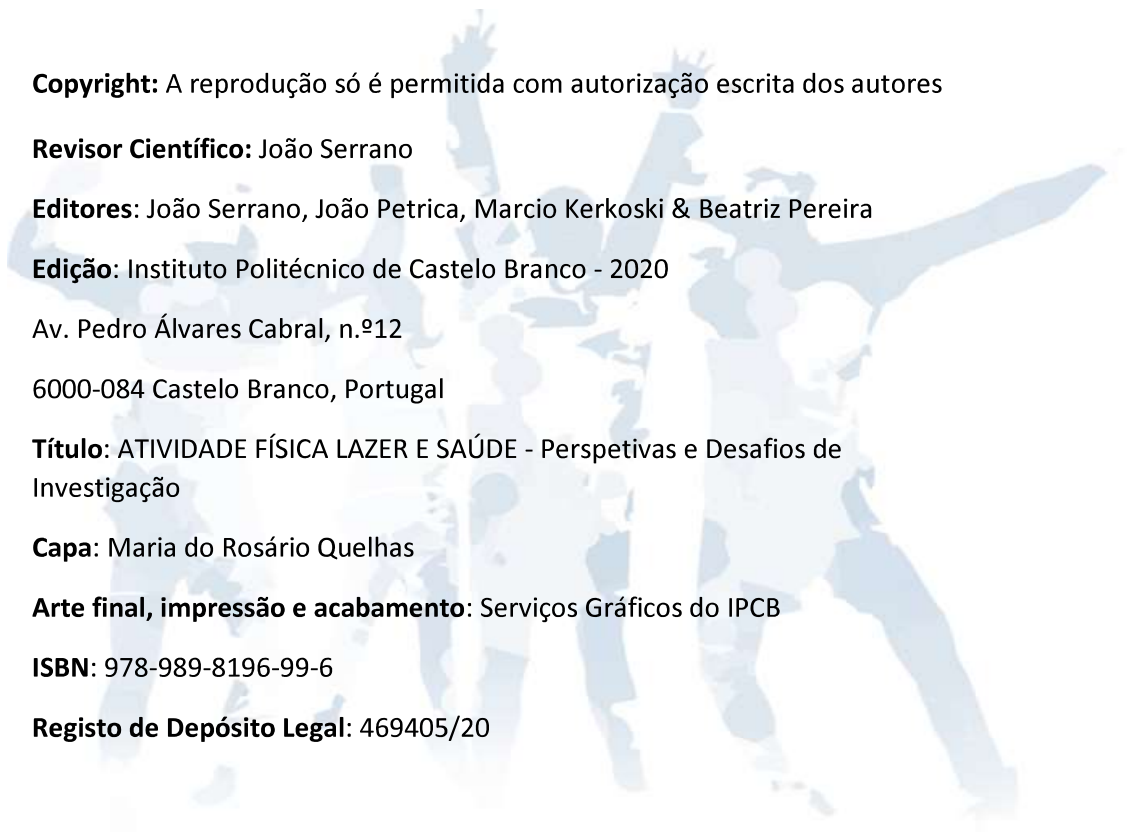
Colaboração



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Centro de Investigação em Estudos da Educação





Copyright: A reprodução só é permitida com autorização escrita dos autores

Revisor Científico: João Serrano

Editores: João Serrano, João Petrica, Marcio Kerkoski & Beatriz Pereira

Edição: Instituto Politécnico de Castelo Branco - 2020

Av. Pedro Álvares Cabral, n.º12

6000-084 Castelo Branco, Portugal

Título: ATIVIDADE FÍSICA LAZER E SAÚDE - Perspetivas e Desafios de Investigação

Capa: Maria do Rosário Quelhas

Arte final, impressão e acabamento: Serviços Gráficos do IPCB

ISBN: 978-989-8196-99-6

Registo de Depósito Legal: 469405/20

Este livro foi apoiado por Fundos Nacionais através da FCT – Fundação para a Ciência e a Tecnologia no âmbito do projeto do CIEC (Centro de Investigação em Estudos da Criança da Universidade do Minho) com a referência UIDB/00317/2020

Abordagem teórica sobre a implementação de um modelo de jogo no Futebol

Serrano, João^{1,2}, Goulão, José¹, Paulo, Rui^{1,2}, Honório Samuel^{1,2}, Batista, Marco^{1,2}, Duarte-Mendes, Pedro^{1,2}, Rocha, João^{1,2}, Santos, Jorge^{1,2}, Ramalho, André^{1,2}, Trindade, Bruno.¹, Silveira, Paulo.^{1,2}, Petrica, João^{1,2}

¹Instituto Politécnico de Castelo Branco, Portugal.

²SHERU - Sport, Health and Exercise Research Unit, Portugal

Resumo

O modelo de jogo (MJ) no futebol, reveste-se de grande complexidade e é constituído por grande quantidade de subvariáveis, que por sua vez se estruturam em diferentes dimensões, categorias e subcategorias. No presente artigo vamos fazer uma abordagem teórica sobre o modelo de jogo no futebol, apresentando as partes constituintes que o caracterizam, e também, chamar a atenção para a sua plasticidade e dinâmica, que permite que se vá ajustando e modificando durante os anos de formação de acordo com a idade dos atletas. A evolução do modelo de jogo permite aos jovens jogadores a modificação de comportamentos, para níveis de complexidade cada vez mais elevados respondendo de forma eficaz às necessidades do jogo e às suas próprias necessidades.

Palavras-chaves: Treinador, Futebol, Modelo de jogo

Abstract

. The game model (GM) in football is highly complex and consists in a large number of variables, in which they are structured in different dimensions, categories and subcategories. In this manuscript we intend to address to a theoretical approach for a game model in football, by presenting the parts that characterize it, and also to reveal the attention to its plasticity and dynamics, which allows it to be adjusted and modified according to the levels and age of the athletes. The evolution of the game model allows young players to modify their behaviors in order to increase higher levels of complexity, having an effective response to the game needs and their own as athletes.

Keywords: Coach, Football, Game Model

Introdução

Frade (2006) dividiu toda a estrutura do jogo em quatro grandes momentos, aos quais acrescenta as bolas paradas. Para o autor, todas as ações do jogo estão contidas num desses quatro momentos, por ele denominados de Grandes Princípios. O autor chama-lhes Grandes Princípios porque, dentro de cada um deles, existem os seus respetivos subprincípios, onde se encontram os subprincípios dos subprincípios e assim sucessivamente. Todos subjugados ao MJ e respeitando uma hierarquia de acordo com o nível em que se encontra.

Tendo por base uma revisão de estudos (Frade, 1985; Castelo, 1996 e 2004; Carvalhal, 2000; Resende, 2002; Oliveira, 2003; Santos, 2006) podemos afirmar que a variável MJ, derivado da sua elevada complexidade, será sempre constituído por um conjunto de sub-variáveis que se podem converter em dimensões, categorias e possíveis subcategorias. Assim e de acordo com os autores supracitados, os momentos do jogo são: Organização Ofensiva; Organização Defensiva; Transição Ataque-Defesa; Transição Defesa-Ataque; e Fragmentos constantes do jogo (esquemas táticos).

Por sua vez cada um destes momentos de jogo apresenta as seguintes categorias e sub-categorias:

Na Organização Ofensiva, temos os sistemas de jogo; fases do ataque; construção do processo ofensivo; criação de situações de finalização; finalização; métodos de jogo; ataque posicional, ataque rápido; contra-ataque; racionalização do espaço de jogo; portador da bola; apoios ao portador da bola; largura e profundidade; temporização ofensiva; combinações táticas diretas e indiretas ângulos de jogo; ritmo e tempo de jogo; missões e funções específicas dos jogadores (guarda-

redes; defesas laterais; defesas centrais; médios centro; médios ala e avançados).

Na Organização Defensiva, devemos ter em conta os sistemas de jogo; fases da defesa; equilíbrio defensivo; recuperação defensiva; métodos de jogo o defesa individual; defesa à zona; defesa mista; defesa zona pressionante; pressão no portador da bola; coberturas defensivas; concentração defensiva (largura e profundidade); anulação das linhas de passe; organização da última linha defensiva; articulação da última linha defensiva; participação total ou parcial de todos os jogadores; oscilação defensiva (largura e profundidade) temporização defensiva; missões e funções específicas dos jogadores (guarda-redes; defesas laterais; defesas centrais; médios centro; médios ala e avançados).

Na Transição Defesa-Ataque, poderemos elencar o jogo direto; jogo indireto/apoiado; recuperação da posse da bola; concentração vs espaço (largura e profundidade); alteração do processo defensivo para o ofensivo; temporização ofensiva; missões e funções específicas dos jogadores no terreno de jogo (guarda-redes; defesas laterais; defesas centrais; médios centro; médios ala e avançados).

Na Transição Ataque-Defesa, temos que ter em conta a pressão sobre o portador da bola; coberturas defensivas; perda da posse de bola; concentração defensiva; alteração do processo ofensivo para o defensivo; recuperação defensiva; temporização defensiva; temporização com interrupção de jogo; missões e funções específicas dos jogadores no terreno de jogo (guarda-redes; defesas laterais; defesas centrais; médios centro; médios ala e avançados).

No momento fragmentos constantes do jogo, ou seja, situações de bola parada, poderemos elencar o lançamento de linha lateral; livres

direto e indireto e pontapés de cantos. Os princípios fundamentais do jogo reportam-se à relação numérica entre os jogadores da própria equipa e os adversários no centro do jogo, ou seja, onde está a bola. Podem ser resumidos da seguinte forma: nas zonas de disputa da bola, uma equipa deve procurar criar situações de superioridade numérica, evitar situações de igualdade numérica e rejeitar a condição de inferioridade numérica (Hainaut & Benoit, 1979; Queiroz, 1983; Garganta & Pinto, 1994). Os princípios específicos representam um conjunto de regras de base que orientam as ações dos jogadores e da equipa ao longo das fases e dos momentos do jogo – defesa, ataque e transições – com o objetivo de criar desequilíbrios na organização da equipa adversária, estabilizar a organização da própria equipa e proporcionar aos jogadores uma intervenção ajustada no jogo. Estes princípios ocorrem de acordo com uma lógica de luta de opostos, isto é, para cada um dos quatro princípios do ataque (penetração, cobertura ofensiva, mobilidade, espaço) existem outros tantos da defesa (contenção, cobertura defensiva, equilíbrio, concentração) que visam dar resposta a objetivos antagónicos (Queiroz, 1983; Garganta & Pinto, 1994).

No quadro que segue podemos observar os princípios transversais do jogo de futebol segundo diferentes autores (Worthington, 1974; Hainaut & Benoit, 1979; Queiroz, 1983; Garganta & Pinto, 1994; Costa et al., 2009):

Quadro 1. Princípios transversais do jogo de futebol

	Ataque (em posse de bola)	Defesa (sem posse de bola)
Princípios fundamentais	Procurar criar superioridade numérica e evitar a igualdade numérica ou a inferioridade numérica	
Princípios específicos	Penetração Atacar diretamente o adversário ou a baliza; desequilibrar a organização defensiva adversária; criar situações vantajosas para o ataque em termos numéricos e espaciais.	Contenção Parar ou atrasar o ataque adversário; propiciar tempo para a organização defensiva; diminuir o espaço de ação do portador da bola; orientar a progressão do portador da bola; restringir opções de passe para um adversário; impedir a finalização.
	Cobertura ofensiva Garantir a manutenção da posse de bola; dar apoio ao portador da bola, oferecendo-lhe opções para dar sequência ao jogo; diminuir a pressão adversária ao portador da bola; criar superioridade numérica; induzir desequilíbrio na organização defensiva adversária.	Cobertura defensiva Servir de novo obstáculo ao portador da bola, caso este ultrapasse o jogador que fazia contenção; transmitir segurança e confiança ao jogador de contenção, para que se afoite na disputa pela bola.
	Mobilidade Criar ações de rotura na organização defensiva adversária; aparecer em zonas propícias para a obtenção de golo; criar linhas de passe em profundidade.	Equilíbrio Assegurar a estabilidade defensiva nas zonas de disputa pela bola; apoiar os companheiros que executam as ações de contenção e cobertura defensiva; cobrir eventuais linhas de passe; marcar jogadores que podem receber a bola
	Espaço Ampliar o espaço de jogo; expandir as distâncias entre os adversários; dificultar as marcações defensivas da equipa adversária; facilitar as ações ofensivas da própria equipa; dar sequência ao jogo, procurando opções seguras para a manutenção da posse de bola.	Concentração Aumentar a proteção à baliza; orientar o jogo ofensivo adversário para zonas de menor risco no espaço de jogo; propiciar o aumento da pressão sobre a zona de disputa da bola.

De acordo Bayer (1994), para uma melhor compreensão didática, os princípios de jogo estão divididos em dois grupos: princípios globais (quadro 2) divididos em operacionais e fundamentais, constituindo referências funcionais comuns a todos os jogos coletivos de invasão

para orientar a equipa ao cumprimento da lógica do jogo, e os princípios específicos (quadro 3) e seus conteúdos referentes aos diferentes e interconectados momentos do jogo.

Quadro 2. Princípios globais de jogo

Princípios Globais		
Princípios operacionais		Princípios fundamentais
Ofensivos	Defensivos	
		Recusar a inferioridade numérica; evitar a igualdade numérica; criar a superioridade numérica
Manter a posse de bola; progredir para o alvo adversário; atacar o alvo adversário	Recuperar a posse de bola; impedir a progressão ao alvo; proteger o alvo	

Quadro 3. Princípios Específicos do jogo

Princípios Específicos momentos do jogo			
Organização ofensiva	Transição defensiva	Organização defensiva	Transição ofensiva
Circulação e posse de bola; ataque direto; largura; profundidade; mobilidade; apoio; penetrações; compensação ofensiva; criação de espaços livres; variabilidade da forma de finalizar.	Pressão coletiva com cobertura; pressão individualizada; compactação; retorno as linhas iniciais de marcação; retorno defensivo orientado; retorno defensivo orientado com trocas de posição; faltas estratégicas; equilíbrio defensivo.	Defesa zona e zona pressing; defesa individual; defesa individual por setor; defesa mista; definição de bloco; coordenação entre linhas; compactação defensiva; coberturas; contenção; flutuação; equilíbrio defensivo; referências espaciais; direcionamento para zonas de pressão.	Retirada da bola da zona de pressão vertical com bola longa; retirada da bola da zona de pressão horizontal com bola longa; retirada da bola da zona de pressão (horizont./vertical); manutenção da posse na zona de recuperação direcionada para frente, trás ou lado.

É fundamental entender a hierarquização dos princípios de jogo em condições de perfeita articulação e congruência. Para Azevedo (2011) devem-se eleger nos momentos de organização defensiva e ofensiva, de transição defensiva e ofensiva, alguns princípios: (prioridades da equipa) em níveis de organização maiores e menores (grandes e médios princípios) e também se deve observar que os

jogadores só conseguirão realizar determinados princípios corretamente se os compreenderem através dos jogos (metodologia de compreensão tática) e depois identificarem que realmente os princípios são compatíveis com uma realidade, necessidade, entendimento individual e em equipa (Gomes, 2008).

Tendo por base a literatura da especialidade, podemos afirmar que os modelos de jogo variam de acordo com as diferentes idades com as quais trabalhamos ao nível dos seus princípios e soluções táticas, ao nível das preocupações defensivas, ofensivas e transições.

Segundo Oliveira (2003), o MJ não pode ser rígido, mas sim variável e condizente a uma zona de desenvolvimento proximal dos atletas, já que o cumprimento dos padrões comportamentais (princípios de jogo) poderão diferenciar-se durante os anos de formação. Também deve ser entendido como um sistema dinâmico que apresenta constante variabilidade para desenvolver criatividade dentro do mesmo e permitir aos potenciais talentos evoluírem para níveis de complexidade mais elevados, sem perda de identidade.

Apresentamos alguns exemplos de MJ para várias idades (quadro 4,5 e 6):

Quadro 4. Modelo jogo para iniciantes para idades dos 11 aos 13 anos

Princípios ofensivos	Soluções táticas	Princípios defensivos	Soluções táticas
Manter a posse de bola	Comunicação ofensiva; troca constante do setor da bola; variabilidade de passes; aproximação afastamento do colega da bola.	Recuperar a posse de bola	Pressionar o portador da bola; cobertura defensiva
Criação de espaços	Tocar e movimentar; procurar espaços; utilizar todas as referencias espaciais do campo	Fechar espaços	Defesa à zona; comunicação defensiva; noções espaciais; retorno defensivo coletivo;
Zonas de finalização	Espaços de referencia para a finalização Jogadores alvo	Compactar defensivamente	Referencia de linha da bola.

Quadro 5. Modelo jogo regular para idades dos 14 aos 16 anos

Organização ofensiva	Transição defensiva	Organização defensiva	Transição ofensiva
Grandes princípios	Grandes princípios	Grandes princípios	Grandes princípios
Ataque rápido; contra ataque.	Temporização defensiva.	Marcação zonal.	Tirar a bola da zona de pressão.
Princípios intermédios	Princípios intermédios	Princípios intermédios	Princípios intermédios
Utilizar um jogador de referência; utilizar dois jogadores estratégicamente proximos da bola	Noção espacial de largura e profundidade; compactação entre as linhas de marcação	Flutuação; Cobertura; Dobras.	Lançamentos verticais e diagonais; zonas de referência para a disputa de bola

Quadro 6. Modelo jogo regular para idades entre 17 aos 20 anos

Organização ofensiva	Transição defensiva	Organização defensiva	Transição ofensiva
Grandes princípios	Grandes princípios	Grandes princípios	Grandes princípios
Circulação e posse de bola	Pressão coletiva na perda da posse de bola	Zona pressing	Retirar a bola da zona de pressão
Princípios intermédios	Princípios intermédios	Princípios intermédios	Princípios intermédios
Mobilidade; apoio; formação de figuras geométrica	Encurtamento das linhas de passe; rápida compactação	Pressão coletiva em todos os setores do campo; cobertura; dobras; flutuação	Retirar a bola em largura; utilizar passes curtos e rápidos; manter a posse de bola

Para Garganta (2002), modelar um sistema dinâmico no futebol significa mapear não apenas os seus comportamentos (princípios de jogo), mas também as variáveis que emergem da interação e inter-relação dos executantes (treinadores-jogadores, companheiros-companheiros, companheiros-adversários) e entender o jogo dividindo-o didaticamente em momentos, para uma melhor compreensão do modelo de jogo.

O futebol é uma modalidade que exige aos jogadores várias capacidades das quais se destacam uma apurada competência técnica,

uma boa compreensão tática do jogo, uma atitude mental centrada no rendimento e, também, uma excelente aptidão física (Soares, 2005).

Partindo do princípio que, o MJ é o guia de todo o processo de treino, Oliveira (2003) refere que os exercícios propostos, devem tê-lo como referência, em todos os momentos. Assim, treinar passa, em grande medida, por focalizar a vivência consciencializada dos jogadores nos vários extratos de jogo, sem nunca deixar de realizar a articulação de sentido com o todo (jogo).

Portanto, MJ não é somente a tática usada pelo treinador, mas contempla um conjunto de ações, pensamentos e princípios seguidos pela equipa. Ao elaborar os treinos, deve-se levar em conta o MJ previamente definido, ou seja, o processo de treino deve englobar exercícios que o sigam.

Todas as equipas possuem um MJ, independente do método de treino aplicado e do conhecimento do treinador sobre o tema, o que poderá variar é o quão elaborado (ou não) é o MJ que determinada equipa apresenta no campo. Colocar onze jogadores no campo defensivo e “dar chutos para a frente” ou jogar realizando uma zona pressionante são dois MJ com um grau de complexidade bem distinto, desde a forma como se operacionaliza o treino para construí-los, passando pela assimilação dos atletas, até à sua aplicação no jogo.

O treinador, na fase inicial do trabalho deve definir o MJ da equipa junto com sua equipa técnica, levando em conta a sua ideia de jogo, a característica dos jogadores, os princípios de jogo, a organização funcional e a estrutura do clube. O modelo de jogo deve ter objetivos bem definidos e bem claros (Miranda, 2009).

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

Referências

- Azevedo, J. (2011). Por dentro da Tática. Prime Books.
- Bayer, C. (1994). O ensino dos desportos coletivos. Paris: Vigot.
- Castelo, J. (1996). Futebol - A Organização do jogo. Ed. Autor.
- Castelo, J. (2004). Futebol. Organização Dinâmica do jogo. Edições FMH
- Carvalho, C. (2000). As coisas duma «Mecânica Silenciada» (mas não silenciosa) ou... A Recuperação no Futebol de Rendimento Superior uma (des) abstracção. Dissertação de Licenciatura. Porto: FCDEF-UP.Costa et al., 2009)
- Frade, V. (1985). Alta competição no futebol: que exigências de tipo metodológico. Porto: ISEF.
- Frade, V. (2006). Apontamentos das aulas de Metodologia Aplicada I, Opção de Futebol Porto: FCDEF UP. Garganta & Pinto, 1994
- Garganta, J. (1997). Modelação táctica do jogo de futebol - estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento. Tese de Doutoramento (não publicada), Universidade do Porto, Porto.Garganta (2002),
- Gomes, M. (2008). O desenvolvimento do jogar segundo a periodização táctica. Madrid: MCSports.
- Hainaut, K., & Benoit, J. (1979). Le football moderne - tactique-technique-lois du jeu. Enseignement des pratiques physiques spécifiques. Bruxelles: Presses Universitaires de Bruxelles.Miranda, 2009).
- Oliveira, G. (2003). Organização do jogo de uma equipa de Futebol. Aspectos metodológicos na abordagem da sua organização estrutural e funcional. In II Jornadas Técnicas de Futebol + Futsal. Vila Real. UTAD.Queiroz, 1983
- Resende, N. (2002). Periodização Táctica. Uma concepção metodológica que é uma consequência trivial do jogo de futebol. Um estudo de caso ao microciclo padrão do escalão sénior do Futebol Clube do Porto. Dissertação de Licenciatura. Porto: FCDEFUP.Santos, 2006
- Soares, J. (2005). O Treino do Futebolista. Porto Editora.