



UNIVERSIDADE EDUARDO MONDLANE
Escola Superior de Ciências do Desporto

Dissertação do Mestrado em Ciências do Desporto
Ramo do Treino Desportivo

Título

**Metodologia para treino de futebol através da competição em atletas de 14/15
anos de idade no clube Associação Black Bulls. Maputo**

Autor: Victor José Matine

Maputo, Outubro de 2024



UNIVERSIDADE EDUARDO MONDLANE
Escola Superior de Ciências do Desporto

Dissertação do Mestrado em Ciências do Desporto
Ramo do Treino Desportivo

Título

**Metodologia para treino de futebol através da competição em atletas de
14/15 anos de idade no clube Associação Black Bulls. Maputo**

Autor: Victor José Matine

Dissertação apresentada à Escola Superior de Ciências do Desporto da Universidade Eduardo Mondlane com vista à obtenção do grau de Mestrado em Ciências do Desporto, Ramo de Treino Desportivo, sob orientação do PhD Rolando Castro Marcelo.

Maputo, Outubro de 2024

Declaração de honra

Eu, Victor José Matine, declaro por minha honra que esta pesquisa de conclusão do curso de Mestrado em Ciência do Desporto, que submeto a ESCIDE/ UEM, em cumprimento dos requisitos para a obtenção do grau de Mestrado em Ciências do Desporto, é resultado da minha pesquisa pessoal e das orientações do meu supervisor. O seu conteúdo é original e todas as fontes consultadas estão devidamente mencionadas no texto e nas referências bibliográfica. Salientar que nunca foi apresentada na sua essência para obtenção de qualquer grau académico.

Victor Matine

Agradecimentos

Neste espaço não quero deixar de registar o meu agradecimento a todos aqueles que me ajudaram com a sua colaboração, fazendo com que este trabalho pudesse ser realizado:

Ao professor Doutor Rolando de Castro, orientador desta dissertação pela paciência e contribuição valiosa para a materialização desta pesquisa.

Ao professor Leonardo Nhamtumbo pelos ensinamentos, apoio, disponibilidade demonstrada e acompanhamento efectuado ao longo da formação.

Dra. Lucília pela motivação, encorajamento e partilha de conhecimentos.

Professor Michael, pelas contribuições na elaboração do projecto desta pesquisa.

Professor Graziano pela experiencia partilhada ao longo desta caminhada na cadeira da Biomecânica de desporto.

Professor Clemente pela amizade e sugestões na elaboração desta pesquisa.

Professor António Prista pelo incentivo aos mestrandos para seguirem as investigações.

Aos colegas do Mestrado, por esta jornada de dois anos, pelas amizades criadas, dificuldades superadas em conjunto, pelos momentos passados, apoiando-nos sempre para que todos conseguíssemos chegar ao final deste processo.

A todos funcionários da ESCIDE/ UEM pelo apoio e carinho.

À Direcção, Treinadores, Atletas e Funcionários do Clube de Futebol “Associação Black Bulls ” pela forma como me receberam no clube.

A todos os colegas de Mestrado pela partilha de conhecimentos, pela amizade e pelo companheirismo demonstrado

. Aos professores por todos os conhecimentos transmitidos durante este ciclo.

A todos vocês, o meu obrigado por me terem dado motivação neste processo e para chegar até aqui, e por me acompanharem todos os dias, participando da minha formação pessoal.

Dedicatória

A Deus; sem ele eu não teria competência para desenvolver este trabalho.

À minha esposa, Cristina Matine pela compreensão, paciência e carinho, suportando-me incondicionalmente nos momentos menos bons.

Aos meus filhos, Filipe, Júnior e Kareny minha razão de viver.

À minha querida família, que tanto admiro, dedico o resultado do esforço realizado ao longo deste percurso.

Ao meu pai em memória e a minha mãe Elisabete Matias Matável, pelas bases que deram para me tornar a pessoa que sou hoje.

Resumo

A relevância do construtivismo na metodologia do treinamento desportivo tem sido chamada de ensino integral, e se configura como um comportamento orientado para a aprendizagem cognitivo-motora que, parte da ideia de que a cognição e acção estão intimamente associadas. Apoiada nesta concepção, esta pesquisa tem como propósito elaborar uma metodologia para o treinamento de futebol por meio de competição em atletas de 14/15 anos na Associação Black Bulls; para o cumprimento dos objectivos, foi necessário aplicar os seguintes métodos de análise-síntese, modelagem científica, observação, entrevista e experimento, para avaliar a viabilidade dos resultados científicos, foram utilizados os critérios do usuário e o pré-experimento. A amostra foi composta por 20 atletas, com três frequências de trabalho em cada microciclo, este grupo foi submetido ao pré-experimento e realizadas duas medições durante um período de três meses, composto por 36 sessões de treino. Os resultados do pré-experimento desenvolvido verificaram a significância da proposta entre o pré-teste e o pós-teste nas dimensões motora, comunicativa e compreensiva da colaboração-oposição, o que demonstrou a eficácia prática da metodologia aplicada na equipa de futebol do clube Associação Black Bulls, a contribuição prática desta metodologia para o treinamento do futebol foi por meio da competição.

Palavras-chave: metodologia, competição, processo de treinamento de futebol.

Summary

The relevance of constructivism in the methodology of sports training has been called integral teaching, and is configured as a behavior oriented towards cognitive-motor learning, which is based on the idea that cognition and action are closely associated. Supported by this conception, the research aims to develop a methodology for football training through competition in 14/15 year olds in the Black Bulls Association; To achieve the objectives, it was necessary to apply the following methods of analysis-synthesis, scientific modeling, observation, interview and experiment, to evaluate the feasibility of scientific results, user criteria and pre-experiment were used. The sample was made up of 20 athletes, with three work frequencies in each microcycle. This group was subjected to pre-experiment and two measurements were taken over a period of three months, consisting of 36 training sessions. The results of the pre-experiment developed verified the significance of the proposal between the pre-test and post-test in the motor, communicative and comprehensive dimensions of collaboration-opposition, which demonstrated the practical effectiveness of the methodology applied to the Associação club football team. Black Bulls Maputo, whereby the contribution to the practice is in the methodology for football training through competition.

Keywords: methodology, competition, football training process.

Lista de tabelas e figuras

Figura I. Metodologia para treino do Futebol por meio da competição.....	20
Tabela II. Proposta de operacionalização de variável.....	45
Tabela III. Resultados comparativos da modalidade de pontuação dos indicadores avaliados.....	50
Tabela IV. Avaliação comparativa do modo de pontuação das dimensões (pré-teste e pós-teste).....	51
Tabela V Situação comparativo dos resultados entre o diagnóstico e o pós-teste.....	52
Tabela VI: nível de significância dos indicadores entre o pré-teste e pós-teste utilizando o teste de Wilcoxon pares emparelhados e intervalos não paramétricos.....	53

Lista de Abreviaturas

FIFA - Federação Internacional de Futebol

UEM - Universidade Eduardo Mondlane

UP - Universidade Pedagógica

ESCIDE – Escola Superior de Ciências do Desporto

FMF - Federação Moçambicana de Futebol

UAC - Unidade de aprendizagem competitiva

SPSS- Pacote estatístico para ciências sociais

Índice

Declaração de honra.....	iii
Agradecimentos.....	iv
Dedicatória.....	vi
Resumo.....	vii
Summary.....	viii
Lista de tabelas e figuras.....	ix
Lista de Abreviaturas.....	x
Capítulo 1.....	14
1. Introdução	14
1.1 Problematização	18
1.2. Fundamentação do problema de pesquisa	19
1.3. Justificativa	19
1.4. Objectivos	20
1.4.1. Objectivo geral:	20
1.4.2. Objectivos específicos:	20
Capítulo 2.....	22
2. Revisão da Literatura	22
Marco conceptual.....	22
2.1. Processo de treino desportivo	22
2.2. Competição	23
2.3. Modelos	25
2.4. Caracterização epistemológica do treino do futebol através da competição	26
2.5. Caracterização biopsicossocial de jogadores de futebol de 14/15 anos	31
2.6. Estudo histórico do processo treino do futebol em iniciados nas idades de 14/15 anos	32
2.7. Metodologia para o processo de treino do Futebol por meio da competição	36
2.8. Etapas, objectivos e procedimento da metodologia para o processo de treino do Futebol por meio da competição.	38
2.8.1. Primeira etapa	38
2.8. Segunda etapa	40

2.9. Procedimentos do Processo de treino	40
2.10. Peculiaridades do treinamento de futebol por meio da competição	42
2.11. Princípios que sustentam o processo de treino do futebol	43
2.12. Princípio de acessibilidade e carácter individual	44
2.13. Princípio de consciência e actividade	44
2.14. Princípio do aumento gradual das demandas de treinamento	44
2.15. Regularidades do processo de treino do Futebol por meio da competição	45
2.16. Relação entre desempenho e intervenção pedagógica	45
2.17. A continuidade entre os momentos de treino do Futebol	45
Capítulo 3.....	47
3. Metodologia	47
3.2.1. Mostragem por julgamento	48
3.3. Caracterização da amostra.....	49
3.7. Procedimentos Éticos de recolha de dados.....	51
3.8. Delimitação da área do estudo	51
Capítulo 4.....	52
4.1. Apresentação dos resultados	52
4.2. Aspectos metodológicos essenciais para a preparação dos usuários	53
4.2.1. Procedimentos de trabalho do usuário para verificação científica.	54
4.2.1.1. Primeiro momento.	54
4.2.1.2. Dimensão processual	55
4.2.1.3. Critérios de avaliação	55
4.3. Apresentação dos resultados obtidos na entrevista	56
4.3.1. Sugestões fornecidas	58
4.4. Critérios de avaliação.	59
4.4.1. Primeiro indicador	59
4.4.2. Segundo indicador	59
4.4.3. Terceiro indicador	59
4.4. Dimensão cognitiva	59
4.5. Treinamento.	60
4.6. Descrição do pré-experimento	62

4.7. Operacionalização de variáveis	64
4.7.1. Variáveis externas	64
4.7.2. Escala de avaliação de dimensões	65
4.7.2.3. Avaliação qualitativa da dimensão: motor	66
4.8. Discussão e análise dos resultados	67
Capítulo 5.....	76
5. Conclusão	76
Sugestão	77
Bibliografia.....	78
Apêndice	84
Anexo	102

Capítulo 1

1. Introdução

O futebol é um desporto colectivo de cooperação e oposição de respostas abertas, ou melhor dizendo os estímulos que o caracterizam mudam constantemente apresentando um estado de grande incerteza onde não existem duas situações iguais sendo fundamental a capacidade de percepção e decisão dos seus intérpretes (José Grave, 2021). A metodologia de treino no futebol tem sido objecto de evolução, fruto da investigação feita dentro deste âmbito (Clemente e Mendes, 2015). Consequentemente, existe um maior investimento e dedicação temporal na procura de exercícios de treino mais adequados e jogos modificados que possam melhorar as capacidades físicas, técnicas e táticas dos seus jogadores (Castelo, 2020).

Neste contexto, a ciência teve assim um papel fundamental no processo de desenvolvimento do desporto, uma vez que trouxe diferentes áreas do conhecimento (biologia, antropologia, sociologia, pedagogia, medicina, Metodologia de treino entre outras) para contribuir no processo de investigação, compreensão e entendimento das amplas variáveis que podem influenciar este mecanismo denominado desporto (GALATTI et. al., 2021). Porém dentre todas estas áreas do conhecimento que tomaram o desporto um objecto de estudo, pode-se ressaltar que a pedagogia do desporto contribuiu de maneira significativa no sentido de intervir no processo de ensino, vivência, aprendizado e treinamento que engloba o âmbito desportivo (GALATTI et. al., 2021). Segundo BETTEGA (2015) A elaboração de propostas de treinamento no processo de ensino aprendizagem fundamenta-se a partir de alguns princípios, os quais estão vinculados a componentes previsíveis do jogo.

Por outro lado, a competição desportiva na etapa de iniciação necessita ser organizada respeitando os gostos, as aspirações e as possibilidades das crianças e não para satisfazer a vontade dos adultos. A permanência da criança no desporto, bem como o percurso até o ao alto rendimento ou de participação são direccionados pela forma como o processo de formação desportiva é proposto durante a infância, logo, torna-se relevante a criação de um processo seguro, com uma abordagem de treino adequada,

uma rede de relações interpessoais apropriadas e positivas (CÔTÉ et al., 2017) e uma competição condizente com as características dos indivíduos envolvidos (MONTAGNER; SCAGLIA, 2013).

Na prática sistemática do futebol pelas crianças nas comunidades, é onde se descobre o futebol, onde surge a paixão por este jogo. Na rua aprendem as técnicas básicas como driblar, rematar, passar e receber a bola. É assim que são estabelecidas as bases do manuseamento da bola. Mas não só isso, também compreende a melhorar o controle corporal. Garganta, J. (2003). Durante essa prática, você aprimorará suas habilidades naturalmente. Como, por exemplo, quando decidimos que devemos primeiro escolher os companheiros que formarão a equipa. Iniciar os exercícios é um exercício pequeno que não requer sensação de antecipação. Portanto, o aprendizado já começa antes mesmo do jogo começar. "Ganhamos sabedoria nas ruas, o que é uma vantagem não só no futebol, mas também em muitas outras áreas."

Neste contexto o princípio da didáctica do jogo baseia-se nas situações concretas de vivências do chamado "futebol de rua", em que crianças e adolescentes formavam espontaneamente equipa para jogar "simplesmente futebol", segundo algumas regras: emprestados do futebol, em locais de pouco movimento, com bolas de diversos materiais e tamanhos, adquirindo assim experiências, conhecimentos e habilidades individualmente (Alves e Biachin, 2010).

Essas pequenas partidas de futebol de rua, acima de tudo, permitiram ao iniciante vivenciar o princípio do aprender pela descoberta, hoje amplamente reconhecido, tornando mais fácil encontrar individualmente o desempenho motor mais promissor para a situação. (Travassos et al., 2018)

Outros elementos importantes podem ser copiados dos jogos infantis típicos de uma época em que muitas personalidades marcavam o futebol de forma eficaz: a repetição frequente de certas sequências de movimentos e por sua vez formas de comportamento dentro da própria aplicação do jogo e liberdade individual de comportamento, através da possibilidade de resolver a situação de jogo de forma diferenciada.

Face ao exposto uma das dificuldades que o futebol apresenta nos países menos desenvolvidos a nível internacional, segundo FIFA, (2015), na actualidade, é a capacidade limitada dos jogadores quando jogam em estágios superiores, ou seja, em idades mais avançadas, para enfrentar as complexidades que caracterizam a competição desportiva moderna.

O processo treino global do futebol iniciado é postulado como um meio eficaz para combinar as diferentes esferas de actuação do futebolista no futuro (aspecto físico, aspecto técnico, aspecto táctico e aspecto Psicológico-volitivo) na mesma tarefa (Ravé, J. M., Navarro Valdivieso, F., Pereira Gaspar, P. M. (2007).

Desta forma, está totalmente desvinculado da visão clássica do treino descontextualizado e, também, embora em inúmeras ocasiões se confunda, difere em alguns aspectos do indicador físico contextualizado Rink, J. E., Fresch, K., Tjeedsma, B. (1996)

Adicionar, isto se deve a várias causas, entre elas destacam-se: a utilização de modelos de treino que reduzem a capacidade criativa para a resolução de problemas em grupo, as escassas ligações entre os conteúdos e métodos de preparação desportiva com a competição, assim como a impossibilidade de intervenção em sistemas competitivos de longo prazo, o que não permite aos jogadores obterem benefícios no que diz respeito à formação de competências e habilidades em contexto real. O processo treino do futebol em iniciados faz parte da consolidação da formação de um atleta de alto nível, foi contextualizado por diversos autores, destacando-se entre eles, as seguintes referências; Tamarit, X. (2007), Wein, H. (2014), Rivilla García, J. (2011), Oliveira, JG (2015), Fédération Internationale de Football Association (2015), Casamichana, D., San Román, J., Calleja, J. & Castellano, J. (2015) entre outros.

A presente investigação é realizada com o interesse de se aprofundar nas formas de conceber o treino do futebol em iniciados nas idades de 14/15 anos; idade de especial significado para a evolução do referido desporto, e dessa forma, favorecer a prática pedagógica dos treinadores, principalmente aquelas relacionadas à apropriação e compreensão global do jogo. Tudo isso apoiado na selecção dos conteúdos do

processo treino. A esse respeito, Álvarez (1999, p. 96) afirmou “... Devem reunir as habilidades e os conhecimentos fundamentais de uma actividade”.

Este estudo teve sua gênese em autores como Matveev (1983); Thorpe e Bunker (1982); Devis (1982); Kleschov, Tiurin e Furaev (1984); Parlebás (1986); Fiedler (1987); Zatsiorski (1988); Harre (1988); Ozolin (1989); Bayer (1992); Andux (1997); Sierul-lo (1998). Em suas propostas, significam particularidades das duas abordagens metodológicas mais sistematizadas no processo treino do desporto: a técnica ou tradicional e a tática ou alternativa, das quais o pesquisador assume, objecto, relaciona e contextualiza critérios.

1.1 Problematização

Uma das dificuldades que as equipas de futebol apresentam hoje em Moçambique é a capacidade limitada dos jogadores para fazerem face às complexidades que caracterizam a competição desportiva moderna. Isso se deve a diversas causas, dentre elas destacam-se: a utilização de metodologias de treino que reduzem a capacidade criativa para a resolução de problemas de forma grupal, as escassas vinculações entre os conteúdos e métodos de preparação desportiva, ou seja, o treino com a competição final que deve realizar, bem como a impossibilidade de intervenção em sistemas competitivos de longo prazo, o que não permite aos jogadores obterem benefícios no que diz respeito à formação de competências e habilidades em contexto real.

Esta situação apresenta maior significância nas idades de 14/15 anos, o que é corroborado ao se analisar as dificuldades apresentadas pelos atletas no clube Associação Black Bulls, para resolver as acções que requerem integração, cooperação e análise do comportamento do adversário para sua realização.

A utilização pelos treinadores de metodologias tradicionais de treino baseadas na fragmentação, simplificação e progressão de tarefas descontextualizadas do seu ambiente de jogo real; e o uso de modelos de planeamento alheios à natureza dos desportos colectivos, torna difícil para jogadores dessas idades resolverem em grupo as acções que emergem da competição.

O diagnóstico sistematizado do processo de treino para participar nas competições da faixa etária de 14/15 anos de 2021 a 2022, apoiado na aplicação de instrumentos de pesquisa como observação e levantamentos, permite apontar as seguintes inconsistências.

Os conteúdos do treino do Futebol nas idades 14/15 anos requerem uma compreensão e apropriação global das exigências da competição final.

A organização do processo de treino não está relacionada às manifestações do jogo de futebol, associado a este tema permite-nos apreender uma lacuna nos fundamentos teórico-metodológicos que sustentam o desenvolvimento do processo treino, através de formas globais de colaboração-oposição nas acções em equipa. O concurso exige um tratamento teórico-prático a ser utilizado no processo de treino

Os argumentos levantados permitem declarar o seguinte **problema de pesquisa**: Insuficiência no processo de treino do futebol nas idades de 14/15 anos no clube Associação Black Bulls limita as capacidades dos jogadores para enfrentar as diversidades complexas que ocorre no contexto do jogo.

1.2. Fundamentação do problema de pesquisa

A competição pressupõe que os atletas trabalhem suas habilidades reflexivas, para relacionar ideias e resolver problemas no contexto de jogo, com base em todos os recursos e conhecimentos fornecidos pelo adversário. Alarcón, F. (2022). Portanto, a tendência na preparação de atletas está direcionada para suas actividades específicas, uma vez que o desporto constitui um negócio económico, tendo o futebol como cabeça dele, pelo qual o treino através da competição pode proporcionar aos atletas uma satisfação extra durante o treinamento prolongado que deve ser enfrentado sistematicamente.

O estudo das referências associadas a este tema permite-nos perceber uma lacuna nos fundamentos teórico-metodológicos que sustentam o desenvolvimento do processo de ensino-aprendizagem e treino sistemática em Futebol iniciado em Moçambique, através de formas globais de colaboração-oposição em função de acções de equipa, que se expressam sem sistematização e contextualização teórico-prática para ser utilizado no futebol.

1.3. Justificativa

A argumentação do problema proposto para orientar o desenvolvimento do futebol em atletas iniciados em países como Brasil, França, Espanha e Argentina, no qual se destaca em formação de iniciado com metodologia moderna, pelo qual esse problema é abordado em três aspectos, que se destacam, ou individual, social e científico.

Como indivíduo, o enfrentamento desse problema deve-se a uma preocupação de anos, pois os treinadores costumavam utilizar seu próprio treino relacionado com os

adultos para alcançar resultados competitivos, em idades de iniciação, em que a preparação integral dos atletas deve ser enfatizada.

Na esfera social, sem dúvida, o futebol constitui em um país em desenvolvimento como o nosso, a possibilidade de muitas famílias melhorarem seus aspectos econômicos, quando um membro da família consegue competir no futebol profissional, pelo qual, investigadores, treinadores, devem procurar os meios através da ciência como contributo para o desenvolvimento em particular das crianças e para o desenvolvimento progressivo desta modalidade.

No campo científico, está demonstrado nos países com maior desenvolvimento desta modalidade no mundo, que seu desenvolvimento deve ser bem organizado, com trabalho sistemático, mas todos esses indicadores devem ser um complemento ao trabalho científico e metodológico.

O desenvolvimento do futebol é enquadrado como um ramo especializado dentro das ciências do desporto, mas visto, em sentido amplo, constitui um termo genérico que engloba também as ciências do Movimento Humano. As funções da ciência no desporto visam a aquisição de novos conhecimentos como forma de fortalecê-los, através da busca de soluções transformadoras para o: planeamento, desenvolvimento e controle deste desporto e formação de treinadores.

1.4. Objectivos

1.4.1. Objectivo geral:

Elaborar uma metodologia para o processo de treino Futebol através da competição em atletas de idades 14/15 anos do Clube Associação Black Bulls.

1.4.2. Objectivos específicos:

- Fundamentar a partir das bibliografias o processo de treino do futebol em iniciados baseada em competição nas idades de 14/15 anos.
- Identificar os diferentes modelos para o processo de treino do Futebol.

- Implementar a metodologia para o processo de treino de Futebol através da competição em atletas de 14/15 anos do Clube Associação Black Bulls
- Avaliar a relevância da metodologia para o processo de treino do futebol na competição em atletas de 14/15 anos do Clube Associação Black Bulls.

1.4.3. **Hipóteses:**

A aplicação de uma metodologia para o processo de treino do futebol, baseada na competição em iniciados de 14/15 anos em clube Associação Black Bulls, permitirá uma compreensão e apropriação das características mutáveis, instáveis e multidimensionais da competição.

Capítulo 2

2. Revisão da Literatura

Marco conceptual

Neste ponto, vai se debruçar em torno das definições dos conceitos básicos do presente tema do estudo, os que foram assumidos a partir da literatura consultada, o qual permitiu trazer uma opinião em consonância do percebido, como definição do trabalho.

2.1. Processo de treino desportivo

Castelo (2020), considera o treinamento desportivo como um processo pedagógico que visa estimular os processos fisiológicos do organismo, favorecendo o desenvolvimento de diferentes capacidades e qualidades físicas. Portanto, Bettega (2021) considera o treinamento desportivo como um processo para melhorar o desempenho e as habilidades durante a actividade física, com o objectivo de aumentar as capacidades do atleta. Portanto, é feito de forma personalizada, mas também dependerá do tipo de actividade que cada pessoa realiza.

O treino desportivo exige que os treinadores desportivos conheçam o substrato energético a implementar junto dos seus atletas, de acordo com a posição que desenvolvem em campo, uma vez que a área de defesa, médios e avançados, no final de uma partida, estão sujeitos a diferentes volumes de trabalho, como um esforço contínuo. Isso deveria ser muito evidente no futebol, já que esse desporto tende a ter uma verticalização precoce nos atletas.

Matveev (1990) entende o processo de treinamento desportivo, como método de treinamento de actividades físicas, visando o desenvolvimento pessoal realizado sob o planeamento de determinados estados de desempenho competitivo. Isso também pode ser feito em exposição devido aos contextos de avaliação desportiva, principalmente na actividade competitiva. Por outro lado, o treinamento físico é quase automático, pois é a acção de realizar séries de exercícios organizados, com objectivo de desenvolver ou

umentar os músculos em um período de tempo. Existem muitos exemplos de treinamento físico e um deles é aquele realizado por diferentes jogadores de futebol em torneios ao redor do mundo (Castelo, J. 2009). Com este treino, as condições físicas são melhoradas, para que quando vão a jogos competitivos tenham a preparação para os enfrentar de forma eficiente.

A definição e conceitos de treino desportivo e a sua concepção são de grande importância ao longo dos tempos, mas sem dúvida, a concepção de treino desportivo com bolas hoje mudou enormemente, tomando como exemplo. Modelo cognitivista, (SIERUL-LO VARGAS, 1986), este modelo de planeamento, cujo nome se baseia em sua base teórica na teoria cognitiva (construtivismo), é realizado pelo autor com uma crítica muito profunda aos modelos baseados nos fundamentos teóricos do behaviorismo utilizado com maior prevalência nos desportos individuais e desde o seu surgimento, o mais popular e utilizado nos desportos colectivos.

Para estes, a observação deve ser levada em consideração, enfatizando suas análises em estímulos e respostas abertas, e de forma limitada valorizando as sensações, imagens, desejos e até mesmo os pensamentos do sujeito observado. Para este autor, estas são reducionistas. Os pertences não concordam quando se considera as complexidades dos desportos colectivos, da cooperação e da oposição.

Para o construtivismo, o conhecimento não se reduz a uma visão da realidade pré-existente, ele é enfatizado na dinâmica de interação, através da qual a informação externa é continuamente interpretada pela mente, e é construída numa progressão de modelos cada vez mais complexos. Essa realidade se concretiza através da modelagem que o atleta faz para responder numa perspectiva cognitivo-motora ao que acontece e ao que se resolve, está sempre susceptível de ser alterado e melhor.

2.2. Competição

Na Pedagogia Conceitual o conceito de competição é utilizado para analisar o desenvolvimento do pensamento Corsino, E. L. (2011). Este conceito está intimamente relacionado com a formação e a forma como as estruturas mentais são modificadas para captar uma visão mais clara da realidade, nesta área, a competição pode ser

entendida de várias maneiras segundo, Oliveira, J. G. (2020), quando se refere à habilidade significa que o atleta sabe fazer determinada coisa de acordo com o aprendizado adquirido. Isso significa que o aluno não apenas aprende conceitos, mas também, assimila a maneira como pode aplicá-los.

Richheimer, P., & Rodrigues, J. (2000), quando o conceito é utilizado no contexto da competitividade, refere-se à capacidade da pessoa demonstrar que sua forma de resolver determinado conflito ou de fazer algo específico é a melhor que existe (Bento 2006). Quando nos referimos à competição da incumbência, estamos proferindo da capacidade do atleta de relacionar seus conceitos aprendidos com a realidade que o cerca. As competências permitem que o indivíduo se envolva em seu ambiente de forma responsável e ética.

A utilização do treinamento integrado como preparação é um novo conceito de treinamento que está se difundindo entre os treinadores das modalidades com bola. Do ponto de vista terminológico, existe o modelo integrativo de Bondarchuk em 1994, pensado para o treinamento de martelo no atletismo e suas características estão na integração da potência com outras qualidades físicas. Por sua vez, Navarro propôs em 1990 o macrociclo integrado com cargas concentradas, concebido para períodos de tempo relativamente curtos.

A intenção é concentrar os conteúdos em pequenos espaços de tempo, mas há independência no seu desenvolvimento, mas com interligação de cada um de endereços físicos. As novas tendências de treino vão ao encontro desta realidade e orientam-se para uma maior interligação entre a preparação técnico-tática e a preparação física. Seguindo todos estes princípios de formação, nasceu a ideia de “formação integral” ou “formação integrada.

Addine Fernández, F. (2013), acrescenta que na Pedagogia Conceitual a competência consiste em uma visão cognitiva. Entendendo-a como a forma se desenvolvem os processos mentais relacionados à interpretação e argumentação do conhecimento e seu uso na vida cotidiana. Futebol para iniciados, FIFA, (2015) organiza os atletas que compreendem as idades de 13/15 anos.

2.3. Modelos

Nas fontes consultadas, as definições oferecidas são consideráveis, nesse sentido, Álvarez de Zayas, C (1997:11) afirma que "Modelo é uma representação ideal do objecto a ser investigado que permite ao pesquisador abstrair de todos aqueles elementos e relacionamentos que são considerados essenciais e sistematizar no objecto modelado". García (2000) define como modelo didáctico "... uma concepção sistémica que em um plano de ensino-aprendizagem, estrutura uma determinada prática dentro do processo docente educativo; para incidir na formação integral de personalidade do estudante" (Citado em Castro, 2014, p. 43).

Segundo Barahona, E. (2015), modelo desportivo, é um modelo que surge para criar experiências autênticas de prática desportiva, onde se organiza a forma de treino, a organização das componentes das cargas e as direcções de treino, os atletas são imponderados com uma perspectiva global, que desenvolve a sua competência motora, sua cultura desportiva e seu entusiasmo pela prática.

A ciência constrói representações do mundo. Os elementos básicos dessas representações são os modelos. Pois, conforme Castelo, J (2020), afirma que o modelo é uma representação simplificada, uma forma mais ou menos abstracta e, se possível, matematizada de uma ou várias relações de tipo causal ou descritivo, que reúne os elementos de um sistema.

Já de acordo com Casagrande (2012), um modelo é uma imagem mental simplificada e idealizada, que permite representar, com maior ou menor precisão, o comportamento de um sistema. O modelo incorpora apenas as características consideradas importantes para a descrição do sistema, seleccionadas intuitivamente ou por conveniência matemática. De modo geral, o propósito de um modelo é simplificar certa realidade para que ela possa ser analisada.

Segundo Mateus (2004), o modelo exemplar ou forma que o indivíduo propõe e segue na execução de uma obra artística ou outra coisa. O termo modelo é de origem italiana *modello*, por sua vez, derivado do latim vulgar *modellus*, alteração feita ao latim *modulus*, o qual é diminutivo de *modus*, ou seja, medida.

Os autores Coutinho e Silva (2017), destacam o modelo científico, que é o resultado do processo de criar uma representação abstrata, conceptual, gráfica ou visual para analisar, descrever, explicar, simular e prever fenómenos ou processos. Contudo, de acordo com Coutinho e Silva (2017), modelo refere-se à pequena representação de algo ou de um vestido desenhado e feito por uma costureira ou casa de costura.

2.4. Caracterização epistemológica do treino do futebol através da competição

As mudanças na abordagem e nos modelos de actuação no treino do desporto têm sido consequência dos diversos movimentos das ciências aplicadas à prática desportiva, como psicologia, medicina, sociologia e pedagogia; Além disso, a actualização realizada continuamente pelo desporto, em relação às suas formas de competir, as idades de iniciados em futebol, as modificações dos regulamentos de competição, as demandas sociais para a obtenção de altos resultados desportivos; bem como os significativos recursos financeiros gerados pelas competições desde a mais tenra idade (Garganta J. 2020)

Nesse contexto, cabe ao treinador mediar a aprendizagem de seus atletas, por isso deve tomar decisões sobre como escolher os elementos que irão configurar o processo de treino. Muitas vezes, esse processo é realizado a partir das experiências de outros treinadores, que foram transmitidas de geração em geração, e em muitos casos, sem observar as relações existentes entre a forma de treinar e o desporto específico. Segundo Matveev e Novikov (1983), a tomada de decisão que o treinador desenvolve durante o processo de treino deve levar em consideração os seguintes princípios gerais: sensorial percetual, consciência e actividade, acessibilidade, individualização e sistematização.

Corsino, E. L. (2011) afirma que, a importância do treinamento desportivo, conhecendo os seus conceitos, podemos acrescentar que sua importância reside em: Permitir o avanço da condição física através do crescimento da força, auxilia na resistência às demandas por meio de exercícios que envolvem os músculos do corpo, possibilita o ganho de agilidade de movimento, ajuda o atleta a ter um treinamento para atingir seus objectivos baseado na gestão do processo de melhoria de desempenho, fortalece o

corpo através do treinamento cíclico na disciplina desportiva trabalhada, auxilia no desenvolvimento físico-motor, além de consolidar a saúde mental e emocional das pessoas que praticam algum desporto ou actividade física.

A conformação dos modelos de intervenção técnica para treino do desporto foi influenciada pela revolução da cinemática e da dinâmica, especializada no estudo do movimento. Isso levou ao surgimento de tendências como as propostas por Donskoi e Zatsiorski (1988), que afirmaram que a técnica desportiva pode ser estruturada metodologicamente para o seu ensino, a partir de sua análise cinemática biomecânica, que é vista como um sistema de movimentos elementares., o processo de treinamento de habilidades desportivas responde às características dinâmicas da acção.

Décadas depois, contribuições das ciências médicas levaram o desporto a uma abordagem biológica (Huizinga, J. 2005) essas contribuições procuraram explicar que o treinamento é um processo de adaptação das estruturas anatômicas e funcionais por meio de estímulos físicos. Segundo os critérios de Ozolin (1995), no ensino da técnica deve-se levar em consideração a preparação física. Este autor comentou sobre as particularidades quanto ao desenvolvimento de uma ou outra capacidade e sua relação com a aprendizagem. Essas considerações levaram a um aprendizado da técnica baseado no aspecto funcional e energético.

Matveev (1990) afirma que a técnica desportiva responde às características morfológicas e funcionais individuais do atleta. Por sua vez, Harre (1988) considerou que uma técnica racional garante o uso óptimo e econômico das capacidades físicas. Esses autores concorrem em afirmar que as acções motoras de ensino-aprendizagem no contexto de treinamento, consistem em uma parte preparatória, principal e uma final ou de recuperação, cada uma delas construída de acordo com o objectivo do desporto.

Na parte preparatória da acção técnica, são garantidos os requisitos essenciais que permitem a execução da parte principal. Entre eles estão concentração de atenção, impulso e estabilidade. A parte principal cumpre o objectivo geral da acção e essencialmente mostra a natureza do que trata. A final tem a função de recuperar a estabilidade e o culminar da acção. (Matveev 1990)

Fiedler (1987) afirmou que "... a técnica é a célula de formação, principalmente na infância. Deve ser desenvolvido multifacetado e refinado pelo maior tempo possível. " Esta proposta mostra uma distância evidente entre os componentes técnicos, tático e físico.

Kleschov, Turin e Furaev (1984) argumentaram que o padrão técnico aprendido é incompatível com as características circunstanciais da situação tática e do jogo. Esses autores referem-se ao significado limitado de aprender a técnica se ela não estiver associada ao seu contexto de actuação.

Sobre esses modelos de treino, Blázquez (1999) afirmou que: "... na iniciação desportiva, o aprendiz é considerado um sujeito passivo que registra mecanicamente as informações e aprendizados que está obtendo, orientando-o para a aprendizagem mecânica com as abordagens reprodutivas ao conhecimento do modelo técnico".

A partir das propostas dos autores citados, a pesquisa assume: o significado da técnica como elemento que dá natureza ao jogo, e a consideração das características morfológicas e funcionais individuais do atleta no processo de treino. Ele se opõe à lacuna entre o ensino da técnica e o contexto do jogo; bem como a preponderância da condição física geral como elemento determinante no processo treino do Futebol.

As contribuições teóricas do campo da psicologia evolucionista trazem consigo que nas décadas de 70 e 80 do século passado, novas abordagens associadas às formas de ensino surgiram na Alemanha, França e Inglaterra. Baseiam-se no construtivismo e no envolvimento cognitivo na aprendizagem, teorias oriundas de uma corrente pós-moderna na área da psicopedagogia. A relevância do construtivismo na metodologia de treino do desporto tem sido chamada de treino integral, e se configura como um modelo autenticamente orientado para a aprendizagem cognitivo-motora significativa, a partir da ideia de que cognição e acção estão intimamente associadas e desta forma que o conhecimento facilita a acção e vice-versa. Sandoval, P. (2011)

O significado da comunicação treinador-atleta e atleta-atleta é importante nesta proposta, uma vez que a troca consciente de estratégias e experiências ajuda a activar o processo treino (Castelo, 2020). Para isso, deve-se atentar para a natureza

sociocultural disso, para que seja mais fácil assimilar aspectos que estão em seu contexto mais conhecido e eles tenham mais problemas para aprender o que não são em seu ambiente habitual.

O alemão Mahlo (1981) propôs que o treino deve ser moldado por meio de uma combinação mais ou menos complicada dos vários processos motores e psíquicos essenciais à solução de um problema nascido da situação de jogo, e não à menor operação da actividade, que poderia ser um movimento isolado, ou seja, um processo puramente motor. Como recurso metodológico, propõe a utilização dos chamados pequenos ou menores jogos de natureza técnico-táctica. Apesar das contribuições teóricas deste autor e de algumas tentativas práticas, a tática sempre foi uma abordagem de ensino dominada pela técnica.

As contribuições britânicas geradas pelos professores da Universidade de Loughborough, Thorpe e Bunker (1982), derivam das dificuldades que eles encontraram em suas experiências profissionais no treino de jogos desportivos. Entre eles, destacaram a baixa motivação no aprendizado da técnica e as habilidades limitadas que os atletas adquiriram para resolver situações de jogo reais.

A partir dessas premissas práticas buscaram suporte teórico, que encontraram nos avanços ocorridos na aprendizagem motora e na psicopedagogia do desporto. Assim, propuseram o desenvolvimento de situações modificadas dos jogos desportivos para promover a compreensão e a transferência dos princípios tácticos anteriores ao técnico, denominada "abordagem da compreensão".

O francês Parlebás (1986) formulou um ensino baseado na lógica interna e na estrutura dos jogos, apresenta um sistema de características pertinentes de uma situação ludo motora apoiada em elementos distintivos relacionados com o espaço, o tempo e a diversidade de formas de resolver as tarefas., ou seja, em como condicionar o ensino aos elementos que o compõem (regras de espaço e tempo, as características do móvel e as relações entre eles). Também leva em consideração as funções geradas pelo desempenho das diversas funções que um jogador assume ao longo do desenvolvimento do jogo.

Bayer (2021) propôs um treino baseado na noção de transferência e na análise estrutural-funcional do desporto. Suas práticas basearam-se na consideração das características evolutivas dos jogadores, priorizando o desenvolvimento dos aspectos perceptuais do comportamento e da reflexão táctica. Utiliza situações e problemas em forma de exercícios, ou no próprio jogo, oferece a possibilidade de reduzir ou simplificar ações, de forma a facilitar a aprendizagem dos princípios tácticos e das competências específicas envolvidas.

Em relação aos modelos propostos por esses autores, Devís (1996) considerou que são uma abstração global simplificada da natureza problemática e contextual de um jogo desportivo, que exageram os princípios tácticos e reduzem as demandas dos grandes jogos desportivos. O referido autor especificou suas abordagens na utilização de estruturas organizacionais alternativas dentro de uma formação táctica, determinada pelos regulamentos do desporto, representados em jogos, formas de jogo, jogos simplificados e modificados e situações de jogo.

Por sua vez, Sierul-lo (2021) formulou um processo regulado pela integração dos diferentes factores de preparação desportiva, combinando aspectos físicos, técnicos, tácticos, psicológicos em cada situação de treinamento, influenciando o desempenho de uma equipe, com o intuito de conseguir uma transferência do conteúdo do treinamento às demandas do jogo.

As abordagens mais significativas dos autores cubanos a respeito desses modelos refletem-se no trabalho de Ruvalcaba (2020) que considerou que o processo de treino requer uma identificação plena entre o atleta e seu treinador; e que a técnica é apenas a parte motora da acção do jogo; portanto, seu treino não pode ser separado dos elementos tácticos, o que significa que todo elemento técnico a ser ensinado deve ser feito de acordo com o jogo e não de forma isolada.

Corroborando com acima exposto o treinamento realizado no contexto de jogo traz inúmeros benefícios aos praticantes nos diversos factores de rendimentos nomeadamente: físico, psicológico, técnico e táctico.

2.5. Caracterização biopsicossocial de jogadores de futebol de 14/15 anos

Esta fase é marcada por muitas mudanças físicas, mentais, emocionais e sociais. As alterações hormonais ocorrem no início da puberdade. Na maioria dos meninos, os pêlos faciais e pubianos começam a aparecer e a voz fica mais profunda. Nas meninas, os pêlos pubianos aparecem, os seios crescem e a menstruação chega. Essas mudanças e a forma como os outros as percebem podem ser factores de preocupação para eles. É também uma época em que os adolescentes podem enfrentar a pressão dos colegas para usar álcool, tabaco e drogas ou fazer sexo (FIFA, 2018).

Outros desafios nesta fase podem incluir distúrbios alimentares, depressão e problemas familiares. Nessa idade, os adolescentes tomam mais decisões por conta próprias sobre amigos, desportos e escola. Tornam-se mais independentes, com personalidade e interesses próprios, embora os pais ainda sejam muito importantes. Petrovsky, V. A. (1998).

Os jovens nesta idade apresentam de forma geral as seguintes características: preocupam-se mais com a sua imagem física, com a sua aparência e roupa, focar-se em si; passam por períodos de alta expectativa e falta de confiança, têm mais mudanças de humor, são mais interessados e influenciados por crianças da sua idade, demonstram menos afeto pelos pais; às vezes podem ser incultas ou mal-humorados, sentir-se estressados devido a trabalhos escolares mais exigentes, têm problemas alimentares, sentem-se muito tristes ou deprimidos, o que pode afetar seu desempenho escolar e levá-los a usar álcool e drogas, fazer sexo desprotegido e enfrentar outros problemas, Bermúdez Morris, R. (2017). Os jovens nessa idade destacam aspectos como: tornam o raciocínio mais complexo, verbalizam melhor seus sentimentos, desenvolvem uma noção mais clara de o que é certo ou errado. FIFA (2018).

A caracterização dada pela FIFA nesta faixa etária é levada em consideração, de acordo com a observação que é realizada no Clube, portanto, as demandas do futebol no iniciado tendem a cada dia poder encontrar atletas nesta faixa etária, como base de alto nível, chegando até a competir, como em casos internacionais como Lamine Yamal, do futebol Clube de Barcelona e Endricks do Brasil, futuro jogador do Real

Madrid. Portanto, os iniciados do clube Associação Black Bulls estão dentro dos parâmetros técnicos exigidos internacionalmente nesta faixa etária.

2.6. Estudo histórico do processo treino do futebol em iniciados nas idades de 14/15 anos

A formação do homem deve respeitar as etapas evolutivas através do jogo Castro, R. M. (2014). Quem joga tem a aspiração de ser feliz, de criar, de ser livre, de se realizar e não perder a infância. Isso permitirá recuperá-lo em idades avançadas, desfrutar e recriar uma actividade onde a beleza é possível, FIFA, (2018).

A competição em futebol é uma actividade desportiva, que se desenvolve através do jogo, onde há um constante progresso social, demográfico e urbano, aliado às expectativas educacionais no campo científico-tecnológico das actividades desportivas, modificações dos trajas e necessidades dos jovens atletas Ranzola, A. (2004).

Os aspectos a ter em conta em cada categoria e o tipo de actividades e exercícios mais recomendados em cada etapa. Tudo isto com o objetivo de fornecer bases que ajudem a desenvolver treinos o mais adaptados possível à categoria em que nos encontramos.

Primeira etapa: Iniciação

Assim, a primeira etapa da vida do jogador de futebol é a Iniciação. Este é o primeiro contacto do jogador com a bola e com o desporto em geral; portanto, é fundamental causar-lhe uma boa impressão, fazê-lo sentir-se confortável jogando futebol com os companheiros e, acima de tudo, divertir-se.

Esta fase será decisiva para o jogador continuar a praticar este desporto ou optar por outro (ou nenhum), por isso volto a frisar que o importante é que ele goste. E isso se consegue por meio de jogos e exercícios com bola; o ideal seria ter uma bola para cada criança e que o contacto com ela durante todo o treino fosse o maior possível, dessa forma, também desenvolverá qualidades técnicas melhor e mais rapidamente.

Nem é preciso dizer que é uma fase em que a competição e a tática dificilmente deveriam ser consideradas (e sem o quase).

Do meu ponto de vista, competir e jogar é sempre bom, pois é a essência do desporto, porém, existem categorias em que deveria ser mais adequado às características dos jogadores.

Por exemplo, um jogo infantil em que se joga 7 contra 7 num campo com cerca de 50x50 metros, com uma duração de 30 minutos, pode não ser o mais adequado: dimensões muito grandes, jogadores pequenos, pouco tempo, desta forma o jogador não terá muito contacto com a bola e dificilmente se divertirá, portanto não será atingido o objectivo desejado.

À medida que os jogadores crescem, aumenta o seu interesse pelo que fazem e, com isso, a sua capacidade de atenção. Graças a isso, podemos começar a trabalhar os primeiros conceitos técnicos individuais (condução, drible, passes, controlos) e conceitos colectivos (acções combinativas), explicando como são realizadas e corrigindo-as caso não sejam executadas correctamente. Como consequência, a aprendizagem deve ocorrer e, justamente por isso, denomina-se esta etapa de “Aprendizagem”.

Como qualquer processo na vida, é preciso avançar do mais simples para o mais complexo, por isso os jogadores devem primeiro se adaptar, evitando a especialização prematura (rotação de posições).

Um ano ou uma temporada seria mais que suficiente para cada jogador decidir em qual posição se sente mais confortável. Após este período de adaptação, chegaria o período de fixação ou consolidação.

O Futebol como desporto universal, a FIFA, (2018) orientou um trabalho de acordo com diferentes faixas etárias, destacando-se entre essas características, as seguintes Garcia Ceberino, J. (2020).

A faixa etária de 5-6-7-8-9 anos, que é tratada como a formação das Bases do Futebol, tendo como principais características, tais como: período de grandes mudanças evolutivas, maior desenvolvimento e eficiência corporal, surgimento da inteligência operacional, superação do contexto familiar e passagem do mundo do jogo ao mundo do labor. Dentre as principais características, destaca-se; geralmente são egocêntricos,

dispostos a aprender (grande motivação), capacidade limitada de atenção, muito sensíveis a críticas e iniciam o processo cooperativo. Os principais objectivos que ocorrem nestas idades, como cultivar e estimular a alegria de jogar futebol, criar marcas para a vida, estimular as crianças a pensar e decidir (não a formatar), descobrir a riqueza motora (diversidade de bolas, balizas, regras de jogo) e recriar o contexto do futebol de rua. (FIFA, 2018). No que concerne as dimensões este grupo etário cumpre como a estrutural jogo 3x3; 4x4; 5x5; 6x6; 7x7 (para os mais avançados), e Variantes (Jogo 1x1; 2x1; 2x2 com suporte, 3x2;) e a funcional gosta de jogar, explorar diferentes acções de jogo individual e colectivo, noção de “Ter e o Não Ter a Bola, introdução aos princípios culturais do jogo (penetração, cobertura ofensiva, mobilidade, amplitude, contenção, cobertura defensiva e concentração,), olhos no jogo vivenciar diferentes posições (incluindo guarda-redes), explorar diferentes acções técnicas, recuperar a bola quando se perde, espaço próximo e longe da bola, noção de defender a baliza, jogar a toda a largura (amplitude), estruturas que permitam formar triângulos e losangos, e linhas funcionais (defesa/meio-campo/ataque).

Nas idades de 10-11-12-13 anos, período do desenvolvimento das bases do futebol, destacam-se as principais características: evidência de maior equilíbrio na aceitação dos outros e maior autocontrolo, possuindo um senso autêntico do que é lógico, ponto final sensível às capacidades de coordenação (ritmo, equilíbrio, orientação espacial, reacção e diferenciação cinestésica), maior capacidade de orientação espacial e enorme gosto pelo jogo/oposição. Os principais objectivos que ocorrem nessa idade são: estimular a paixão pelo jogo e a vitória, desenvolver as diferentes técnicas individuais, o desenvolvimento da coordenação motora específica (equilíbrio, relação corpo/bola, velocidade de reacção), iniciar a adaptação a posições específicas e começar a aprender comportamentos tácticos individuais e colectivos. (FIFA, 2018)

compreende a dimensão estrutural para os sub 10-11: Jogo 7x7; 8x8; 9x9 (mais evoluídos) e Variantes, sub 12-13: Jogo 9x9; 10x10; 11x11 (mais evoluídos) e variantes. A Dimensão Funcional caracteriza-se pelas primeiras noções da organização estrutural, aprendizagem dos grandes princípios da organização de jogo, desenvolvimento dos princípios culturais do jogo (penetração, cobertura ofensiva,

mobilidade, amplitude, contenção, cobertura defensiva e concentração), vivenciar diferentes posições reconhecendo os comportamentos a adoptar, as estruturas de exercitação 4x4; 6x6; 7x7 continuam a ser fundamentais no desenvolvimento das qualidades individuais e colectivas e aperfeiçoar as diferentes acções técnicas.

Segunda fase de iniciação (14/15)

E, a partir daí, ocorreria um período de aprimoramento, que seria o momento de colocar em prática todos os conceitos aprendidos até então, para aproveitar a técnica adquirida através do comportamento táctico correcto. Este momento corresponde à fase de Desenvolvimento, na qual o treinador deve dotar o jogador dos conhecimentos tácticos necessários para tirar o máximo partido das suas qualidades técnicas e ser o mais eficaz possível.

Portanto, esta etapa será mais focada em trabalhar o aspecto táctico (posicionamento nas acções ofensivas e defensivas). Porém, é aconselhável continuar trabalhando a técnica, tanto individual quanto colectivamente. No entanto, começará a ser dada maior importância à técnica defensiva (libertações, desarmes, intercepções) e à técnica do guarda-redes (liberações, paragens/bloqueios, desvios), uma vez que surge especialização por posição.

Da mesma forma, as capacidades perceptivo-motoras devem continuar a ser trabalhadas e o treinamento de capacidades físicas, como força, velocidade, resistência e flexibilidade, começará a ocupar o centro das atenções.

Nas idades 14/15 objecto de pesquisa, de acordo com a FIFA, (2018) vai constituir a fase de aperfeiçoamento das bases do futebol e Início do rendimento principal, pelo qual caracteriza-se pelas, mudanças radicais, na sua pessoa, com a entrada na adolescência, cansam-se mais rapidamente, devido ao facto de a energia ser canalizada para o crescimento, diminuição da manifestação das capacidades coordenativas, período sensível para iniciar o desenvolvimento das capacidades condicionais (força, velocidade, resistência e flexibilidade). FIFA (2018) constitui como principais propósitos em essas idades: estimular a capacidade de resiliência, potenciar as diferentes técnicas individuais, desenvolver comportamentos tácticos colectivos nos

diferentes momentos do jogo, iniciar a definição da posição específica e desenvolver comportamentos táticos individuais. Castelo (2020) a apresenta como dimensão estrutural Jogo 11x11 e Variantes (9x9; 7x7; 6x6; 4x4 com apoios,...) e a dimensão Funcional, maturação dos princípios culturais do jogo (penetração, cobertura ofensiva, mobilidade, amplitude, contenção, cobertura defensiva e concentração,...), progressiva especialização posicional, progressão em complexidade dos comportamentos definidos para os diferentes momentos do jogo, potenciação das capacidades motoras específicas, controlo emocional em contexto de pressão, desenvolvimento da técnica posicional específica, desenvolvimento da dimensão tático-estratégica

Terceira etapa: Desempenho

E por fim, a fase Performance é a fase da competição adulta, fase em que só vale a pena vencer. É o único (ou deveria ser assim) em que o resultado está acima de tudo. Na minha opinião, nem nesta fase o resultado deve ser o mais importante, mas o trabalho e a forma de fazer as coisas têm que prevalecer, pois os resultados virão como consequência dele.

2.7. Metodologia para o processo de treino do Futebol por meio da competição

Para a conformação da metodologia, assume-se o critério de De Armas e Perdomo (2003, p. 14) ao definirem este termo em seu significado mais específico como "...um conjunto de métodos, procedimentos, técnicas que são regulados por certos requisitos que nos permitem ordenar melhor nosso pensamento e nossa maneira de agir para obter, descobrir novos conhecimentos no estudo da teoria ou na solução de problemas práticos".

Além disso, outros autores como De Armas e Valle (2012) consideram que uma metodologia é uma sequência sistêmica de etapas, que são compostas por ações ou procedimentos que possibilitam atingir um objectivo específico.

A metodologia apresentada baseia-se nas relações teóricas e postulados que compõem na competição em processo treino do Futebol, a partir do qual foram

estabelecidas as etapas e procedimentos que visam fornecer recursos metodológicos para o desenvolvimento.

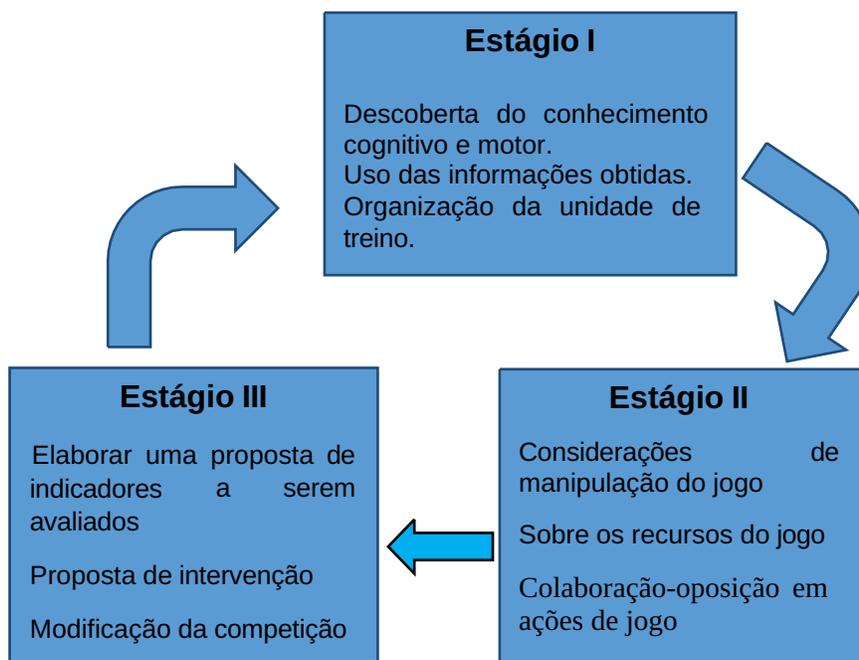


Figura I: Metodologia para treino do Futebol por meio da competição.

Em cada uma das etapas, os treinadores devem tomar decisões operacionais com base nas manifestações do processo de treino, que advêm das relações existentes entre a prática comunicativa e a compreensão da execução motora que se desenvolve entre treinador e atletas, o que mostra o caráter participativo do processo (FIFA, 2018).

A metodologia consiste em uma meditação em relação aos métodos lógicos e científicos. Inicialmente, a metodologia era descrita como parte integrante da lógica. A metodologia é um conjunto coerente de técnicas e ações logicamente coordenadas para direcionar a aprendizagem do aluno para determinados resultados de aprendizagem. De Armas, N., Valle, A. (2012)

2.8. Etapas, objectivos e procedimento da metodologia para o processo de treino do Futebol por meio da competição.

2.8.1. Primeira etapa

Abordagem em grupo a partir dos fundamentos teórico-práticos do Futebol.

Objectivo: realizar uma exploração de conhecimentos prévios sobre as principais regras do jogo e predisposição motora para o jogo.

Procedimentos

• Descoberta do conhecimento cognitivo motor

Esse tipo de instrumento, embora tenha limitações por apelar basicamente a um momento de reflexão que implica uma carga de subjetivismo, favorece a colaboração entre os membros da equipa, ao propor que os indicadores a serem avaliados sejam incorporados na primeira sessão prática, como bem a possibilidade de observar jogos com tarefas para análise, o que pode sugerir respostas que originalmente não pertenciam à consciência do jogador de futebol.

Essas observações são incomparáveis no crescimento cognitivo sobre a competição. As informações podem ser tão amplas quanto você desejar, considerando as possibilidades de aplicação, pois sendo qualitativamente transformáveis dependendo das possibilidades e interesses dos Jogadores de Futebol, podem ser gerenciadas pelo treinador dependendo do que permitem uma análise variada, dependendo, mesmo, das etapas superiores do processo de treino.

A vantagem metodológica é que os instrumentos constituem, além do diagnóstico, uma forma de aprendizagem, e levam ao aprofundamento cognitivo individual, é uma situação de aprendizagem pela explicação dos conteúdos observados. Neste processo, o treinador deve considerar observações cada vez mais complexas e mais ativas, o que constitui um estímulo para um melhor desenvolvimento da aprendizagem durante os treinos.

• **Uso das informações obtidas**

Após a coleta das informações fornecidas pelos Jogadores de Futebol durante as observações, coavaliações e autoavaliações iniciais, deve-se realizar uma análise de conteúdo. Para isso, são valorizadas duas dimensões, o quanto ele sabe sobre o jogo e o que ele sabe. Isso é feito com base na necessária relação entre o quantitativo e o qualitativo, utilizando uma escala de avaliação, o que implica determinar as pontuações médias para cada aspecto do jogo a ser avaliado, com carácter individual e grupal.

As informações devem ser organizadas em uma lógica que permita tratar o desenvolvimento do processo treino. A análise refletirá as relações que existem durante as coavaliações, autoavaliações e as observações feitas.

• **Organização da unidade de treinamento**

Após avaliar as informações obtidas sobre os aspectos cognitivos e motores que são dominados em grupo, e sua relação com as áreas de conhecimento do jogo menos conhecidas pela equipa, o sistema de objectivos gerais para as unidades de competição e suas formas, bem como as possíveis modificações das regras do jogo.

A organização começa com as situações de competição em que os Jogadores de Futebol tenham maior domínio para o seu desempenho, no que diz respeito as posições e funções de jogo, o que promove uma activação da aprendizagem. Posteriormente, são realizadas aquelas com maiores limitações de tempo. A relação entre o conhecido e o desconhecido promove um crescimento significativo em sua actuação e papéis na equipa. Esta constitui uma acção fundamental para o posterior desenvolvimento dos Jogadores de Futebol durante o processo de treino em situações de competição.

Desta forma, dá-se à competição o carácter de centro, no desenvolvimento da metodologia para a apropriação do Futebol, com a solução das diversas situações de jogo. Essa metodologia permite uma apreensão das habilidades para competir activamente, de acordo com o uso que os jogadores fazem de suas potencialidades para a prática deste desporto, e facilita-se uma atenção diferenciada às suas limitações, analisadas a partir das potencialidades da equipa e não apenas das suas

fraquezas como sujeito. Com esses elementos, o treinador pode pretender um treino em grupo, então o indivíduo é especificado com uma posição em relação à colaboração em grupo.

2.8. Segunda etapa

Planeamento e execução, objectivo organizar a unidade de treino competitivo para o Futebol.

2.9. Procedimentos do Processo de treino

Feita a análise prévia do jogo como meio de treino, e com a análise do resultado do diagnóstico inicial, devem ser especificados os aspectos do jogo a serem explorados durante as unidades de treinamento. Essa impressão inicial do jogo corresponde às características diagnosticadas e é realizado um reajuste de possíveis erros nas práticas competitivas. Devido à sua diversidade de interação serão sempre mais ricas do que qualquer actividade anterior.

O formador especificará a veracidade das informações obtidas com os instrumentos explicados acima. Isso implica, se necessário, reorganizar o diagnóstico para mergulhar naqueles aspectos desconhecidos e conhecidos do jogo. É necessário seleccionar os conteúdos a incorporar nos instrumentos a serem utilizados.

A proposta apresentada não esgota as possibilidades individuais e de equipa de busca de informações; pois, permite ao treinador ter uma referência do estado actual dos Jogadores de Futebol para regular o processo de treino em correspondência com a zona de desenvolvimento proximal, na qual os atletas estão, além disso, a conhecer a avaliação destes sobre a si e à equipa, que irão conduzir a sua expressão motora em condições de competição.

Como pode ser visto, durante o treino activo não existem parâmetros rígidos sobre o uso dos componentes didáticos. Diversidade e flexibilidade são necessárias nas análises de jogadores de futebol e de sua equipe, para isso é importante que o treinador foque sua atenção não apenas no conteúdo que está sendo manipulado durante a competição como processo de treino, mas também em cada situação de jogo

enfrentada pelo jogador de futebol, de acordo com a posição e o papel do jogo que ele está jogando, suas demandas e objectivos propostos.

Durante a unidade de treino, os aspectos a serem explorados devem ser observados de acordo com os objectivos pré-determinados e em correspondência com os pressupostos teóricos que se sustentam. O treinador deve utilizar o potencial oferecido pelo jogo diário, para avaliar o desempenho da equipa e o desenvolvimento individual do Jogador de Futebol, isso permitirá que não haja cargas adicionais ao final da semana de treinamento.

• **Considerações sobre a manipulação estrutural e funcional do jogo**

Como se vê, a competição é o cenário de treino e era necessária a aplicação dos instrumentos para o diagnóstico e organização prévia do jogo, mas é preciso ter pontos de referência que permitam ao treinador manipular o jogo estrutural e funcional através de modificações do jogo. Regulamentos do jogo que modulam o treino em correspondência com as potencialidades dos jogadores e os objectivos estabelecidos. Deve-se ter em consideração que a natureza sistemática da competição dependerá, em grande parte, do sucesso dos resultados obtidos nesse processo.

• **Sobre os recursos do jogo**

Os Jogadores de Futebol não desenvolverão funções específicas, isto lhes permitirá uma actuação multilateral das acções motoras nas diferentes funções dentro do jogo. Isso permitirá compreender a natureza motora do jogo, as interações perceptivas da área de jogo, trajetórias da bola, relações afectivas com os companheiros e a estrutura funcional do adversário.

• **Colaboração-oposição nas acções da equipa**

Bento (2019) considera como cooperação-oposição no Futebol, o funcionamento das acções de jogo entre duas equipas, em que se expressam constantes inter-relações de colaboração entre companheiros e oposição do adversário.

2.10. Peculiaridades do treinamento de futebol por meio da competição

A abordagem sócio-histórico-cultural do desenvolvimento adota como ponto de partida o reconhecimento da natureza interativa dos processos, com ênfase nas relações entre factores biológicos e sociais. O carácter original e inovador dessa unidade dialética consiste em conferir aos factores biológicos o papel condicionante do desenvolvimento, enquanto os factores sociais são considerados a fonte fundamental. A proposta de direccionar o processo de treino do Futebol por meio da competição é uma tentativa de dotar o treinamento do Futebol de uma natureza de ordem socializadora, a partir de uma apropriação global da compreensão do jogo, por meio de relações colaborativas jogadores, em que o treinador se torna um activador e facilitador destes. (FIFA, 2015)

Os estudos realizados pelos autores Thorpe e Bunker (2021), Parlebás (1986), Bayer (1992) e Devís (1996) revelam que é necessário realizar mudanças no processo de treino do desporto desde cedo. O processo de transformações na realização deste tipo de treino evidencia uma mudança para uma aprendizagem mais em desenvolvimento, em que o Jogador de Futebol é o centro, um ser dinâmico e activo que participa de forma protagonista no seu próprio progresso, tendo em conta as suas limitações e potencialidades durante a competição.

Ao conceber esta proposta de treino como um processo sistémico de influências e tratamentos, a apropriação da acção motora é possível como um feedback e aprimoramento contínuos da competição, na qual as técnicas são aprendidas a partir da solução dos problemas. Sobre as relações de colaboração e oposição. Isso favorece a identificação de potencialidades e deficiências, que retardam ou estimulam o desenvolvimento do jogo, o que permite definir objectivamente quais aspectos que devem ser abordados ou modificados durante o processo de treino. Esse processo gera espaços para a apropriação das acções individuais e dos fundamentos do jogo, mas sempre vistos com uma natureza holística, que fomenta uma actuação voltada para a solução dos problemas que o Jogador de Futebol deve enfrentar na competição, e não com base na execução e repetições de movimentos técnicos, sem uma aplicação contextual de realização. As acções corretivas de execução são propiciadas durante o

próprio confronto, que tentará ser resolvido por meio de diferentes modelagens de colaboração-oposição em situações de grupo. (Scaglia 2017)

O treino em condições de competição tem como particularidade essencial, a busca desses conhecimentos motores que o Jogador de Futebol utiliza conscientemente para resolver seus problemas de aprendizagem. Faz parte da metodologia e deve ser complementado com outros estudos sobre as relações dos jogadores em situações de equipa. (Garganta 2020).

Ao considerar os elementos supracitados, deve-se promover um processo de treino eficiente, em que o treinador saiba por onde começar e para onde ir. É necessário desenhar uma metodologia que permita descobrir quais são as ações metodológicas e poder propor procedimentos específicos que permitam o desenvolvimento das competências de competição, sem descurar a atenção às suas diferenças individuais e execução técnica, mas como elemento regulador.

2.11. Princípios que sustentam o processo de treino do futebol

Os princípios do treinamento desportivo, fornecidos por Matveev (1983), sustentam a metodologia proposta para o treino do futebol por meio da competição. Do ponto de vista analisado, proporcionam novos entendimentos apoiados nas ideias mais actuais sobre as particularidades do processo treinamento nos desportos colectivos. Por outro lado, e o resultado da sistematização dos princípios filosóficos, psicológicos e pedagógicos relacionados ao processo de treinamento desportivo, direccionado à busca daqueles procedimentos que o treinador pode utilizar para que os Jogadores de Futebol tomem consciência de suas potencialidades motoras e cognitivas para resolver problemas de aprendizagem e alcançar uma competição que corresponda à realidade descoberta. (Côté et al., 2020; Coutinho et al., 2016). Para Castelo (2020), Os princípios apresentados a seguir serão avaliados nessa direcção. Não se trata de assumir novos princípios, trata-se de redimensionar a intencionalidade daqueles propostos numa integração coerente entre estes e as novas demandas que a sociedade impõe ao desporto na formação dos atletas, a partir da integração de

qualidades socio afectivo-cognitivas e direcionados a educação, que garante um desempenho adequado às demandas da modernidade.

2.12. Princípio de acessibilidade e carácter individual

De acordo com Bompa (2015) o treino do Futebol por meio da competição exige considerar o jogador como o centro da actividade de aprendizagem, a partir de suas características individuais, o que pressupõe flexibilidade e uma abordagem individualizada em cada caso específico. Nesse tipo de ensino, o jogador seleciona suas funções dentro do jogo e tarefas intencionais são concebidas para gerar aprendizado, devem ser consideradas as demandas de oposição por parte dos adversários, que devem corresponder à potencialidade do Jogador de Futebol.

2.13. Princípio de consciência e actividade

Para Garganta (2020) O processo de treino torna-se uma actividade, na qual o treinador promove as situações de jogo que o futebolista irá enfrentar e, nesse sentido, intervém na sua regulação. Da mesma forma, a comunicação (treinador-jogador de futebol) é levada em consideração no processo como elemento essencial. Troca-se a importância das soluções para que o Jogador de Futebol tome consciência do significado do porquê e para que aprende, a partir de um processo de meditação reflexiva. O treinador durante a comunicação com o Jogador de Futebol ajuda-o para que possa desenvolver a sua aprendizagem.

2.14. Princípio do aumento gradual das demandas de treinamento

Este princípio indica que o treinador é responsável por organizar, estruturar e executar o processo de confronto do Futebolista para treino. O papel do treinador deve ser aliado ao lugar central que o Futebolista ocupa em todo este processo. Requer-se uma orientação que estimule a necessidade de enfrentar a solução motora, mental; que garante como eles podem conhecer e avaliar o processo de solução da situação de jogo, o que inevitavelmente terá que ser levado em consideração ao orientar as situações de aprendizagem. No processo de treinamento tradicional este princípio está relacionado à magnitude da quantidade associada ao volume; que no contexto da

investigação é concebida a partir do aumento da complexidade do exercício, critério que considera o significado dos processos cognitivos na carga de treinamento. (FIFA, 2018)

2.15. Regularidades do processo de treino do Futebol por meio da competição

Uma regularidade deve ser atendida pelo treinador com certo grau de exigência durante o processo de treino. É nas relações que mediam o processo de natureza causal e estável, que favorecem o cumprimento dos objectivos, uma mudança em algum aspecto exige a transformação de outro, para isso devem ser atendidas as seguintes regularidades. (FIFA, 2018)

2.16. Relação entre desempenho e intervenção pedagógica

Esta relação assenta na unidade entre a forma como os Jogadores de Futebol se apropriam das competências durante as unidades de treino-competitivas e a intervenção pedagógica do treinador. Isso requer que este seja considerado como um processo integral de interação-intervenção, no qual o jogador-treinador de futebol descobre seu potencial para resolver os problemas do jogo. Processo onde as fragilidades são superadas, potencialidades são favorecidas com carácter grupal, o que possibilita uma intervenção de desenvolvimento e garante o sucesso do processo treino activo. (Garganta ,2020)

2.17. A continuidade entre os momentos de treino do Futebol

Em primeiro momento, o desenvolvimento de habilidades é incentivado durante a interação com companheiros e adversários, que deve ser estruturada com uma intenção que beneficie a busca de soluções e informações em nível de grupo; sem ignorar o diagnóstico individual para o plano de intervenção. No que concerne ao segundo momento, é importante avaliar soluções colectivas para situações de confronto. Dessa forma, há uma relação de continuidade causal, de natureza sistemática e contínua. A complexidade é regulada pela possibilidade de enfrentar situações de jogo, o que permite um aumento no desenvolvimento de habilidades de

jogo como meio para um fim de ordem superior e não a habilidade como fim em si. (Castelo ,2020).

Os princípios que sustentam o treino de futebol são importantes para formação dos atletas em idades menores, visto que, os mesmos vão proporcionar um bom desempenho perante as exigências do próprio no contexto da competição

Capítulo 3

3. Metodologia

Neste capítulo foi apresentado e discutido o processo de concepção e elaboração desta investigação com vista a alcançar os objectivos pré-definidos e referenciados na parte inicial do trabalho. Desta forma, será descrita sinteticamente a concepção do estudo, compreendendo: (i) local de estudo; (ii) Amostra; (iii) Descrição e operacionalização das variáveis estudadas (iv) variáveis; (v) Procedimentos estatísticos; (vi) critérios de exclusão.

3.1. Local do estudo

O presente estudo foi realizado na Província de Maputo. Província de Maputo é com maior porte industrial de Moçambique. É também o principal centro financeiro, corporativo e mercantil do país. Localiza-se na margem ocidental da Baía de Maputo, no extremo sul do país, próximo da fronteira com a África do Sul e, da fronteira com a Suazilândia e, por conseguinte, da tripla fronteira dos três países. Até 13 de março de 1976 a cidade era denominada "Lourenço Marques" em homenagem ao explorador português homônimo. A extensão territorial da Província de Maputo é de 26 058 km². Em 2007 foram recenseados 1 225 489 habitantes representando uma densidade populacional de 47 habitantes por km². A população total recenseada em 2017 é de 1 968 906 habitantes equivalente à densidade populacional de cerca de 76 habitantes por km². Entre 2007 e 2017 a Província de Maputo registou o maior crescimento populacional do País calculado em 60.7%. (INSTITUTO NACIONAL, 2017). De todos os países lusófonos analisados o Índice de Desenvolvimento Humano (IDH) em Moçambique é de 0,41 por cento apesar de ter registado uma franca melhoria desde as últimas duas décadas. Moçambique está na posição 180 num conjunto de 188 países analisados. Produto Interno Bruto em Moçambique (PIB), em 2014 foi de 17,1 bilhão de dólares.

de manipulação do jogo, sobre os recursos do jogo e a colaboração-oposição em ações do jogo e por fim na terceira; elaborar uma proposta de indicadores a serem validados, proposta de intervenção e modificação do concurso. Uma análise realizada a cada sessão de treinamento.

3.3. Caracterização da amostra

Para a presente pesquisa amostra foi composta por 20 atletas da categoria de iniciados pertencentes ao clube associação Black Bulls com idades 14/15 anos. Foram selecionados da amostra do grupo experimental, todos os atletas principiantes que treinam no clube da Associação Black Bulls.

No período mensal, os formadores que trabalham com uma proposta de metodologia baseada na formação como meio de competição, realizaram um seminário no final de um mesociclo, onde cada formador deu os seus critérios para a experiência que vai aplicar, e dizer melhorar ou alterar aspectos para enriquecer para fins.

do cruzamento de informações emanadas de análises, sobre a viabilidade do conteúdo do referencial teórico, a estrutura e dinâmica da proposta de Dissertação.

3.4. Tipo de estudo

A presente pesquisa é do tipo descritivo, quali-quantitativo

3.5. Variáveis de Estudo (Ver Tabela II)

- Colaboração-oposição;
- Comunicação;
- Motor.

3.6. Instrumento de recolha de dados

Para a recolha de dados, foi usado o questionário e o método de observação através de um guião (anexo I) que foram utilizados individualmente ou combinados. Para a análise dos dados, você pode utilizar a estatística descritiva, a análise de conteúdo e a análise de discursos, dentre outras.

3.5. Procedimentos de recolha de dados

Os procedimentos foram efectuados através da seguinte forma em função do instrumento de recolha de dados usado:

Para a recolha de dados foi designado um consentimento com os treinadores e atletas de forma que as informações sejam confidenciais por isso não foi necessário a identificação dos nomes dos mesmos.

a) Questionários

Inicialmente, explicamos aos intervenientes do estudo da importância do questionário e como deve ser preenchido o mesmo.

b) Observação

Foram observadas as acções em jogos reduzidos GR+9x9+GR em um campo A, com uma duração de 10 minutos cada parte, com dimensões de 40m x 20m, em 3 dimensões (ver Apêndices VII, IX e X).

Baseou se em um pré-teste e o pós-teste, em que o pré-teste foram acções diagnosticadas antes de submeter os atletas no treinamento através de indicadores pré-denificados. O pós-teste foram acções diagnosticadas após o treinamento dos atletas com os mesmos indicadores do pré-teste.

3.6. Procedimentos Estatísticos

Para a análise estatística, utilizou-se o software SPSS for Windows, versão 20.0. Inicialmente, foi realizada uma análise exploratória dos dados para identificar a eventual presença de informações incorrectas ou inconsistentes (*outliers*), bem como testar a hipótese de normalidade em todas as distribuições de dados (Shapiro-

Wilk). As variáveis com distribuição heterogénea foram ajustadas por meio de transformação logarítmica.

Para analisar as diferenças entre os dois momentos antes e depois da implementação da metodologia proposta, foi aplicado o teste não paramétrico Wilcoxon de postos e pares. Os valores são apresentados como média. Em todas as análises o nível de significância de 5% foi utilizado.

3.7. Procedimentos Éticos de recolha de dados

Para o estudo foi aplicado um termo de consentimento livre e esclarecido assinado pelos atletas envolvidos e garantimos o absoluto sigilo quanto as identidades. Muito provavelmente os dados obtidos nesta pesquisa serão utilizados em futuras publicações científicas, ficando garantido também, nesses casos o mais absoluto sigilo.

3.8. Delimitação da área do estudo

O presente estudo foi realizado no Clube Associação Black Bull's em atletas do escalão dos 14/15 anos de idade.

3.9. Critérios de Inclusão

Os critérios utilizados para a selecção da amostra foram os seguintes:

- Por serem atletas na categoria de iniciados;
- Por não apresentarem limitações de ordem física;
- Anuir a participação ao estudo de forma voluntária.

3.10. Critérios de Exclusão

Os critérios utilizados para excluir da amostra foram os seguintes:

- Todos os atletas que não fazem parte da categoria de iniciados;
- Todos atletas que apresentam alguma limitação de ordem física;
- Todos os atletas que mostraram indisponibilidade de participar no estudo.

Capítulo 4

4.1. Apresentação dos resultados

A presente pesquisa foi submetida no comité de ética para efeitos de avaliação cujo o código: TMP03031.

Este capítulo apresenta os resultados obtidos na investigação. Foi estruturado em três secções. A primeira visa conhecer a relevância das contribuições por meio do método do critério do especialista; enquanto na segunda é feita uma descrição do pré-experimento desenvolvido, e finaliza-se com a análise dos resultados obtidos pela amostra seleccionada para a execução da pesquisa.

Após a investigação e criadas as condições para a implementação da metodologia as transformações observadas na aplicação, procedeu-se à etapa de avaliação. Para isso, a selecção de usuários foi feita de forma intencional, voltada para treinadores que trabalham nos clubes, com formação pedagógica e experiência profissional igual ou superior a 5 anos, pertencentes à modalidade do futebol.

Os usuários seleccionados foram entrevistados para informá-los sobre as ideias que justificaram a necessidade de pesquisa, seu nível de comprometimento e responsabilidade para assumir a dinâmica de trabalho do processo investigativo, com a intenção de confirmar seu consentimento, para fazer parte da amostra, aspecto que permitiu realizar uma análise crítica de valor profundo, como contribuição importante para o aprimoramento das contribuições essenciais da investigação. (Ver apêndice I).

O critério do usuário foi assumido devido à rapidez com que os problemas científicos surgem hoje e também pela necessidade de buscar soluções rápidas, por meio da aplicação de métodos que permitem verificações ágeis sem minimizar o rigor científico dos resultados, portanto, para a avaliação científica da metodologia, uma variante de critérios do usuário, dinâmica em acções de verificação com um algoritmo de trabalho baseado em lógica dialéctica para obter novos conhecimentos da realidade objectiva.

O critério do usuário foi baseado nas opiniões emitidas pelos sujeitos que se tornam beneficiários directos do resultado científico derivado da pesquisa, os quais são responsáveis pela aplicação dos resultados imediata ou mediamente, nas escolas.

Os usuários envolvidos no processo de avaliação não possuem os níveis de especialidade com categoria acadêmica ou científica de nível superior: mestrado ou doutorado na disciplina, porém, apresentaram ampla experiência profissional, respaldada por um nível integrado de conhecimento acadêmico e prático autorizado para a avaliação de um produto científico em treino desportivo.

4.2. Aspectos metodológicos essenciais para a preparação dos usuários

Para a aplicação do método, foram levadas em consideração as seguintes orientações metodológicas:

Definir quem seriam os usuários com base em seu nível de conhecimento e experiência prática relacionada ao objecto de estudo, levando em consideração os anos de experiência no treino.

Foi elaborado um guia anterior, com indicadores de referência e uma escala de valores como ferramenta essencial para o processo de avaliação.

No guia ou instrumento de trabalho anterior, a intenção do pesquisador quanto aos aspectos e conteúdos que deveriam ser avaliados foi detalhada e explicada aos usuários.

Os usuários, ao submeterem o guia, devem ser acompanhados de suas valiosas opiniões, sugestões e recomendações, que foram abordadas pelo pesquisador.

Os usuários trocaram entre si, suas opiniões, sugestões e recomendações, ou seja, as informações foram trianguladas.

Os usuários foram convocados a um espaço de socialização sobre os resultados obtidos, o que permitiu chegar às conclusões correspondentes.

A compreensão da implicação consciente e responsável na dinâmica do algoritmo de trabalho lógico dialético que energiza o método assumido, permitiu que a estratégia fosse aceite ou rejeitada, dependendo da hipótese proposta.

A utilização de procedimentos facilitadores da apreensão, na dinâmica do método na amostra selecionada, permitiu atender aos requisitos de quantidade e qualidade.

4.2.1. Procedimentos de trabalho do usuário para verificação científica.

4.2.1.1. Primeiro momento.

Convocar usuários para receber uma breve revisão sobre os elementos de julgamento que justifique a pesquisa, por meio do treino, visita às aulas sobre o processo treino.

Sistematizar os conteúdos teóricos e práticos recebidos, sobre a competição como forma de treino, através dos preparativos metodológicos em cada mesociclo.

Fornecer aos usuários uma cópia do modelo de competição na dinâmica de preparação.

Associar os usuários para observar os materiais do filme, treinamento dado pelos treinadores e discutir a implementação da metodologia.

Orientar os usuários a produzirem uma opinião individual, com base na análise dos produtos das actividades, derivados do comportamento dos resultados das acções anteriores.

Triangular os resultados da opinião individual entre os usuários e trocar as informações, a partir de uma análise avaliativa e crítica, ação que enriqueceu a critérios que surgiram no passo quatro do algoritmo de trabalho. Assim que isso terminou ação, cada usuário recebeu seu relatório pessoal para passar para o segundo momento.

Uma vez realizados os dois seminários previstos, foram apresentados critérios que irão atestar o rigor científico e a partir dos quais os utentes responderam individualmente às questões escritas, cujas respostas iriam conferir a existência ou não de rigor científico e a viabilidade de aplicação da metodologia, tal como bem como acrescentar sugestões e recomendações a este respeito.

Determinar, com a percentagem de coincidência dos critérios dos usuários por meio de estatísticas, os elementos de julgamentos que definiram a significância das avaliações científicas em correspondência com os indicadores estabelecidos e a viabilidade de aplicação da metodologia.

Deve-se afirmar que os resultados da verificação científica foram uma expressão dos argumentos emanados dos critérios dos usuários sobre os seguintes indicadores:

O estudo realizado sobre as tendências da actual avaliação do objecto de estudo desta pesquisa evidenciou a necessidade de utilizar um modelo de treinamento que tenha a ver com as características dos desportos com bola.

4.2.1.2. Dimensão processual

Indicadores.

Sistematização do treinamento de futebol por meio da competição, de acordo com as expectativas da actividade física dos atletas.

Flexibilidade da metodologia que permite modificar a dinâmica dos componentes didáticos no treinamento, de acordo com as respostas físicas e psicológicas dos atletas aos estímulos recebidos.

Utilização de métodos de elaboração conjunta.

4.2.1.3. Critérios de avaliação

Para o primeiro indicador.

Desempenho dos treinadores na implementação da competição no processo de formação. Utilização das novas tecnologias informáticas e de comunicação no futebol.

Para o segundo indicador.

Aceitação das propostas pelos atletas, durante o processo de treinamento. Sugestões dos atletas, para erradicar suas deficiências e as de seus próprios companheiros.

Terceiro indicador.

A implementação dos métodos: Elaboração conjunta.

4.3. Apresentação dos resultados obtidos na entrevista

Na avaliação do resultado final, foi feita uma análise comparativa do diagnóstico inicial aos treinadores e aos atletas, decorrente da aplicação do algoritmo de trabalho na dinâmica do método.

Neste esforço aos treinadores, a partir de um diagnóstico inicial e dos três seminários, onde explicaram os seus critérios nas diferentes modificações que deveriam ser feitas ao modelo implementado com o objectivo de identificar o nível de conhecimento sobre a metodologia adequada para o tratamento contextualizado do processo de treino de futebol em idades iniciais, de acordo com as expectativas de treino associado à bola durante a sessão; ação que foi complementada com observações e pesquisas de treinadores e atletas.

Tendo em conta a importância dos conhecimentos prévios no processo de formação do futebol no início, avaliou-se o grau de cumprimento dos objectivos das etapas de planeamento e execução, atentando para as deficiências detetadas no diagnóstico inicial, através da reestruturação do processo e o aprimoramento das concepções didáticas e metodológicas com a abordagem global, considerando a competição, juntamente com a conversação heurística e a elaboração conjunta, de acordo com o objetivo da metodologia.

O que se registra permite apontar que a metodologia constituiu um processo decisório que começou com a necessidade e o planeamento, prosseguiu quando o plano elaborado foi aplicado, foi regulamentado das contingências que surgiram e terminaram quando o objectivo foi alcançado, nos termos esperados com a consequente avaliação do que foi feito, com base na avaliação.

Ressalta-se que como resultado da aplicação dos diferentes métodos e procedimentos didáticos da metodologia, precisamente durante a ligação recíproca dos resultados das sessões de treino com o software que é implementado no futebol a nível internacional.

Uma vez realizadas estas intervenções, verificou-se o nível de conhecimento dos treinadores através da aplicação do referido questionário, tendo-se observado um aumento geral da qualidade das qualificações. Os resultados foram os seguintes:

A generalidade dos treinadores obteve um elevado nível de conhecimento sobre os aspectos incluídos no questionário, cem por cento têm domínio de como conseguir a flexibilidade do processo de treino ajustado ao modelo de competição.

O domínio do conteúdo do modelo integrado foi alcançado pelos treinadores e nele a competição como base do treinamento dos atletas.

Cem por cento dos treinadores consideram a importância da utilização de métodos globais, como caminho para a flexibilidade educativa e estímulo da criatividade, ajustados às expectativas da especialidade desportiva.

Cem por cento dos usuários consideram que o assunto é pertinente e actual, destacando os novos e necessários conceitos para minimizar os modelos de desportos individuais implementados nos desportos com bola, considerando na dinâmica do futebol a combinação da imagem lógica com o estereótipo de habilidades técnicas do desporto e habilidades físicas como um processo integrador e ajustado às expectativas de actividade física dos atletas realizando acções transformadoras no processo de treinamento.

Coincidem com o critério de que o tema é pertinente e inovador no contexto do processo de formação de futebol para os 14/15 anos, iniciados, condicionado pelo procedimento didáctico integrador que dinamiza a metodologia considerá-lo uma ferramenta para flexibilizar a natureza personalizada do treinamento de futebol.

Cabe destacar que na dinâmica do seminário o assunto foi polémico, pois muitos dos usuários identificam tal actividade como um método, devido aos efeitos favoráveis que ela transmite ao comportamento afetivo motivacional, de modo que tais preocupações estimularam o debate; no entanto, argumentou-se que a competição neste caso tem uma intenção mais abrangente, o que se deve à estrutura e dinâmica de conteúdo baseada no atendimento às demandas dos componentes didáticos.

Compreendeu-se que nesta pesquisa, a competição como meio de treinamento constitui a forma de organização para desenvolver o conteúdo e que não pode ser mudada porque mudaria a identidade do desporto, mas sim sua verticalidade e hiperbolização do behaviorismo reducionista de frações. A formação deve ser

flexibilizada. de profundo sentido cultural que o actual contexto histórico e cultural exige.

Referem-se também às vivências do comportamento dos atletas nos treinos no nível de motivação para ser criativo, original, socializador e educativo, enfatizando de forma resultado qualitativo-quantitativo nessas idades.

4.3.1.Sugestões fornecidas

Deve ser colocada a implementação do modelo de competição como percurso de treino sistemático, variantes e tarefas a cumprir pelas equipas no decurso da competição.

Tarefas individuais podem ser indicadas pelas equipas para serem concluídas durante a competição como roteiro de treinamento.

Os atletas devem realizar tarefas individuais para completar em seu tempo livre em casa ou nos finais de semana quando não há competição.

Aprofundar e sistematizar o trabalho metodológico para a contextualização da competição como modelo de formação nos clubes desta modalidade na categoria de iniciados em Maputo.

Aprofundar e sistematizar o trabalho instrucional e metodológico que permita dominar a aplicação do procedimento didático, a implementação da conversação heurística, a elaboração conjunta, a direcção dos métodos globais e a preparação física aproveitando a multi potência que induzem a competição.

Ao fazer uma análise dos critérios dos usuários, fica evidente que a metodologia incentiva acções educacional cuja relevância gera um acúmulo de experiências, vivências e motivações que traduzem na apropriação de uma cultura na prática do futebol.

O que se expressa destaca-se em critérios que coincidem cem por cento nos usuários em relação ao grau de viabilidade de aplicação da metodologia; no entanto, apenas setenta e cinco por cento, pronunciado para um alto nível de viabilidade de aplicação, uma vez que vinte e cinco por cento são estados em nível médio. Nesse sentido, a

diversidade de critérios observada se deve ao nível de compromisso com o estudo, planeamento e controle constante exigidos pela aplicação da proposta. O que foi expresso até agora é uma síntese da significância dos resultados percentuais de correspondência de critérios do usuário.

4.4. Critérios de avaliação.

4.4.1. Primeiro indicador

Actuação dos treinadores na realização da competição como forma de treinamento. Utilização das novas tecnologias de informação e comunicação na preparação da equipa.

4.4.2. Segundo indicador

Aceitação das propostas dos atletas, durante o processo de treino. Sugestões dos atletas, para eliminar suas deficiências e as de seus próprios companheiros de treino.

4.4.3. Terceiro indicador

A implementação dos métodos: elaboração conjunta e critérios de avaliação

Actuação dos treinadores na implementação da competição como meio de treinamento.

Utilização de novas tecnologias de informação e comunicação na preparação da equipa.

Aceitação das propostas dos atletas, durante o processo de formação. Sugestões dos atletas, para erradicar suas insuficiências e de seus próprios companheiros de treino.

A implementação dos métodos: elaboração conjunta, conversa heurística e ensino problema.

4.4. Dimensão cognitiva

Indicadores.

Motivação do treino e critérios de avaliação.

Para o primeiro indicador.

Espontaneidade para o treinamento.

Nível de ajuda dos mais destacados em habilidade técnica ou habilidades físicas para seus companheiros mais fracos, dependendo do resultado final e cumprimento de tarefas dirigidas pelos treinadores aos atletas durante as sessões complementares.

Para o segundo indicador.

- Eficiência do esforço realizado, regulação personalizada do esforço.

Dimensão Atitudinal.

Indicadores.

Apropriação de habilidades técnicas e poder de criatividade em situações complexas durante o jogo, na avaliação do resultado final, uma análise comparativa do diagnóstico inicial aos treinadores e atletas, e os critérios emanados da aplicação do algoritmo de trabalho na dinâmica do método.

Nesse esforço, os treinadores foram submetidos a um teste com o objectivo de identificar o nível de conhecimento sobre a metodologia adequada para o tratamento contextualizado do processo de treinamento.

4.5. Treinamento.

Foi baseado em dois indicadores.

Indicador I

Nível de relevância do processo formativo actual e em que medida existe flexibilidade para a sua contextualização na dinâmica das sessões que se ajusta às tendências formativas do futebol nos países mais desenvolvidos do mundo; para a avaliação do primeiro indicador, foram considerados os seguintes critérios de avaliação:

Alta: quando há domínio do modelo global de treinamento, por meio da competição.

Médio: quando há domínio do modelo e não é apreciado na prática, pelo treinador, o

uso de métodos produtivos e formas de organização que estão em correspondência com as expectativas dos atletas.

Baixa: quando a baixa criatividade é apreciada no processo de treinamento para sugerir tarefas para erradicar erros gerais e individuais.

Indicador II.

Nível de aplicação dos critérios sobre as expectativas durante o treino com os atletas para obter maior desenvolvimento em cada sessão. Para a avaliação do segundo indicador, foram considerados os seguintes critérios de avaliação:

Alta: quando o treinador tem domínio do processo de treinamento por meio da competição com uma abordagem abrangente da dinâmica das sessões.

Médio: quando há domínio do processo de treinamento e o treinador não capaz de enquadrar as ações do jogo com indícios gerais de insuficiências, em uma parte da sessão.

Baixa: quando no desenvolvimento do processo de treinamento, o uso de métodos comportamentais, não sendo possível enquadrar ações lúdicas com foco totalizador na dinâmica das sessões com insuficiências indicadas.

Tendo em conta a importância dos conhecimentos prévios no processo de formação nos diferentes modelos de treino, avaliou o grau de cumprimento das intenções das fases de planeamento e execução, atentando para as deficiências detectadas no diagnóstico inicial, reestruturando o processo e o aprimoramento das concepções didáticas e metodológicas com a global, considerando a competição entrelaçada com a conversação heurística e a elaboração conjuntamente, de acordo com o objectivo da metodologia.

O que se registra permite apontar que a metodologia constituiu um processo decisório que começou com a necessidade e planeamento, continuou quando o plano elaborado foi aplicado, regulamentado das contingências que surgiram e terminaram quando o objectivo foi alcançado, nos termos esperado com a consequente avaliação do que foi feito, com base na avaliação.

Ressalta-se que como resultado da aplicação dos diferentes métodos e procedimentos didáticos da metodologia, precisamente durante a ligação recíproca dos resultados das sessões. O argumento que demonstra o cumprimento dos indicadores, suas dimensões e com ele o objectivo proposto nesta investigação, que permite corroborar e legitimar a hipótese formulado.

4.6. Descrição do pré-experimento

O pré-experimento foi selecionado, pois tem entre suas vantagens a operacionalidade, pois possibilita introduzir a variável independente no mesmo grupo e assim controlar o movimento interno que ocorre. As tendências contemporâneas da comunidade científica que regem a pesquisa desportiva no contexto do futebol como desporto universal são tomadas como ponto de partida para a aplicação de metodologias.

Antes de implementar o pré-experimento, foram realizadas duas entrevistas, uma convencional e outra gratuita, aos treinadores do Clube Associação Black Bulls da categoria dos 14/15 anos, com pelo menos 10 anos de experiência e que integram o corpo técnico da FMF. Este tipo de entrevista é benéfico nesta fase, pois permitiu verificar o estado actual da formação, permitiu avaliar o nível de competência profissional de cada um, e a vontade de se submeter a formação e aperfeiçoamento para melhorar os seus resultados pedagógicos. A análise de conteúdo foi utilizada como tratamento das informações.

Após este processo, foram selecionados 2 treinadores, através da técnica estatística de amostragem intencional (técnica não probabilística), que constitui 100% do total de treinadores que actuam no clube. Eles os dois são graduados em desportos e treinadores com muitas experiências com nível universitário.

Os formadores participaram no decurso da investigação em dois encontros metodológicos e dois seminários preparatórios sobre os procedimentos de aplicação da metodologia.

Durante a primeira actividade, foi explicado o motivo da escolha da competição como eixo principal do treinamento e a importância que ela adquire para uma apreensão em

desenvolvimento. Além disso, foram expostos os fundamentos teóricos metodológicos que sustentam a metodologia proposta e a gestão didática da unidade de aprendizagem competitiva (UAC). Nela, foram feitos acordos quanto ao tratamento dos temas menos compreendidos, que posteriormente permitiram clarificar os fundamentos teóricos para o treino das diferentes componentes do jogo de futebol, essencialmente em como estabelecer as relações de colaboração-oposição entre os jogadores, e as habilidades do grupo de formação para a resolução de situações competitivas.

Os seminários levaram a uma discussão sobre as principais dificuldades que poderiam ser enfrentadas neste tipo de preparação de etapas, e seu possível tratamento foi considerado. Os seguintes aspectos foram abordados neste processo.

Estabelecimento do sistema de objetivos e elaboração da unidade de formação.

- Determinação da situação preferencial e modificação estrutural do jogo para dinamizar o treino.
- Organização metodológica dos conteúdos na unidade de formação através de concurso.
- Relação método de conteúdo objectivo no processo do concurso.
- As formas de avaliação no processo formativo através de formulários globais.
- Papel da comunicação verbal e não-verbal na unidade formativa.

Após este processo através de amostragem aleatória simples, seleccionou-se a amostra em estudo, composta por 20 atletas no total de uma equipa de futebol com idades compreendidas entre os 14/15 anos do sexo masculino.

A aplicação da metodologia para treinamento de futebol por competição foi desenvolvida no período de 5 de fevereiro de 2022 a 29 de abril de 2022, com acompanhamento sistemático das acções desenvolvidas pelos treinadores.

Para verificar a viabilidade da metodologia proposta e sua viabilidade na prática pedagógica, foram estabelecidas três dimensões com quatro indicadores, que foram submetidos ao julgamento dos usuários selecionados. Esses elementos foram socializados com os formadores que participaram do pré-experimento com frequência nos seminários.

4.7. Operacionalização de variáveis

As variáveis estudadas estão relacionadas ao treinamento de futebol nas idades de 14/15 anos no nível iniciante. Estas variáveis são constituídas por dimensões e indicadores (Apêndice II), que permitiram uma maior organização, implementação e avaliação das mudanças estruturais no treino de futebol através da aplicação da metodologia. Para isso, foram consideradas as seguintes dimensões e seu sistema de indicadores, elementos significativos para o desenvolvimento desse tipo de treinamento, além de se tornarem elementos norteadores para a preparação de unidades de treinamento competitivo.

Tabela II. Proposta de operacionalização de variável

Dimensões	Indicadores			
Entendendo a colaboração-oposição	1 - Intenção de drible na zona ofensiva e defensiva	2 - Colaboração para ajuda de colegas	3 - Intenção do passe do atleta que está driblando o colega	4 - Orientação da area do pé para o passe
Comunicativo	5 - Entre jogadores	6 - Treinador-jogador	7 - Intenção comunicativa tática	8 - Contribuição comunicativa para a solução
Motor	9 - Direcção de passagem	10 - acções de combinações entre atletas	11 - Vinculando acções entre os membros da equipa	12 - Desenvolvimento de passagens de jogo

4.7.1. Variáveis externas

- As condições adequadas do campo desportivo
- A falta de continuidade e a experiência desportiva dos atletas

- Características somáticas dos jogadores, de acordo com a posição que jogam
- A inexperiência do treinador e observador

Critérios de avaliação de dimensão

Avaliação da dimensão: a partir das escalas de pontuação atribuídas aos indicadores (três pontos - Bom, dois pontos - Regular e um ponto - Mau), foi calculado o valor percentual para determinar a avaliação da dimensão.

4.7.2. Escala de avaliação de dimensões

0 - 1,0 Mau

1,01 a 2,0 Regular

2,01 a 3,0 Bom

4.7.2.1. Avaliação qualitativa da dimensão: compreensão da colaboração-oposição

Bom: quando desenvolvem colaboração-oposição de forma segura nas acções de jogo, levando em consideração as potencialidades e limitações da equipa e de seu adversário, para obter uma posição favorável nas passagens de jogo.

Regular: quando desenvolvem a colaboração-oposição de forma relativamente segura nas ações de jogo, atendendo parcialmente às potencialidades e limitações da equipe e de seu adversário, o que leva a um posicionamento desfavorável nas passagens de jogo.

Mau: quando desenvolvem a colaboração-oposição de forma indeterminada, nas acções de jogo, sem atentar para as potencialidades e limitações da equipa e de seu adversário, o que leva a um posicionamento desfavorável nas passagens de jogo.

4.7.2.2. Avaliação qualitativa da dimensão: comunicativa

Bom: quando há comunicação contínua entre os jogadores, e entre eles e o treinador sobre incidentes no jogo, com o intuito de orientar sobre possíveis soluções.

Regular: quando há comunicação espaçada entre os jogadores, e entre eles e o treinador em relação as incidências no jogo, o que limita a elaboração de possíveis soluções.

Mau: quando não há comunicação entre os jogadores e entre eles e o treinador em relação as incidências no jogo, o que impossibilita o desenvolvimento de possíveis soluções.

4.7.2.3. Avaliação qualitativa da dimensão: motor

Bom: quando relacionam efectivamente os elementos do complexo um e dois, permitindo um desenvolvimento adequado das passagens do jogo.

Regular: quando relacionam os elementos do complexo um e dois com pouca segurança, o que limita o desenvolvimento das passagens do jogo.

Mau: não relacionam os elementos do complexo um e dois, o que impossibilita o desenvolvimento das passagens do jogo.

4.8. Discussão e análise dos resultados

Em conjunto com os formadores, foram realizadas análises da implementação das acções da metodologia em cada momento. Isso foi importante porque nesses encontros foram aprofundados os procedimentos metodológicos desenvolvidos durante as unidades de aprendizagem-competição e oferecidas sugestões quanto ao tratamento dos principais problemas. Este procedimento converge com a ideia de Mc. Ardle, Katch, (1996) que afirma que para que haja um desenvolvimento e melhora no desempenho desportivo e físico dos atletas, é importante e necessário que os educadores físicos utilizem a aplicação dos princípios que regem o treinamento desportivo nas suas sessões de treinamento.

Valorizou-se o desenvolvimento alcançado pelo treinador durante a aplicação da metodologia quanto à modificação estrutural e funcional do regulamento do jogo, sentido de comunicação para a construção de soluções para os problemas das acções do jogo; e a função do entendimento da colaboração-oposição como elemento determinante para resolver os problemas coletivos emanados das passagens do jogo, além de constituir meio fundamental para o aprendizado dos elementos técnicos. A observação foi utilizada como método de pesquisa (Apêndice III). Os jogadores de futebol foram avaliados por meio dos indicadores que compõem cada dimensão, testes técnicos em dois momentos e um processo contínuo de autoavaliação e coavaliação desenvolvido em cada unidade de treinamento.

Durante a preparação das unidades de treino, o treinador considerou as necessidades e potencialidades individuais e do grupo. Utilizou-se o diagnóstico da situação actual de aprendizagem para determinar o sistema de objectivos baseado na compreensão da colaboração-oposição e na influência do estado motivacional dos membros da equipa.

No tratamento metodológico da oposição, não foi aproveitado todo o potencial que ela oferece. Assumiu papel preponderante na mensuração do crescimento motor e domínio dos fundamentos do jogo de jogadores de futebol. Esse aspecto deve ser tratado de forma integrada desde os primeiros momentos do processo de formação, com o

objectivo de que essa acção requeira e mobilize o aprendizado técnico de acordo com cada situação gerada.

Esse problema de não integrar o aprendizado técnico com as acções do adversário desde o início do processo, se dá pela sistematização dos modelos técnicos predominantes no treinamento, que se inicia com o ensino dos fundamentos do jogo; e uma vez transcorrida essa etapa, a oposição é incorporada. Além disso, os níveis de desempenho dos adversários não foram devidamente ordenados na primeira parte do pré-experimento de acordo com os objectivos estabelecidos nas unidades de aprendizagem competitiva.

No que diz respeito à manipulação das regras do jogo, é necessário que o treinador, sem que a competição perca a sua essência, estabeleça modificações estruturais e funcionais de forma mais activa, o que facilite o cumprimento dos objectivos traçados para as unidades de treinamento; fundamentalmente relacionados com as dimensões do campo, direcção do passe e forma de execução, características do pé e número de jogadores. Essas inovações possibilitaram agilizar o treinamento e geraram maior desenvolvimento cognitivo a partir do estabelecimento das modificações propostas, o que levou a uma maior continuidade das acções do jogo. Neste contexto para Ibáñez et al., (2019) e Newell (1986), torna-se necessário compreender a natureza destas mesmas manipulações de forma a otimizar o processo de treino e aprendizagem.

O treinador considerou na UAC, o desenvolvimento das capacidades motoras e cognitivas que os jogadores possuíam na actualidade, aspecto que não deve ser ignorado num processo de ensino com predominância de métodos globais. Isso possibilita uma acção criativa do jogador de futebol além de estimular a motivação para o desempenho nas acções de jogo e o cumprimento dos objectivos propostos. No mesmo raciocínio, Balzano (2007) expõe que o método global ensina alguma habilidade motora desde o início, utilizando o jogo como forma de aprendizagem e permitindo a vivência, o mesmo autor aponta como vantagem o facto de a técnica e a tática estarem sempre conectadas o que permite a participação de todos os elementos envolvidos no jogo, como o movimento, a reacção, a percepção e o ritmo.

Nesse método, o jogo é, desde o início, a base metodológica, o que aumenta a motivação na prática.

A dimensão comunicativa durante o pré-experimento apresentou desenvolvimento, passando de uma intencionalidade de comando directo nas acções relacionadas à execução técnica, para um processo de troca de informações e análise das possíveis variantes de solução, com base nas potencialidades e limitações dos jogadores de Futebol em cada passagem do jogo.

No entanto, este aspecto deve ser estudado com maior profundidade dada a importância que apresentam num processo de formação abrangente através de situações globais através do recurso à competição. (COB, 2022; ICCE, 2013; Silva et al., 2018) na visão dos jogadores, e de acordo com as entidades desportivas interessadas no desenvolvimento de treinadores, a comunicação é reconhecida como uma das principais competências que os treinadores devem apresentar. Concordando com esta ideia, Erickson & Coté (2015) e Bettega et al. (2021) apontam que a maneira como o treinador intervém nos treinamentos e competições é um elemento importante na determinação do comportamento de jogadores.

A comunicação conseguida durante a aplicação da metodologia levou a uma dinâmica no treino, onde o treinador fazia ajustes contínuos em função da troca de informações com os jogadores de futebol. Essa experiência surgiu da acção prática, que permitiu o desenvolvimento de modificações dos conteúdos inicialmente concebidos. Tudo isso favoreceu as relações socio afectivas, aspectos de grande valia no processo de formação de desportos colectivos e pelas características biopsicossociais dos jogadores de futebol nestas idades.

Richheimer e Rodrigues (2000) acrescentam que a “arte” de saber comunicar pode ter influência no rendimento do atleta de uma forma positiva ou negativa. No mesmo raciocínio Castelo (2002), sustenta que saber comunicar é a forma que o treinador desportivo tem para transmitir os seus conhecimentos, isto é, tornar a sua competência técnico desportiva acessível a todos os praticantes. Além disso, as evidências científicas vêm apontando que a comunicação do treinador também tem um papel fundamental no desenvolvimento em longo prazo dos jogadores, haja vista que pode

estimular ou limitar a autonomia e o entendimento de jogo. (Cushion et al., 2012; Williams & Hodges, 2005).

Para a solução da diversidade de situações preferenciais declaradas, o treinador contou com as limitações e potencialidades demonstradas no próprio desenvolvimento do jogo. Isso implica um crescimento dos jogadores de futebol visualizando seu desenvolvimento associado à interação com a equipa, e não no desenvolvimento individual de habilidades técnicas.

Essa intenção estimula os atletas a buscarem referências entre seus companheiros mais avançados e competirem com seus adversários em acções de competição pré-estabelecidas geradas em passagens de jogo. O treinador deu uma atenção diferenciada aos jogadores com dificuldades durante o jogo, tendo utilizado a colaboração da equipa e as acções do adversário como elemento de solução.

O aquecimento e o final da sessão são estabelecidos como momentos de trabalho técnico individual, tomando como critério as acções que limitaram o desenvolvimento das passagens do jogo. As habilidades técnicas, por muito tempo, foram consideradas o elemento fundamental na configuração e desenvolvimento da acção de jogo nos desportos colectivos (GARGANTA, 2006).

Verificar a influência direta da aplicação da metodologia nos atletas e a viabilidade da unidade de treinamento. Os resultados obtidos com a avaliação dos indicadores de cada dimensão são apresentados a seguir.

Tabela III: Resultados comparativos da modalidade de pontuação dos indicadores avaliados.

Dimensões	Entendendo a colaboração-oposição				Comunicativo				Motor			
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Pré-teste	2	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1
Pós-teste	3	2	2	3	2	3	2	2	2	3	2	2

Os resultados obtidos nos indicadores avaliados aos atletas no pré-teste e no pós-teste, permitem avaliar que há um desenvolvimento na aprendizagem em treinamento a partir da compreensão da colaboração-oposição e da acção comunicativa desenvolvida. Isso favoreceu o aprendizado motor dos fundamentos do jogo, ao visualizar um crescimento na solução dos problemas que se manifestam nas acções preferenciais determinadas.

Segundo (SAAD; NASCIMENTO; MILISTETD, 2013), sustentam que o treinamento é, sem dúvida, fundamental no processo de ensino aprendizagem do aluno ou atleta; uma vez que os estímulos pelos quais o individuo for submetido nas situações de treinamento, sucumbirá e influenciará no seu desempenho e performance nas situações de jogo. A prática do treino compreende um fator determinante para que os altos índices de desempenho sejam alcançados

Quantitativamente, os resultados são superiores, mas é preciso ressaltar que ainda há dificuldades na aplicação de alguns procedimentos metodológicos. As causas podem estar nos níveis de auto-preparação que os treinadores têm sobre a interpretação e representação da acção competitiva como foco do treino de futebol através da competição. As possibilidades de aplicação da proposta são reais e devem ser enriquecidas com as experiências dos treinadores.

Da mesma forma, foi feita a comparação das dimensões compreensão de colaboração-oposição, comunicativa e motora no pré-teste e pós-teste, que apresentou o seguinte comportamento.

Tabela IV. Avaliação comparativa do modo de pontuação das dimensões (pré-teste e pós-teste)

Dimensões	Entendendo a colaboração-oposição	Comunicativo	Motor
Pré-teste	1.25	1.25	1.0
Pós-teste	2.5	2.25	2.25

A tabela mostra que há avanços após a aplicação da metodologia, ao obter bem a avaliação das três dimensões, o que permite avaliar que os treinadores priorizaram todas igualmente, fazendo com que os jogadores vivenciem avanços significativos no desenvolvimento a unidade de treino como estrutura que permite apropriar as características mais significativas da competição do processo de treino como modelo no futebol para estas idades.

Mesmo quando o resultado é classificado como positivo, é necessária uma maior preparação metodológica para o treinamento por meio da competição, gerada pela má compreensão dos procedimentos do adversário (oposição) como mediador significativo do aprendizado e da função da comunicação como aspecto essencial na interpretação de situações de jogo.

Os testes técnicos, realizados nos atletas que constituem a amostra da pesquisa após a aplicação da metodologia, são avaliados com base nos mesmos indicadores do teste diagnóstico inicial. Oferece avaliação do passe, dribles, colaboração para ajudar colegas Intenção de passar o atleta que está driblando a um colega, acções complexas de duas e três passagens de jogo. Esta análise permitiu-nos saber qual o efeito da utilização da metodologia no treino de futebol.

Tabela V: Situação comparativo dos resultados entre o diagnóstico e o pós-teste

Aspectos avaliados	Diagnóstico	Pós-teste	Aumentar
Passes	66.30%	74.60%	8.30%
Drible	11.40%	12.50%	1.10%
Colaboração com os colegas	6.20%	9.40%	3.20%
Intenção de passar ao colega pelo portador da bola que está driblando	1.90%	2.60%	0.70%

A análise percentual dos critérios avaliados mostra um aumento nos quatro indicadores. Ressalta-se que estes últimos, por sua estrutura e funcionalidade, requerem maior cooperação da equipa, aspectos que devem ser beneficiados na medida em que as formas de estabelecer os níveis de colaboração-oposição sejam aprofundadas desde o início do processo de formação.

Resultados das comparações das variáveis no pré-teste e pós-teste do pré-experimento.

Hipótese:

Hipóteses nulas:

H0: não há diferenças significativas entre os momentos antes e depois das medidas das variáveis.

H1: há diferenças significativas entre os momentos antes e depois das medidas das variáveis, favoráveis às segundas medidas.

Tabela VI: nível de significância dos indicadores entre o pré-teste e pós-teste utilizando o teste de Wilcoxon pares emparelhados e intervalos não paramétricos.

Dimensão de compactação Colaboração-oposição	Significado	Dimensão Comunicativo	Significado	Dimensão motor	Significado
Intencionalidade do passe	0,001	Entre jogadores	0,002	Direção do passe	0,000
Colaboração para dar continuidade ao jogo	0,010	Treinador e jogadores	0,004	Intenção de passar o atleta que está driblando a um colega	0,000
Drible ofensivo ou defensivo	0,013	Intenção de comunicação	0,001	Colaboração para ajudar colegas	0,001
Área do pé utilizada para o passe	0,001	Contribuição para a solução	0,001	Ações complexa de duas e três passagens de jogo.	0,001

Os testes de postos não paramétricos de Wilcoxon e pares pareados (Apêndice IV) encontraram diferenças significativas favoráveis, ao comparar os resultados dos indicadores entre o pré-teste em relação ao pós-teste, o que demonstra do ponto de vista estatístico a eficácia prática da metodologia aplicada.

Os resultados estatísticos da pesquisa, especialmente o nível de significância da dimensão motora, permitem elucidar critérios existentes quanto à significância limitada de modelos abrangentes na aprendizagem de habilidades técnicas, Magill (1989) e Rink, French, Tjeerdsma (1996), oferecendo a possibilidade de afirmar que, embora esse tipo de treinamento seja orientado a partir da compreensão e compreensão tática

do jogo. Isso não limita o desenvolvimento da estrutura técnico-tática, podendo-se mesmo indicar que ela possui um carácter mais demonstrativo do que foi aprendido, podendo aplicá-la produtivamente em pouco tempo em situações de competição (Apêndice V).

Além disso, o que foi afirmado por Méndez (1999) relacionado à qualidade e diversidade na tomada de decisão, níveis motivacionais e criatividade de jogadores treinados a partir de modelos alternativos de treinamento, associados à pedagogia da descoberta, baseada no desenvolvimento de experiências motoras lúdicas vinculadas ao jogo real contextos. Neste caso em particular usando a competição como conteúdo principal.

Capítulo 5

5. Conclusão

Mediante os resultados obtidos nesta pesquisa pode-se tirar as seguintes considerações finais:

1. Os usuários consultados aceitam sobre a importância da proposta feita na pesquisa baseada nos fundamentos teóricos do modelo integrado e dos métodos globais, considerando a metodologia possível para sua aplicação na prática.
2. A instrumentação da metodologia para treino de futebol nas idades de 14/15 anos, através da competição, permitiu avaliar a sua funcionalidade no futebol de essas idades no Clube Associação Black Bulls, quando evidenciada significância nas dimensões estudados entre o pré-teste e o pós-teste.
3. As exigências metodológicas deste tipo de treino permitem que o jogador se desenvolva de acordo com a diversidade de situações de jogo. A maior motivação dos jogadores para a aprendizagem é conseguida no contexto do treino, há um crescimento da apropriação global e uma interpretação das características essenciais da modalidade desde o início do processo de formação atlética.
4. A metodologia para o treinamento do futebol por meio da competição garante uma apropriação do desenvolvedor, nas relações essenciais para a compreensão da colaboração-oposição em situações de equipa, ao favorecer a comunicação da equipa durante o jogo e seu desenvolvimento motor.

Sugestão

Modelar as relações e contradições filosoficamente existentes nas diferentes estágios da metodologia proposta.

Bibliografia

1. Alarcón, F. (2022). Incidência de um programa de treinamento para o aprimoramento tático colectivo do ataque posicional de uma equipa masculina de basquete. Universidade de Granada. Granada: Universidade de Granada.
2. ALVES, L.; BIANCHIN, M. A. O jogo como recurso de aprendizagem. Revista Associação Brasileira de Psicopedagogia. v. 27 n. 83, 2010.
3. Andux, C. (1997). Treinamento em jogos desportivos por meio de situações de jogo simplificadas. ISCF. Cidade de Havana.
4. Anett, B., Bernardt, D., Tedeschi, F., Maughan, R., Steueward, B. (2003). Acelerando a recuperação após o exercício. Instituto de Ciências do Desporte. Recuperado em 15 de setembro de 2016.
5. Balzano, O. N. Metodologia dos jogos condicionados para o futsal e Educação Física escolar. Porto Alegre: Fontoura, 2007.
6. Bayer, C. (2021). O ensino dos jogos desportivos coletivos. Barcelona, Espanha: hispânico europeu.
7. BENTO, J. O. Pedagogia do desporto: definições, conceitos e orientações. In: TANI, G.; BENTO, J. O.; PETERSEN, R. D. S. (Orgs.). Pedagogia do Desporto. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2019.
8. Bernstein, N.A. (1989). fisiologia do movimento. Roma, Itália: Societa stampa sportiva.
9. Bertalanffy, L.V. (1972). Perspectiva na Teoria Geral dos Sistemas. Aliança Universitária.
10. Bettega, O., Machado, J. C., Pasquarelli, B., Aquino, R., & Scaglia, A. (2021). Pedagogia do desporto: Bases epistemológicas e articulações para o ensino desportivo.
11. Bettega, Otávio Baggiotto et al. Papéis do treinador Desportivo de categorias de base nos jogos Desportivos colectivos. In: GALATTI, Larissa Rafaela et al. (orgs.). Desenvolvimento de treinadores e atletas: pedagogia do desporto. Campinas: Editora da Unicamp, 2017.

12. Bunker, D., Thorpe, R. (2021). Um modelo para o ensino de jogos em escolas secundárias. Londres, Inglaterra: Boletim de Educação Física.
13. Capra, F. (2021). O enredo da vida. Barcelona, Espanha: Anagrama.
14. Carrasco, D.B., Carrasco Bellido, D. (2013). Fundamentos de táticas desportivas. Universidade Politécnica de Madrid .
15. Castellano, J.; Frenández, E.; Escheazarra, I.; Barreira, D.; Garganta, J. Influence of pitch length on inter- and intra-team behaviors in youth soccer. *Anales de Psicología*. Vol. 33. Num. 3. 2017..
16. Castelo, J. (2020). O exercício de treino desportivo. Lisboa: FMH-UTL.
17. Castelo, J. (2020). O exercício de treino desportivo. Lisboa: FMH-UTL.
18. Castro, RM (2020). Estrategia didactica para o processo de ensino aprendizagem do atletismo.
19. Clemente, F.; Mendes, R. Treinar jogando -Jogos reduzidos e condicionados no Futebol. Estoril. Primebooks. 2021.
20. Comitê Olímpico do Brasil (COB). (2022). Modelo de Desenvolvimento desportivo.
21. Cope, E., Cushion, C. J., Harvey, S., & Partington, M. (2022). Re-visiting systematic observation: A pedagogical tool to support coach learning and development
22. Corsino, E. L. (2011). Metodologia integrada de treinamento físico para desportos.
23. Costa, I.A. (2013). Os modelos de planeamento do treinamento desportivo do século XX. *Ciências aplicadas ao esporte*, 6,
24. CÔTÉ, Jean et al. Quadro teórico para o desenvolvimento de valores pessoais no processo dinâmico de desenvolvimento pelo esporte. In: GALATTI, Larissa Rafaela et al. (orgs.). *Múltiplos cenários da prática desportiva: pedagogia do desporto*. v. 2. Campinas: Editora da Unicamp, 2017.
25. Cushion, C., Ford, P., & Williams, M. (2012). Coach behaviours and practice structures in youth soccer: Implications for talent development.

26. De Armas, N., J Perdomo, M. (2003). Características e desenho dos resultados científicos como contributo para a investigação educativa. Havana Cuba.
27. De Armas, N., Valle, A. (2012). Pesquisa pedagógica: outro olhar. Havana, Cuba: Pessoas e Educação.
28. Devis, J. (1992). Base para a proposta de mudança no ensino de jogos desportivos. Barcelona, Espanha: Índia.
29. Devis, J. (1996). Educação física desporto e currículo. Madri, Espanha: Visualizador.
30. Dissertação (Mestrado em Educação Física)–Universidade Estadual de Campinas,
31. Donskoi, D. D. (1982). Biomecânica com fundamentos da técnica desportiva (1 ed.). Havana, Cuba: Pessoas e Educação.
32. Esteve, J.M. (2006). Formação de professores na Europa: rumo a um novo modelo de formação.
33. Fédération Internationale de Football Association (2015). Grassroots
34. Fédération Internationale de Football Association (2018) youth football
35. Fortaleza, A. D. (2000). O problema científico no treinamento desportivo. Efdeportes, 10.
36. Fortaleza, A. D. (2013). Alta Metodologia. Fardo. Estrutura e Planejamento. Havana: Técnico-Científico.
37. Forteza, A.d, Ranzola A. (1988). Bases metodológicas do treinamento desportivo. Cidade de Havana: cientista técnico.
38. Freund, J. E. (1988). Estatísticas Elementares Modernas. Havana, Cuba: Revolucionário.
39. GALATTI, L. R. Pedagogia do desporto: o livro didático como um mediador no processo de ensino e aprendizagem dos jogos desportivos coletivos. 2021.
40. GALATTI, L.; R. et al. Pedagogia do Esporte: procedimentos pedagógicos aplicados aos jogos desportivos coletivos. Revista Conexões, Campinas, v. 6, n. especial, 2008, p. 404-415. Recuperado em 18 de maio de 2022.
41. Garganta, J. (2020). Fútbol: del juego al entrenamiento, del entrenamiento al
42. Gimenez, A. M. (1999). Modelo de ensino desportivo. Madrid Espanha.

43. Grosser, M., Starishka, S., Zimmermann, E. (1988). Princípios do treinamento desportivo. D.F, México: Roca S.A.
44. Hahn, E. (1989). Formação em teoria infantil, prática, problemas científicos. Desportes técnicos. Harre, D. (1988). *Teoría del entrenamiento deportivo* (3 ed.). La Habana, Cuba: Científico-Técnica.
45. Hughes, M. D., Dawkins, N., David, R. (1998). The perturbation effect and goal opportunities in soccer. *Journal of sport sciences* .
46. Huizinga, J. (2005). Homo Ludens. São Paulo: Editora Perspectiva.
47. Ibáñez, S. J., Pérez-Goye, E., García-Rubio, J., & Courel-Ibáñez, J. (2019). Effects of task constraints on training workload in elite women's soccer. *International Journal of Sports Science & Coaching*.
48. Ivanovich, G. R. (1990). Métodos de investigação científica. Havana, Cuba: Ciências Sociais.
49. Ivoilov, A.V. (1988). Testes de biomecânica do voleibol e metodologia de treinamento. Havana, Cuba: Técnico-Científico..
50. Kemmis, S. (1983). Tornando-se crítico: Conhecer através da acção. pesquisar. Victoria, Deakin University Press.
51. Kolb, D. (1984). Experiências de aprendizagem experiencial como fonte de desenvolvimento da aprendizagem. Nova york.
52. Likert, R. (2010). Uma técnica para medir atitudes. *Arquivos de Psicologia*.
53. Magill, R. (1989). Crianças no desporto. Champaign. Cinestica Humana
54. Mahlo, F. (1981). A acção táctica no jogo. Havana: Pessoas e Educação.
55. Matveyev, L. (1983). Fundamentos do treinamento. Moscou: Raduga.
56. Matveyev, L. (1990). Formação e sua organização. Esportes Roma, 20.
57. Mendez, A.G. (1999a). Análise comparativa de duas técnicas de ensino na iniciação a dois desportos de invasão. Universidade de Granada.
58. Newell, K. M. (1986). Constraints on the development of coordination. In W. H. Wade MG (Ed.), *Motor development in children: aspects of coordination and control* (pp. 341–360). Martinus Nijhoff Publishers.
59. Ozolin, G.N. (1989). Sistemas de treinamento desportivo contemporâneos. Havana: Técnico-Científico.

60. Ozolin, N.G. (1995). Sistema contemporâneo de treinamento desportivo. Havana, Cuba: Técnico-Científico.
61. Palao, J.M., Valades, D. (2014). Perfil normativo da velocidade do saque para o treinamento do saque e recepção no voleibol. O jornal desportivo.
62. Parlebas, P. (1986). Actividades físicas e educação motora. Paris, França: Revue Education Physique et Sport.
63. Platonov, V.N. (s.f.). A adaptação no desporto. Havana: Técnico-Científico.
64. Ranzola, A., Barrios, J. (1998). Manual para o desporto de iniciação e desenvolvimento. Havana, Cuba: Desportes.
65. Ravé, J. M., Navarro Valdivieso, F., Pereira Gaspar, P. M. (2007). Planejamento do treinamento desportivo: mudanças vinculadas a novas formas de compreensão das estruturas esportivas contemporâneas. conectado, 3.
66. Richheimer, P., & Rodrigues, J. (2000). O feedback pedagógico nos treinadores de jovens em Andebol. Treino Desportivo, 36-46.
67. Rink, J.E., Fresnch, K., Tjeedsma, B. (1996). Fundamentos para a aprendizagem e instrução do desporto e do jogo. Revista de Ensino em Educação Física.
68. Sandoval, P. (2011). Psicologia e seu desenvolvimento histórico. Recuperado de <http://sandovalgonzales.blogspot.com>.
69. Sariola, J.A. (2007). Reflexões sobre a praxiologia motora. Medicina e ciências da actividade física e do desporto, 7, 28.
70. SCAGLIA, A. J. Pedagogia do Jogo: o processo organizacional sistêmico dos jogos desportivos colectivos enquanto modelo metodológico para o ensino. In: TAVARES, Fernando (Org.). 6º Congresso Internacional de Jogos Desportivos. Porto: Universidade do Porto, 2017.
71. Serre, N. B., Torres Martín, C., Pol Cabanellas, R., Seirul-lo Vargas, F. (2021). Treinamento integrado. Princípios dinâmicos e aplicações. Educação física e desportos, 6.
72. Sierl-lo, F.V. (2021). Planejamento de longo prazo em desportos coletivos. Escola de Desportos das Canárias,
73. Sierullo, F.V. (2021). Treinamento coadjuvante. Notas de medicina desportiva.

74. Silva, L. F., Prado, H., & Scaglia, A. (2018). Competências requeridas ao treinador de futebol: um olhar a partir dos jogadores de futebol.
75. Silva, D. A análise de conteúdo como método analítico no campo da política 2017.
76. Sole, J. (1995). Proposta Metodológica Específica e Integrativa. INEF Barcelona. Barcelona: Universidade.
77. Thiess, G., Tchiene, P., Nickel, H. (2004). Metodologia da competição desportiva. Paidotribo.
78. Thorpe, R., Bunker, D. (2021). Da teoria à prática: dois exemplos de uma abordagem compreensiva para o ensino de jogos. Londres, Inglaterra: Boletim de Educação Física.
79. Torres, C. M. (2005). Teoria geral de sistemas dinâmicos e treinamento desportivo. Universidade de Barcelona. Barcelona: Universidade.
80. Valdivieso, F.N. (1993). Tendências actuais no planeamento de treinamento. Madri: Paidotribo.
81. Valdivieso, F.N. (2003). Modelos de planeamento de acordo com o atleta e o desporto. Efdeportes(67), 8.
82. Verkhoshansky, Y. (1988). Treinamento desportivo, planeamento e programação. D.F, México: Martínez Roca.
83. Verkhoshansky, Y. (2002). Teoria e metodologia do treinamento desportivo. Barcelona, Espanha: Paidotribo.
84. WEINECK, J. Treinamento Ideal. São Paulo: Editora Manole, 1999.
85. Williams, M., & Hodges, N. (2005). Practice, instruction and skill acquisition in soccer: Challenging tradition.
86. Wilmore, J.H., L. Costill, D. (2004). Fisiologia do esforço e do desporto. Barcelona, Espanha: Paidotribo.

Apêndice

Apêndice I

Aplicado dos utilizadores.

Objetivo: determinar o nível de aceitação da proposta e viabilidade científica para sua aplicação pelos usuários selecionados.

Caros usuários: estamos interessados em conhecer suas opiniões sobre o nível de aceitação da proposta e a viabilidade de sua aplicação, respetivamente.

Indicadores

Nível de aceitação da proposta pelos usuários.

Nível de viabilidade científica para a aplicação da proposta.

Depois de analisar, avaliar e refletir, responda às seguintes perguntas:

Os elementos que estruturam e dinamizam o conteúdo do treino, o suporte do sistema de princípios didáticos que regem o treinador desportivo no Futebol, são valorizados na metodologia?

Mas porque:

Considera pertinente e acessível a estrutura e dinâmica da proposta de treino de futebol em principiantes, 14/15 anos com o intuito de integrar as diferentes componentes da preparação do atleta?

Mas porque? Incluir sugestões:

Considera relevante a estrutura da metodologia e a sua congruência?

Mas porque? Incluir sugestões:

Um tratamento instrucional que integre critérios psicológicos, técnicos, táticos e físicos que atenda às expectativas dos atletas é apreciado no desenho da metodologia?

Mas porque? Incluir sugestões:

Os aspectos metodológicos que estruturam a metodologia podem preparar treinadores

Atletas para gestão individual e autogestão socializada de conteúdos futebolísticos,

contextualizado no treinamento por meio da competição e sua realização prática em um ambiente socializado?

Mas porque? Incluir sugestões:

Obrigado por sua contribuição sincera e honesta.

Apêndice II

Resultados da avaliação dos objectivos e acções pedagógicas de três passagens de jogo nas idades 14/15 anos no clube Associação Black Bulls Maputo 2022.

Indicadores de resultados

Intenção de drible na zona ofensiva e defensiva: 3767

Colaboração para ajudar colegas: 2499

% de eficácia da acção: 66,3

Intenção de passar o atleta que está driblando ao colega: 2499

Acções positivas: 276

% de eficácia da acção: 11,4

Orientação da área do pé para o passe:2631

acções positivas:164

% de eficácia da acção: 6.23

Contribuição comunicativa para a solução:164

Desenvolvimento de passagens do jogo: 6

% de acções de vinculação entre os membros da equipe: 3,65

passar bem + 90% razoável 60-89% mal – 60%

passa + 50% regular 30-49% ruim -30%

drible+30% regular 10-29% ruim -10%

Apêndice III

Levantamento de treinadores

Treinadores, estamos realizando uma investigação com o objectivo de obter informações sobre o processo de treinamento no Futebol iniciado. Sua contribuição é necessária para o aprimoramento metodológico.

1. Dados gerais

Idade: Sexo: F ___ M ___ Título:

Anos de experiência como treinador:

2. Mencione as principais dificuldades apresentadas pelos jogadores de futebol a partir dos 14/15 anos, de acordo com a idade.

3. Dos elementos a seguir, marque em ordem de prioridade o conteúdo em que você tem maiores dificuldades em ensiná-lo.

Preparação técnica ___ Preparação tática ___

Preparação teórica ___ Preparação psicológica _____

Preparação física _____

Outros----- Quais? _____

Para o tratamento metodológico desses conteúdos, consulte.

a) Métodos usados para ensinar fundamentos técnicos

b) Meios mais utilizados para o ensino dos fundamentos técnicos.

c) Relação estabelecida durante a formação com as restantes componentes da gestão da formação

4. Na sua opinião, quais são as dificuldades que você como treinador apresenta na mistura das diferentes componentes da preparação dos Jogadores de Futebol dos 14/15 anos?

5. Que sugestões metodológicas você recomenda para uma melhor preparação desses atletas para o seu desenvolvimento?

Apêndice IV

Entrevista com treinadores experientes na prática profissional

A entrevista permitirá recolher informação relevante sobre a evolução histórica do treino de futebol, nas idades dos 14/15 anos (iniciado) durante os últimos 10 anos.

1. Em que ano iniciou a sua formação como profissional do desporto?
2. Que qualificação profissional você tinha?
3. O que caracterizou o processo de formação no futebol que começou em 14/15 anos nos últimos 10 anos?
4. Quais dos componentes de preparação receberam a maior prioridade no treinamento?
5. Quais modelos de treinamento você utilizou com mais frequência para preparar suas equipas?
6. Quais foram os métodos mais utilizados para o treino de futebol?
7. A partir de qual momento do treinamento desportivo você iniciou a preparação tática?
8. Como os sistemas competitivos foram desenvolvidos em anos anteriores?
9. Você utilizou o jogo como método para melhorar a preparação desportiva?
10. Considera que o conteúdo da preparação permite responder às exigências da concorrência moderna? Por quê?
11. Com base nas novas mudanças que ocorreram no futebol, como você acha que o processo de treinamento desportivo deve ser desenhado?
12. Os treinadores planejam de acordo com as indicações da FIFA e da FMF?

13. A qual componente da preparação os treinadores prestam mais atenção actualmente?

14. Como você pode resolver no treinamento o efeito de não ter sistemas competitivos duradouros?

Apêndice V

Lista de possíveis diagnósticos a serem realizados pelo treinador

O guia permite descobrir alguns aspectos a ter em conta para fazer diagnósticos durante a prática profissional dos treinadores no planeamento de unidades de treino, com o objectivo de que a preparação desportiva proporcione experiências cognitivo-motoras associadas às exigências da competição.

1. Os treinadores se reúnem com seus atletas para orientá-los antes do jogo.
2. O aquecimento é individual ou em grupo.
3. A comunicação adequada entre os jogadores é mostrada.
4. Os jogadores colaboram uns com os outros para mitigar uma dificuldade.
5. Em que direções as orientações do treinador são direcionadas.
6. Proponha soluções variantes para situações de jogo.
7. São indicadas as possíveis formas de execução.
8. O passe é direcionado a um jogador específico.
9. O organizador direciona o passe para o jogador com a melhor posição tática.
10. Os jogadores de futebol com maior nível de execução técnica são os que conseguem mais acções de pontos a favor.
11. Há independência dos jogadores de futebol na tomada de decisões.
12. As substituições são feitas de acordo com as situações de jogo.
13. Use sistemas de sinalização para transmitir informações.
14. Gostam de acções positivas sem perder o foco no jogo.
15. Existe cooperação para recuperação de faltas cometidas no jogo.

Apêndice VI

Indicadores metodológicos para avaliação das dimensões no pré-experimento

Dimensão: compreensão da colaboração-oposição

Indicador 1 Intencionalidade do passe

Orientação de Avaliação de Valor

3 Intenção de direcionar o passe para um jogador específico

2 Tente direcionar o passe para uma área do solo

1 Execute o passe

Indicador 2 Intenção de drible na zona ofensiva e defensiva

Orientação de Avaliação de Valor

3 Colaboram para o acolhimento, de acordo com as potencialidades do grupo

2 Colaboram parcialmente para a recepção

1 Não colaboram em grupo para a recepção

Indicador 3 Colaboração para ajudar os colegas

Orientação de Avaliação de Valor

3 Pretendem passar ao jogador com melhor posição para a continuidade do jogo ofensivo

2 Pretendem passar para o jogador com posicionamento complexo para a defesa

1 Não há intencionalidade no passe

Indicador 4 Intenção de passar pelo atleta que está driblando ou colega

Orientação de Avaliação de Valor

3 Orienta o atleta que está driblando de acordo com as características do adversário e a colocação da defesa de campo de seu companheiro.

2 Orientação do passe para o ataque com atenção parcial às características do adversário e a colocação da defesa de campo

1 Executam o passe com a parte do pé tecnicamente recomendada sem considerar as características do adversário e a colocação da defesa de campo

Dimensão: Comunicativo

Indicador 1 Comunicação entre os jogadores

Orientação de Avaliação de Valor

3 Eles se comunicam continuamente para analisar problemas de jogo

2 Eles se comunicam com moderação durante o jogo

1 Não há comunicação entre os jogadores

Indicador 2 Comunicação entre treinador e jogadores

Orientação de Avaliação de Valor

3 Existe comunicação contínua para a análise de problemas de jogo

2 Eles se comunicam com moderação durante o jogo

1 Há pouca comunicação entre os jogadores e o treinador

Indicador 3 Intenção de comunicação

Orientação de Avaliação de Valor

3 A comunicação fornece informações para possíveis soluções

2 A comunicação oferece informações insuficientes sobre possíveis soluções

1 A comunicação não oferece informações para a solução de problemas de jogo

Indicador 4 Contribuição da comunicação para a solução

Orientação de Avaliação de Valor

3 A comunicação oferece informações sobre cada situação de jogo

2 A comunicação fornece informações sobre o estado do adversário

1 A comunicação é orientada para a execução

Dimensão: Motor

Indicador 1 Direcção do passe

Orientação de Avaliação de Valor

3 Direcione o passe para um jogador ou área específica

2 Direcione o passe para o lado direito ou esquerdo do campo

1 Execute o passe

Indicador 2 Link das ações complexas do jogo

Orientação de Avaliação de Valor

3 Relacionar efectivamente os elementos de aprovação, recebimento e execução

2 Relacionam de forma ineficaz os elementos de repasse, recebimento e execução

1 Eles não conseguem completar a acção em posição de terminar

Indicador 3 Link das acções da equipa com maior complexidade

Orientação de Avaliação de Valor

3 Relacionar eficazmente os elementos de ataque, defesa de campo, passe e remate

2 Relacionam de forma ineficaz os elementos de ataque, defesa de campo, passe e arremesso

1 Eles não conseguem completar as acções da equipa com maior complexidade

Indicador 4 Desenvolvimento de passagens de jogo

Orientação de Avaliação de Valor

3 Eles conseguem relacionar efectivamente mais de sete passagens do jogo

2 Eles conseguem relacionar efectivamente cinco passagens do jogo

3 Eles não conseguem terminar uma passagem do jogo

Apêndice VII

Resultados estatísticos dos pares combinados não paramétricos de Wilcoxon e testes de classificação durante o pré-experimento

Dimensão motor

1.- Direcção do passe

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-3,500(a)
Sig. asintót. (bilateral)	,000

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

2. Enlace das acções de KI

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-3,494(a)
Sig. asintót. (bilateral)	,000

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

3. Enlacedas acções KII

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-3,357(a)
Sig. asintót. (bilateral)	,001

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

4.- Ações de III passagens

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-3,419(a)
Sig. asintót. (bilateral)	,001

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

Apêndice VIII

Resultados da dimensão motor no pré-teste e pós-teste

MOTOR		
Indicadores	Pré-teste	Pós-teste
Direcione o passe para o lado direito ou esquerdo	833	989
Acção de recepção-passe	92	145
Acção de recepção-drible-passe	21	37
Desenvolvimento de acções de três passagens do jogo	11	19

Apêndice IX

Resultados da dimensão compreensão da colaboração-oposição no pré-teste e pós-teste

COMPREENSÃO DA COLABORAÇÃO-OPOSIÇÃO		
Indicadores	Pré-teste	Pós-teste
Intenção do passe para um determinado jogador	1	5
Colaboração para a recepção de passe	5	14
Eles pretendem o passe para o jogador com a melhor posição tática	1	7
Eles orientam o remate de acordo com as características do adversário e o posicionamento da defesa	4	10

Apêndice X

Resultados da dimensão comunicativa no pré-teste e pós-teste

COMUNICAÇÃO		
Indicadores	Pré-teste	Pós-teste
Comunicação entre jogadores	5	16
Comunicação jogador-treinador	12	14
Intenção comunicativa tática	1	7
Contribuição da comunicação para a solução do problema	4	6

Anexo

Anexo I

Guia para a observação dos jogos pelos Jogadores de Futebol

Objetivo: familiarizar os jogadores com o conteúdo do jogo de futebol

O futebol é um dos desportos competitivos e recreativos mais populares do mundo, suas ações são rápidas e explosivas. O jogo é composto por vários elementos, convido você a descobri-los. Observe e analise o jogo com cuidado e responda conforme você entende. Você pode conversar com seus colegas.

1. Em quantas partes está dividido o campo de jogo?
2. Quantos jogadores compõem a equipa?
3. Quando a equipa marca um Golo?
4. Quando a equipa vence o primeiro tempo?
5. Quando a equipa vence a partida?
6. Como são denominadas as técnicas executadas pelos jogadores?
7. Quantos contactos o jogador de uma equipa executam para finalizar com o Golo?
8. Você sabe o número de posições no campo de jogo?
9. Os jogadores conversam durante o jogo?
10. Sobre o que eles falam?
11. Eles ajudam uns aos outros em situações de jogo?
12. Qual sistema de jogo você mais gosta?
13. Como os atletas se relacionam com o treinador?

14. Já jogou futebol organizado, onde e com quem?

15. Você gostou de vir assistir ao jogo?

16. Qual foi o mais interessante?

17. Você gostaria de jogar no final da observação?

Anexo II

Resultados estatísticos da classificação não paramétrica de Wilcoxon e testes de pares combinados durante o pré-experimento

I. Dimensão de compreensão de colaboração-oposição

1. Intenção do passe

Wilcoxon assinou o teste de classificação

Estatísticas de contraste (b)

	Post - pret
Z	-3,448(a)
Sig. assintót. (bilateral)	,001

a. Com base em intervalos negativos.

b. Wilcoxon assinou o teste de classificação

2. Recepção

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-2,585(a)
Sig. assintót. (bilateral)	,010

a) Com base em intervalos negativos

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

3. passar

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-2,495 (a)
Sig. assintót. (bilateral)	,013

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

4. Ataque

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-3,272(a)
Sig. assintót. (bilateral)	,001

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de classificação de Wilcoxon

Figura 9: Resultados Estatísticos dos Pares Combinados de Wilcoxon e Testes de Classificação Não Paramétrica durante o Pré-Experiência

II. dimensão comunicativa

1. Entre jogadores

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-3,051(a)
Sig. assintót. (bilateral)	,002

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

2. Treinador e jogadores

Estatísticas de contraste (b)

	Post - pret
Z	-2,887(a)
Sig. assintót. (bilateral)	,004

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

3. Intenção de comunicação

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-3,357(a)
Sig. assintót. (bilateral)	,001

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

4. Contribuição para a solução

Estatísticas de contraste (b)

	Post – pret
Z	-3,464(a)
Sig. assintót. (bilateral)	,001

a) Com base em intervalos negativos.

b) Teste de postos sinalizados de Wilcoxon

Campo reduzido do jogo GR+9X9+GR

