

João António Reis de Sousa

A032217

Relatório de estágio curricular com vista à obtenção do grau de Mestre em Ciências da Educação Física e Desporto – Especialização em Treino Desportivo, nos termos do Decreto-Lei nº 74/2006, de 24 de Março, republicado pelo Decreto-Lei nº63/2016, de 13 de Setembro.

Trabalho realizado sob a orientação institucional do Professor José Carneiro Oliveira Neto, docente do Instituto Universitário da Maia e sob a orientação cooperante do Treinador dos Sub-17 do Futebol Clube de Penafiel, Hélder Joaquim Rodrigues de Sousa.

Junho, 2018

RESUMO

O futebol é um dos desportos mais praticados no mundo e também um dos mais complexos de analisar, devido à sua imprevisibilidade.

O progresso que esta modalidade tem assinalado deve-se, em grande parte, à forma como o processo de treino vem sendo estruturado e dirigido para que os objectivos das equipas sejam alcançados com sucesso.

A observação e a análise do jogo têm vindo a ter um papel fundamental no planeamento e estruturação do treino já que contribuem para preparar melhor a competição e aumentar o rendimento desportivo da equipa.

O presente relatório é o culminar de um estágio no âmbito do 2º ciclo de Treino Desportivo, no ISMAI, no departamento de formação do Futebol Clube de Penafiel, mais especificamente na equipa de Juvenis A.

Para mim esta época desportiva teve um grande objectivo principal: verificar as implicações que a observação e a análise de jogo das equipas adversárias tem na preparação para o jogo.

Podem-se obter algumas conclusões, baseadas não só numa revisão de literatura, mas também nas opiniões dos treinadores e num processo de reflexão pessoal: (1) a observação e análise de jogo pode influenciar na planificação e estruturação do treino e são utilizadas para prever e anular os aspectos característicos dos adversários; (2) a conjugação das funções de observador e treinador pode apresentar vantagens ao nível do rendimento da equipa, visto que a intervenção no treino sendo apoiada pela observação do adversário permite que esse trabalho seja mais eficiente no treino. (3) recolher informação relevante acerca do adversário a defrontar pode garantir vantagens competitivas na abordagem ao jogo.

Palavras-chave: FUTEBOL; ANÁLISE DE JOGO; OBSERVAÇÃO, TREINO