

Luís Adriano Monsanto Ferreira Pereira Lagos

Coimbra, 2010

Análise de modelos organizativos em clubes de alta competição de andebol

Universidade de Coimbra



FACULDADE DE CIÊNCIAS
DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA

Universidade de Coimbra



FACULDADE DE CIÊNCIAS
DO DESPORTO E EDUCAÇÃO FÍSICA

O objectivo desta dissertação visa a obtenção do grau de mestre em Treino Desportivo para Crianças e Jovens, na área científica de Ciências do Desporto, na especialidade de Treino Desportivo.

Professor orientador: Professor Doutor Luís Rama.

Mestrando: Luís Adriano Monsanto Ferreira Pereira Lagos

Coimbra, 2010

Agradecimentos

Agradeço-vos pais pela educação e valores que me transmitiram, possibilitando assim o alcançar desta nova etapa na minha vida.

Agradeço-vos Pedro e Tiago, meus irmãos, pelo vosso encorajamento e apoio que me transmitiram ao longo deste percurso.

Agradeço-te Carla, minha esposa, pela paciência e capacidade de adaptação que revelaste às mudanças na nossa vida provocadas por este projecto. Agradeço-te também pela capacidade de aceites as minhas sucessivas ausências acumuladas ao longo de todo este tempo e, ainda assim, teres força para te disponibilizares e ajudares-me sempre que precisei.

Agradeço-te Beatriz, minha filha, por nunca me teres cobrado o tempo que era teu por direito. Agradeço-te por seres a minha fonte de inspiração e a minha fortaleza nos momentos mais difíceis.

Agradeço-vos Lois e Pité, meus amigos, pela disponibilidade que demonstraram para discutir conhecimentos e pela conseqüente ajuda na condução do meu raciocínio.

Agradeço ao Professor Doutor Rui Matos pela disponibilidade revelada, pelas orientações e pela ponte construída que me permitiu conhecer o Professor Xesco Espar.

Agradeço ao Professor Xesco Espar pela forma como me recebeu e por toda a disponibilidade e atenção reveladas desde o início deste projecto. Agradeço ainda por toda a sabedoria partilhada e pela inspiração transmitida.

Agradeço ao Professor Toni Gerona pela sua disponibilidade e colaboração ao longo de todo este estudo.

Agradeço aos treinadores dos escalões de formação de andebol do FC Barcelona por toda a colaboração prestada.

Agradeço ao Professor Pedro Lagarto pela sua disponibilidade e colaboração ao longo de todo este estudo.

Agradeço aos treinadores dos escalões de formação de andebol do CD S. Bernardo por toda a colaboração prestada.

Agradeço ao Professor Doutor Carlos Gonçalves pela colaboração revelada através da partilha dos seus conhecimentos científicos.

Agradeço ao Professor Doutor Luís Rama pela sabedoria e orientações transmitidas e, principalmente, pelas qualidades humanas reveladas na condução deste estudo, nomeadamente, através de uma disponibilidade e uma facilidade de comunicação fantásticas. Muito obrigado!

“Very few things in life happen by chance.”

Tudor Bompa

Resumo

Problema: Os clubes, ao estarem filiados nas respectivas federações, estão sujeitos a influências externas que têm implicações directas no seu modelo organizativo e respectivo funcionamento. Coloca-se então o problema dos clubes terem capacidade de resposta para conseguir corresponder às exigências que lhes são impostas em harmonia com o que a investigação, e respectivos conhecimentos, nas diferentes áreas das Ciências do Desporto sobre os cuidados a ter na formação de jovens atletas.

Metodologia: Foram realizadas entrevistas aos coordenadores dos dois clubes em momentos próximos. Essas entrevistas foram completadas posteriormente via correio electrónico pela necessidade de consulta de alguns documentos por parte de ambos os coordenadores. Aos restantes treinadores dos dois clubes foi distribuído um questionário que, depois de lido em conjunto e do esclarecimento das dúvidas reveladas, foi-me posteriormente devolvido pelos mesmos. Após a recolha de todos os dados possíveis foi feita uma análise qualitativa dos modelos organizativos de cada clube e, posteriormente, uma comparação entre ambos no sentido de aferir semelhanças e divergências tendo também como referência a literatura.

Dados mais importantes: Os casos estudo por nós seleccionados foram o Centro Desportivo São Bernardo, enquanto representante do andebol português, e o Futbol Club Barcelona, enquanto representante do andebol espanhol. Em representação do CD S. Bernardo colaboraram o seu coordenador e os quatro treinadores dos escalões de formação e do FC Barcelona o seu coordenador e os quatro treinadores principais de cada um dos escalões de formação.

Conclusões (resumo): Após a análise dos dois modelos, podemos concluir que estamos na presença de estruturas desportivas sólidas com capacidade de resposta às exigências da formação de jovens jogadores para a alta competição. As principais divergências ocorrem fruto da contextualização social, demográfica e económica em que se inserem. Em todas as dimensões referidas o FC Barcelona apresenta um maior potencial que lhe permite profissionalizar elementos e retirar proveito dessa situação, promovendo uma melhor dinamização dos recursos humanos. Ao nível do treino, no geral, os dois clubes apresentam conceitos semelhantes na aplicação dos vários factores abordados.

Abstract

Problem: The teams by being affiliated to their respective federations are subject to external influences that have direct bearing on their organizational model and its operation. Arises then the problem of teams have responsiveness to be able to satisfy the requirements imposed on him in harmony with what the investigation and its knowledge in different areas of Sport Science on the precautions to take in training young athletes.

Methods: There were interviewed the coordinators of the two teams at close moments. Those interviews were supplemented later by e-mail by the need to consult some documents by both coaches. To the other coaches of both teams it was distributed a questionnaire that, after having read it together and clarifying the doubts revealed, it was later returned by them. After gathering all information possible, it was made a qualitative analysis of organizational models of each team and then a comparison between them in order to assess similarities and differences and also literature as reference.

Most important data: The case study we selected were the Grupo Desportivo São Bernardo as a representative of Portuguese handball, and Futbol Club Barcelona, as representative of the Spanish handball. Representing CD S. Bernardo collaborated the coordinator and the coaches of the four levels of training and representing FC Barcelona its coordinator and the four coaches of each of the main stages.

Conclusions (summary): After analyzing the two models, we can conclude that we are in the presence of solid sports structures with responsiveness to the demands of training young players for the high level. The main differences are a consequence of social background, demographic and economic situation in which they operate. In all the mentioned dimensions FC Barcelona has a higher potential that allows it to professionalize elements and take advantage of that situation, promoting a better dynamization of human resources. At the level of training, in general, both clubs have similar concepts in the implementation of the various factors discussed.

Abreviaturas

EHF – European Handball Federation

FC Barcelona – Futbol Club de Barcelona

FPA – Federação de Andebol de Portugal

CD S. Bernardo – Centro Desportivo de São Bernardo

IHF – International Handball Federation

RFEB – Real Federación Española de Balonmano

TFC - Trainings Framework Concept

Índice geral

	Pág.
Introdução	1
1. Revisão bibliográfica	1
1.1 Evolução histórica da modalidade	2
1.2 Caracterização da modalidade	3
1.2.1 Características fisiológicas	3
1.2.2 Características antropométricas	5
1.2.3 Modelos técnico-táticos	6
Modelos técnico-táticos defensivos	6
Modelos técnico-táticos ofensivos	7
O caso específico do guarda-redes	8
1.2.4 Modelos táticos	10
Modelos táticos ofensivos	11
Modelos táticos defensivos	12
1.2.5 Factores determinantes no alto rendimento no andebol	15
1.3 Modelo de referência contemporâneo	17
1.3.1 Escola alemã	17
1.4 Modelos de formação desportiva	18
1.4.1 Tudor Bompa	18
1.4.2 Istvan Balyi	19
1.4.3 Jean Côté	20
1.4.4 Síntese dos modelos de formação	21
1.5 Organização das Federações de Andebol de Portugal e de Espanha	22
1.5.1 Resultados desportivos internacionais	22
1.6 Análise dos modelos organizativos de clubes de andebol português e espanhol ..	23
1.6.1 Objectivos do estudo	23
1.6.2 Caracterização dos clubes Centro Desportivo de São Bernardo e Futbol Club Barcelona	24
Contextualização demográfica	24
Contextualização desportiva	25
2. Metodologia	27
2.1 Amostra	27
2.2 Instrumentos utilizados	27
2.3 Cronologia do estudo	27
2.4 Procedimentos na análise dos resultados	28

3.	Apresentação e discussão dos resultados	28
3.1	Modelo organizativo do Futbol Club Barcelona	28
3.1.1	Recursos humanos	28
	Coordenador	29
	Equipas de apoio	29
3.1.2	Recursos materiais: espaços, equipamentos e transportes	30
3.1.3	Etapas da formação	33
	Idade de início da prática do andebol	34
	Constituição dos escalões por idades	34
	Modelos de jogo em cada escalão	34
3.1.4	Identificação de talentos	35
	Características antropométricas	36
	Controlo e avaliação geral e específica	36
3.1.5	Relação contratual entre o clube e os jogadores	37
3.1.6	Relação com a família dos jogadores	37
3.1.7	Coordenação com a actividade escolar	39
3.1.8	Planeamento do treino em cada escalão	39
	Estrutura da unidade de treino	39
	Estrutura da planificação do treino	40
	Rácio treino/jogo	40
3.1.9	Volume total na formação até à entrada na alta competição	41
3.1.10	Estrutura dos exercícios	42
	Forma	43
	Objectivo	44
	Componentes estruturais	44
3.1.11	Opções estratégicas na abordagem do jogo	44
	Gestão do tempo de jogo dos jogadores	45
3.2	Modelo organizativo do Centro Desportivo São Bernardo	46
3.2.1	Recursos humanos	46
	Coordenador	47
	Equipas de apoio	47
3.2.2	Recursos materiais: espaços, equipamentos e transportes	48
3.2.3	Etapas da formação	50
	Idade de início da prática do andebol	51
	Constituição dos escalões por idades	51
	Modelos de jogo em cada escalão	52

3.2.4	Identificação de talentos	53
	Características antropométricas	53
	Controlo e avaliação geral e específica	54
3.2.5	Relação contratual entre o clube e os jogadores	54
3.2.6	Relação com a família dos jogadores	55
3.2.7	Coordenação com a actividade escolar	56
3.2.8	Planeamento do treino em cada escalão	57
	Estrutura da unidade de treino	57
	Estrutura da planificação do treino	57
	Capacidades motoras trabalhadas por escalão	58
	Rácio treino/jogo	59
3.2.9	Volume total na formação até à entrada na alta competição	59
3.2.10	Estrutura dos exercícios	60
	Forma	60
	Objectivo	61
	Componentes estruturais	61
3.2.11	Opções estratégicas na abordagem do jogo	62
	Gestão do tempo de jogo dos jogadores	62
4.	Análise comparativa dos dois modelos organizativos estudados	63
4.1	Recursos humanos	63
4.2	Recursos materiais: espaços, equipamentos e transportes	64
4.3	Etapas da formação	64
	4.3.1 Escalões de formação	65
	4.3.2 Compromisso	65
	4.3.3 Permanência no processo	65
4.4	Identificação de talentos	66
4.5	Relação contratual entre o clube e os jogadores	67
4.6	Relação com a família dos jogadores	67
4.7	Coordenação com a actividade escolar	68
4.8	Planeamento do treino em cada escalão	68
4.9	Volume total na formação	69
4.10	Estrutura dos exercícios de treino	70
4.11	Opções estratégicas na abordagem do jogo	71
5	Conclusões	71
6	Limitações sentidas ao longo do estudo	73
7	Recomendações e novas propostas de trabalho	73
	Bibliografia	
	Anexos	

Índice de figuras

Figura 1 Ataque em ferradura/livre vs. Defesa individual

Figura 2 Ataque 3:3

Figura 3 Ataque 2:4

Figura 4 Defesa individual

Figura 5 Defesa 1:5

Figura 6 Defesa 3:3

Figura 7 Defesa 5:1

Figura 8 Defesa 3:2:1

Figura 9 Defesa 4:2

Figura 10 Defesa 6:0

Figura 11 Defesa 5 + 1

Figura 12 Defesa 4 + 2

Figura 13 Organograma da estrutura organizativa do Futbol Club Barcelona

Figura 14 Organograma da estrutura organizativa do Centro Desportivo São Bernardo

Índice de quadros

- Quadro 1** Necessidades energéticas em função do posto específico (trabalho por mim adaptado de Álvaro, J. 1989 e citado por Francisco Moreno Blanco).
- Quadro 2** Capacidades físicas por posto específico (trabalho retirado de Román 1994 citado por Francisco Moreno Blanco).
- Quadro 3** Média da estatura e da massa corporal das 5 primeiras selecções XVII do Campeonato do Mundo de 2001 (trabalho retirado de Román 2001 e citado por Francisco Moreno Blanco)
- Quadro 4** Distribuição da frequência de atletas em função da estatura e massa corporal das 5 primeiras selecções do Campeonato da Europa de Andebol Masculino sub20 em 2006. Trabalho adaptado de Hagleitner 2006.
- Quadro 5** Distribuição da frequência de atletas em função da estatura e massa corporal das 5 primeiras selecções da Campeonato da Europa de Andebol sub 18 Masculino. Trabalho adaptado de Tuma 2008.
- Quadro 6** Factores determinantes para o alto rendimento no andebol de acordo com a formulação de vários autores.
- Quadro 7** Classificações da selecção de andebol senior alemã desde 2000.
- Quadro 8** Classificações da selecção de andebol junior alemã desde 2000
- Quadro 9** Modelo de selecção de talentos da Federação de Andebol Alemã baseado em Heuberger (2007).
- Quadro 10** Modelo de formação adaptado de Bompa (1995)
- Quadro 11** Modelo de formação adaptado de Balyi (2002)
- Quadro 12** Modelo de formação segundo Côté
- Quadro 13** Organização dos escalões segundo as Federações de Andebol de Portugal e de Espanha
- Quadro 14** Classificações nos Campeonatos do Mundo de Seniores Masculinos desde 2001 (adaptado da International Handball Federation (IHF))
- Quadro 15** Classificações nos Campeonatos da Europa de Seniores Masculinos desde 2000 (adaptado da European Handball Federation (EHF))
- Quadro 16** Classificações nos Jogos Olímpicos desde 2000
- Quadro 17** Classificações nos Campeonatos do Mundo de Juniores Masculinos desde 2001 (adaptado da IHF)
- Quadro 18** Classificações nos Campeonatos da Europa de Juniores Masculinos desde 2000 (adaptado da EHF)
- Quadro 19** Dados do Distrito de Aveiro. Adaptado do Censos 2001 e da Câmara Municipal de Aveiro.
- Quadro 20** Dados da Catalunha segundo o *Intitut d'Estadística de Catalunya* para 12 de 2004. Adaptado do *Ajuntament de Barcelona*.
- Quadro 21** Títulos alcançados pelo FC Barcelona em Seniores Masculinos (andebol 7) até à época de 2008/09 (adaptado de um documento de apresentação da secção de andebol do FC Barcelona)
- Quadro 22** Títulos alcançados pelo CD S. Bernardo em Seniores, Juniores e Juvenis Masculinos (andebol 7) até à época de 2008/09 (adaptado da Federação de Andebol de Portugal)

Índice de tabelas

- Tabela 1** Recursos humanos e situação contratual do FC Barcelona.
- Tabela 2** Apoio presencial em treino e em jogo no FC Barcelona.
- Tabela 3** Quantidade de recursos espaciais do FC Barcelona.
- Tabela 4** Distribuição dos pavilhões de treino durante a semana no FC Barcelona.
- Tabela 5** Tempo de treino relativamente ao tipo de espaço no FC Barcelona.
- Tabela 6** Distribuição do tempo de treino ao longo da semana no FC Barcelona.
- Tabela 7** Distribuição dos jogadores pelos respectivos escalões no FC Barcelona.
- Tabela 8** Etapas de formação por idades, número de equipas e de jogadores no FC Barcelona.
- Tabela 9** Sistemas de jogo ofensivos do FC Barcelona.
- Tabela 10** Modelos de jogo defensivos e do guarda-redes do FC Barcelona.
- Tabela 11** Média da estatura e da massa corporal por posto específico da Equipo de Elite do FC Barcelona.
- Tabela 12** Testes realizados para controlo e avaliação do treino no FC Barcelona.
- Tabela 13** Tipo de apoios que os jogadores recebem do clube (FC Barcelona).
- Tabela 14** Envolvimento dos encarregados de educação nos treinos, nos jogos e outras funções no clube (FC Barcelona).
- Tabela 15** Comportamentos de pressão dos encarregados de educação sobre os filhos no FC Barcelona.
- Tabela 16** Comportamentos facilitadores dos pais para a prática desportiva dos filhos no FC Barcelona.
- Tabela 17** Classificação dos elementos de treino no FC Barcelona.
- Tabela 18** Elementos utilizados pelos treinadores na estrutura da planificação no FC Barcelona.
- Tabela 19** Rácio entre a preparação do jogo e o tempo dedicado às aprendizagens no FC Barcelona.
- Tabela 20** Volume total e relação percentual entre treino e jogo por escalão no FC Barcelona.
- Tabela 21** Volume total e relação percentual entre treino e jogo na Equipo de Elite do FC Barcelona.
- Tabela 22** Volume total e relação percentual na formação do FC Barcelona.
- Tabela 23** Estrutura dos exercícios por escalão quanto à forma (%) no FC Barcelona.
- Tabela 24** Planificação dos exercícios e definição dos objectivos em função do tipo de análise/perspectiva do treinador no FC Barcelona.
- Tabela 25** Classificação das componentes do exercício em função da performance do jogador no FC Barcelona.
- Tabela 26** Conceitos em que os treinadores se baseiam para elaborar o seu plano de acção para os jogos no FC Barcelona.
- Tabela 27** Critérios usados na gestão do tempo de jogo dos jogadores no FC Barcelona.
- Tabela 28** Recursos humanos no CD S. Bernardo.
- Tabela 29** Equipas de apoio presencial em treino e em jogo no CD S. Bernardo.
- Tabela 30** Quantidade de recursos espaciais do CD S. Bernardo.
- Tabela 31** Distribuição dos pavilhões de treino durante a semana no CD S. Bernardo.
- Tabela 32** Tempo de treino relativamente ao tipo de espaço no CD S. Bernardo.
- Tabela 33** Distribuição do tempo de treino ao longo da semana no CD S. Bernardo.
- Tabela 34** Distribuição dos jogadores pelos respectivos escalões no CD S. Bernardo.
- Tabela 35** Etapas de formação por idades, número de equipas e de jogadores no CD S. Bernardo.
- Tabela 36** Sistemas de jogo ofensivos do CD S. Bernardo.
- Tabela 37** Sistemas de jogo defensivos e do guarda-redes do CD S. Bernardo.

- Tabela 38** Médias da estatura e massa corporal por posto específico da equipa de Juniores do CD S. Bernardo.
- Tabela 39** Testes realizados para controlo e avaliação do treino no CD S. Bernardo.
- Tabela 40** Tipo de apoio que os atletas recebem do clube (CD S. Bernardo).
- Tabela 41** Envolvimento dos encarregados de educação nos treinos, nos jogos e outras funções no clube (CD S. Bernardo).
- Tabela 42** Comportamentos de pressão dos encarregados de educação sobre os filhos no CD S. Bernardo.
- Tabela 43** Comportamentos facilitadores dos pais para a prática desportiva dos filhos no CD S. Bernardo.
- Tabela 44** Classificação dos elementos de treino no CD S. Bernardo.
- Tabela 45** Elementos utilizados pelos treinadores na estrutura da planificação no CD S. Bernardo.
- Tabela 46** Capacidades motoras trabalhadas em cada escalão no CD S. Bernardo.
- Tabela 47** Rácio entre a preparação do jogo e o tempo dedicado às aprendizagens (%) no CD S. Bernardo.
- Tabela 48** Volume total e relação percentual entre treino e jogo por escalão no CD S. Bernardo.
- Tabela 49** Volume total e relação percentual na formação no CD S. Bernardo.
- Tabela 50** Estrutura dos exercícios por escalão quanto à forma (%) no CD S. Bernardo.
- Tabela 51** Planificação dos exercícios e definição dos objectivos em função do tipo de análise/perspectiva do treinador no CD S. Bernardo.
- Tabela 52** Classificação das componentes do exercício em função da performance do jogador no CD S. Bernardo.
- Tabela 53** Conceitos em que os treinadores se baseiam para elaborar o seu plano de acção para os jogos no CD S. Bernardo.
- Tabela 54** Critérios usados na gestão do tempo de jogo dos jogadores no CD S. Bernardo.

Anexos

Anexo I – Entrevista realizada ao coordenador do Futbol Club Barcelona.

Anexo II – Entrevista realizada ao coordenador do Centro Desportivo São Bernardo.

Anexo III – Questionário aplicado aos treinadores dos escalões de formação do Futbol Club Barcelona.

Anexo IV – Questionário aplicado aos treinadores principais dos escalões de formação do Centro Desportivo São Bernardo.

INTRODUÇÃO

Ao longo do séc. XX a sociedade nos países desenvolvidos foi conquistando mais tempo livre e, conseqüentemente, mudando os seus hábitos desportivos e o seu nível de envolvimento com os mesmos. Assim, a prática desportiva foi evoluindo de tal forma que, na segunda metade do século, provocou a necessidade de estabelecer uma diferenciação entre os conceitos de “jogo” e de “desporto” baseados nos níveis de investimento, objectivos, estruturas competitivas e contextualização social de cada um.

Segundo Brahm (cit Marivoet 2002), o desporto é um sistema institucionalizado de práticas desportivas competitivas com o objectivo de apurar o campeão ou o melhor resultado através da comparação de *performances*.

A elevação dos níveis competitivos e das exigências das várias modalidades desportivas obrigaram treinadores e dirigentes a investirem na estruturação das carreiras desportivas dos atletas. Este investimento levou ao escalonamento dos praticantes, ao estabelecimento de objectivos, de metodologias e de estratégias por etapas. Todos estes factores contribuíram para a construção e o surgimento de modelos de formação.

Por fim, é ainda de referir a importância da contextualização demográfica no desenvolvimento da prática desportiva. Segundo Sobral (2003) cada indivíduo é fruto da comunidade em que está inserido e o capital de transformação do mesmo é posteriormente devolvido à mesma comunidade. Como tal, a informação demográfica assume um papel de substancial importância na compreensão do desporto e de todo este processo de investimento e retorno.

1. REVISÃO BIBLIOGRÁFICA

Tendo em conta a actual quantidade de pessoas que praticam desporto, a diversidade de modalidades desportivas, os níveis de performance e de compromisso que se exigem, tem-se vindo a constatar um esforço crescente nos diferentes desportos em desenvolver modelos de formação desportiva a longo prazo, ficando assim mais fácil de controlar, explicar e influenciar fortemente os resultados desportivos no futuro, sejam eles repletos de sucesso ou não, através dos vários factores que nele intervêm (treino, genética e contextualizações ambiental e social). Enquanto modelo de formação desportiva a longo prazo, este implica uma estruturação dividida em várias etapas utilizadas como partes integrantes e sequenciais de todo um processo evolutivo de aprendizagens por parte dos atletas. Podemos assim afirmar que o processo de formação inicia-se desde o primeiro contacto do jovem praticante com uma qualquer prática desportiva até à sua retirada do sistema competitivo em que está inserido, promovendo ao

longo desse percurso uma autonomia suficiente ao indivíduo para uma prática desportiva contínua na fase posterior.

À semelhança de todo o mundo desportivo, o andebol em Portugal como nós o conhecemos hoje (andebol de sete) é fruto de uma evolução que vem acontecendo desde há várias décadas, tendo-se apurado o primeiro campeão nacional na sua versão original (andebol de onze) na época de 1937/38, Dias (2006). Desde o número de praticantes por equipa, passando pelas dimensões e condições do recinto de jogo, até às constantes alterações das regras, tem sido uma modalidade em constante evolução. Evolução esta que tem tido implicações de fundo nos modelos de jogo e, conseqüentemente, nos seus artistas principais, os jogadores. Por conseguinte, o caminho percorrido pelo jovem praticante até chegar ao mais alto nível competitivo também tem sofrido modificações. Estas condicionantes têm exigido dos respectivos treinadores uma constante actualização de conhecimentos, uma necessidade de pesquisa científica e de inovações técnico-táticas, sempre numa perspectiva de “criar” o andebolista ideal.

Na tentativa de aprofundar esta questão, surgiu o objectivo desta tese: compreender qual o modelo de formação mais eficaz que conduza o jogador de andebol no seu percurso até à alta competição. Nesta perspectiva, optámos pela apresentação e comparação entre os modelos de formação de dois clubes de inquestionável sucesso no andebol, o FC Barcelona (Espanha) e o Centro Desportivo São Bernardo (Portugal). Ao abordar os referidos modelos de formação, teve-se em consideração vários factores enquanto contributos fulcrais para o sucesso dos mesmos, nomeadamente, a organização do clube, da secção da modalidade, a gestão dos recursos e a organização competitiva por escalões, o planeamento e todos os conteúdos que lhe estão associados, os conceitos de uma formação a longo prazo, a avaliação da maturação dos atletas, os exercícios aplicados em cada escalão e os conceitos dos treinadores envolvidos neste estudo.

Como exemplo prático a estudar, tivemos a oportunidade de conseguir o acesso a um dos melhores clubes do mundo na modalidade de andebol, o FC Barcelona. Sem qualquer dúvida será uma das melhores fontes para aplicar os respectivos instrumentos de estudo, não só pelas provas dadas através de todo o sucesso desportivo alcançado ao mais alto nível como também pelas semelhanças culturais entre o povo espanhol e português, tornando-se mais fácil realizar, posteriormente, o *transfer* das conclusões a retirar numa possibilidade futura de aplicar um modelo de formação no andebol em Portugal.

1.1 Evolução histórica da modalidade

O andebol, tal como já foi superficialmente referido, sofreu várias modificações desde o seu início até aos dias de hoje. Desde sempre que o homem se revelou um ser activo fisicamente,

quer pela sua necessidade de sobrevivência quer por motivos de ordem social. Como tal, a primeira referência escrita a uma actividade semelhante ao andebol encontra-se no longínquo séc. IX a.C. na obra “Odisseia” do poeta grego Homero, Dias (2006). Avançando no tempo, encontramos o antepassado mais próximo do andebol em França em fins do séc. XIX, o *balon français*. Com o nome de andebol, *hand* (mão) e *ball* (bola), surgiu já no início do séc. XX sendo atribuída a sua criação ao Professor Schellenz (Alemanha). Ainda na sua versão original, andebol de 11, chegou a fazer parte dos Jogos Olímpicos de Berlim (1936), tendo a actual versão de andebol de 7 tido o seu primeiro campeonato do mundo em 1938 e os seus primeiros Jogos Olímpicos em 1972 (Munique). Com fortes raízes no norte da Europa, é aí que se encontram as principais potências da modalidade desde a sua génese, tendo, posteriormente, se desenvolvido com igual qualidade noutros países como a Rússia, a França, a Espanha e a Croácia. Fora da Europa a sua popularidade é substancialmente menor, no entanto, ainda se encontram países capazes de apresentarem um elevado nível competitivo suficiente para igualar os do velho continente. Os seus principais representantes são o Brasil e a Argentina (América do Sul), o Egipto e a Argélia (África), e a Coreia do Sul (Ásia).

1.2 Caracterização da modalidade

Como qualquer modalidade desportiva também o andebol carece de uma caracterização para uma melhor compreensão da mesma. Nesta perspectiva considerámos como dimensões fundamentais a sua caracterização fisiológica, antropométrica, técnica e tática.

1.2.1 Características fisiológicas

Por norma, quando se caracteriza o esforço de uma determinada modalidade, tem-se a tendência para analisar o mesmo tendo como referência o escalão de topo, os seniores. Sendo esta uma tese sobre as etapas de formação, não podemos deixar de alertar para as implicações a este nível de diferenças em função dos escalões etários da maturação e género. É, portanto, fundamental ter o conhecimento do estatuto maturacional em que se encontra o jovem e compreender as diferenças entre o sexo masculino e o feminino (particularmente após a puberdade) para ter noção do tipo de esforço que cada representa para os seus organismos. Para melhor compreendermos o tipo de esforços do andebolista, torna-se forçoso conhecer a estrutura básica funcional da modalidade, ou seja, todo o dinamismo das acções que lhe são inerentes e os respectivos elementos que contribuem para as mesmas (a bola, os jogadores, o campo de jogo, as balizas e as regras), Fernandéz-Castany & Rios (2009). Como resultado destas acções surgem os factores temporais (relação actividade-pausa) assim como a intensidade predominante do esforço. São estes os dois principais factores a serem estudados para conhecer as principais vias energéticas do andebolista. Quando se tenta caracterizar o jogo de andebol, deparamo-nos com um leque muito variado de acções motoras num contexto complexo de contínuas inter-acções motrizes, Fernandéz-Castany & Rios

(2009). Tal, promove contributos distintos das vias energéticas para diferentes acções. Ao longo do jogo várias são as acções de carácter explosivo, como as desmarcações, as fintas, os remates, etc., verificando-se aqui o predomínio da via anaeróbia aláctica (PC e ATP). Estas acções estão intercaladas com outras de menor intensidade consideradas de carácter misto (60-80% do VO₂máx) chegando mesmo, por vezes, a valores de carácter aeróbio (<60% do VO₂máx), Fernández-Castanys & Rios (2009). De acordo com vários estudos já realizados, Jewtushenko (1990), García (1992) e Chiroso *et al.* (1999) mencionados por Fernández-Castanys & Rios (2009) concluiu-se que as acções técnicas principais verificadas no decorrer de um jogo são de carácter explosivo-reactivo, quer ao nível dos membros superiores quer dos membros inferiores. Como tal, o acumular da combinação de todas estas acções promove uma carga neural muito elevada e, conseqüentemente, uma enorme solicitação do Sistema Nervoso Central. Além da atenção que implica esta forte solicitação, também é fundamental preparar adequadamente todo o sistema músculo-esquelético por toda a exigência mecânica que lhe é solicitada. Devido a estes factores e pela predominância das acções musculares do tipo estiramento-encurtamento, o trabalho nesta área da formação deve ir ao encontro do desenvolvimento do tempo de reacção, da força reactiva e explosiva, quer como factor estabilizador quer como factor funcional, Fernández-Castanys & Rios (2009).

Podemos então concluir que deve haver uma particular atenção ao processo de maturação do(a) jovem andebolista, de forma a planificar as cargas adequadas em cada etapa da sua formação, promovendo um programa de treino que vise a melhoria do desempenho em simultâneo com a prevenção de cargas desadequadas indutoras de lesões. Relativamente às vias energéticas a potenciar deve dar-se especial atenção às de carácter anaeróbio aláctico, à potência e capacidade lácticas e à potência aeróbia. Ao longo da formação do jovem andebolista deve-se potenciar o sistema neuromuscular devido à predominância de acções de carácter explosivo, Fernández-Castanys & Rios (2009).

Quadro 1 Necessidades energéticas em função do posto específico (trabalho por mim adaptado de Álvaro, J. 1989 e citado por Francisco Moreno Blanco, 2004).

Posto específico	Necessidades energéticas
Guarda-redes	Actividade de curta duração
Laterais	Actividade de alta intensidade, duração curta, com pausas/semi-pausas médias
Pontas	Actividade de alta intensidade, duração curta, com pausas/semi-pausas médias
Central/Pivot	Actividade de alta intensidade, com poucas pausas.

Quadro 2 Capacidades físicas por posto específico (trabalho retirado de Román 1994 citado por Francisco Moreno Blanco, 2004).

	Posto específico				
	Guarda-redes	Ponta	Pivot	Lateral	Central
Agilidade	25%	10%	10%	5%	10%
Flexibilidade	25%	10%	10%	10%	10%
Força geral	10%	5%	25%	15%	5%
Força dos membros inferiores	10%	15%	15%	25%	25%
Resistência	5%	25%	10%	25%	25%
Velocidade geral	10%	25%	5%	10%	10%
Resistência específica	15%	10%	25%	10%	15%

1.2.2 Características antropométricas

De acordo com o trabalho realizado por Román (2001) na recolha de dados antropométricos das selecções participantes no XVII Campeonato do Mundo realizado em França no ano de 2001, as médias de estatura e massa corporal das cinco primeiras selecções foram as seguintes:

Quadro 3 Média da estatura e da massa corporal das 5 primeiras selecções XVII do Campeonato do Mundo de 2001 (trabalho retirado de Román 2001 e citado por Francisco Moreno Blanco)

Selecções	Estatura (cm)	Massa corporal (Kg)
França	189	89,62
Suécia	190	90
Jugoslávia	191	94,44
Egipto	190	92,25
Espanha	192	95,1

Quadro 4 Distribuição da frequência de atletas em função da estatura e massa corporal das 5 primeiras selecções do Campeonato da Europa de Andebol Masculino sub20 em 2006. Trabalho adaptado de Hagleitner 2006.

	Estatura (cm)							Massa corporal	
	<174	175-179	180-184	185-189	190-194	195-199	>199	Média	Média
Alemanha	1	0	0	4	7	2	2	191,19	90,10
Suécia	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Dinamarca	0	0	1	5	7	1	2	191,07	89,73
Sérvia	0	0	0	4	5	6	1	192,69	89,25
Bielorrússia	0	0	3	3	3	6	3	192,13	87,5

*Não foi possível apresentar os dados da selecção da Suécia pois não constam do estudo realizado.

Quadro 5 Distribuição da frequência de atletas em função da estatura e massa corporal das 5 primeiras selecções da Campeonato da Europa de Andebol sub 18 Masculino. Trabalho adaptado de Tuma 2008.

	Estatura (cm)					Massa corporal	
	<185	185-190	191-195	196-200	>200	Média	Média
Alemanha	2	5	5	3	1	191,3	88,7
Dinamarca	4	4	4	3	0	188,6	82,0
Suécia	4	5	4	1	2	189,1	85,3
Islândia	4	4	6	2	0	189,5	83,1
Croácia	7	1	5	2	1	188,7	87,2

1.2.3 Modelos técnico-táticos

Sustentado em Garcia (2000), Ehret, Späte, Schubert & Roth (2008) e Moya (2009), autores utilizados como referência na modalidade, apresentamos os modelos técnico-táticos defensivos, os modelos técnico-táticos ofensivos e o caso específico do guarda-redes.

Modelos técnico-táticos defensivos

Além da necessidade de um bom planeamento que promova um bom e saudável desenvolvimento físico, não é menos importante a necessidade do mesmo no que ao desenvolvimento técnico diz respeito. Quando iniciamos a estruturação do nosso planeamento técnico, importa desde logo compreender que este terá que ter em conta 5 perspectivas nas quais temos que desenvolver os nossos jogadores, a saber: atacante com bola, atacante sem bola, defensor do atacante com bola, atacante do defensor sem bola e guarda-redes.

Defensor do atacante com bola:

- Estar numa posição de equilíbrio, mais ou menos alta em função da distância do atacante à baliza e que lhe permita deslocamentos rápidos em qualquer direcção.

- A sua referência para o seu posicionamento deve ser o braço executor do atacante e não o seu tronco pois o que importa é estar entre a linha de remate/passe e a baliza/outros atacantes.

- A distância para com o atacante deve ser gerida em função do mesmo, ou seja, da sua posição mais ou menos ofensiva e da zona do campo que lhe seja mais ou menos favorável à finalização.

- Utilizar o seu corpo para bloquear as trajectórias do atacante.

Defensor do atacante sem bola:

- Estar numa de posição de equilíbrio que lhe permita ter no seu campo visual o portador da bola e o seu atacante directo de forma a poder executar deslocamentos rápidos em qualquer direcção e em qualquer momento.

- Iniciativa de dissuasão na tentativa de ganhar uma intercepção da linha de passe ou um reequilíbrio defensivo depois duma vantagem do ataque.

- Capacidade perceptiva e noção espaço-temporal para conseguir a intercepção de um passe. Tecnicamente, não deixa de ser uma recepção, com as diferenças de que o passe não lhe era dirigido e que deve ter logo a intenção de aproveitar a acção em favor do seu contra-ataque.

- O posicionamento de forma a estar sempre pronto a ajudar um colega sem, contudo, deixar de estar enquadrado com o seu atacante directo.

- Realizar a dobra, que não é mais do que a consumação da sua preparação no seu posicionamento. Neste caso é fundamental avaliar bem a situação para conseguir minimizar ao máximo a vantagem conseguida pelo ataque, podendo consegui-lo através da dissuasão (como já foi referido), de uma falta sobre o atacante com bola (dentro das regras) ou dificultar a linha de passe e a respectiva continuidade do ataque.

Modelos técnico-tácticos ofensivos

O atacante sem bola:

- A desmarcação que deve ocorrer no momento e para o espaço certos. Quando se fala em desmarcação a tendência será imaginar defesas 1x1, no entanto, na maior parte dos casos as defesas são zonais e não é por isso que deixa de haver desmarcações. Apenas estas decorrem num espaço de campo e de tempo mais reduzidos. Aquando da sua execução, o atacante deve ter em atenção a procura da criação da linha de passe num espaço entre defesas (ou nas suas costas) e com uma orientação corporal favorável para atacar a baliza. Através da desmarcação também poderá acontecer a criação de espaços para outros atacantes (com ou sem bola) tirarem proveito.

- O bloqueio aos defensores de forma a bloquear a trajectória do defesa e libertar assim o atacante com bola (podendo este dirigir-se para uma vantagem directa para finalizar) ou o atacante sem bola (no caso de estar a ser defendido 1x1 poderá desmarcar-se mais facilmente). Também é comum no trabalho do pivot executar uma sequência destas duas acções, bloquear, e desmarcar-se nas costas do defesa que vai à dobra.

O atacante com bola:

- A fixação do defensor directo. Esta acção torna-se mais fácil perante defesas profundas, em que os próprios defesas tomam a iniciativa de se aproximarem do atacante com bola. Todavia, também é necessário consegui-lo perante defesas mais recuadas e, para isso, é fundamental que o atacante com bola seja considerado uma ameaça à baliza. Desta forma, o atacante deve procurar uma proximidade para com o seu defensor directo que lhe permita a

sua fixação mas com uma distância de segurança suficiente da bola para que possa dar continuidade ao seu ataque. Esta acção também pode ser realizada para libertar um colega que esteja desmarcado na direcção da baliza (situação muito comum quando o ataque tem superioridade numérica).

- O passe. Provavelmente considerado por alguns como uma execução banal, na nossa opinião é a execução técnico-táctica mais importante. Sem ele não é possível jogar, não é possível organizar o ataque, não é possível construir situações de finalização, logo, não há golos (quantas vezes não ficamos apenas com a imagem do golo gravada e esquecemo-nos que foi o último passe que proporcionou tal finalização?). O passe é fundamental no controlo da posse de bola ao mesmo tempo que proporciona uma organização consistente do ataque. Para isso é fundamental ter um elevado repertório de execuções para adaptá-las aos diferentes contextos e, não menos importante, conseguir dissociar as diferentes partes do nosso corpo, para que assim a execução do passe nunca fique hipotecada nem seja denunciada por qualquer movimento das pernas ou tronco.

- O remate, enquanto execução que permite a obtenção de golos (um dos principais objectivos do jogo) é claro que assume uma grande importância. No andebol contemporâneo, para que se possa rematar com eficácia, é fundamental a velocidade de execução (especialmente se for da 1.ª linha) pois, devido à altura e envergadura dos atletas associadas à sua velocidade de deslocamento, o espaço e o tempo para rematar é diminuto. À semelhança do passe, também no remate o repertório vasto de execuções é fundamental para que o atacante tenha soluções para qualquer contexto de oposição que lhe surja e como elemento surpresa. Nesta perspectiva, também aqui é fundamental que o remate dependa apenas do antebraço e pulso. Assim, será mais difícil ao defesa controlar o atacante e ao guarda-redes fazer a leitura da trajectória da bola.

- A finta na situação 1x1 em que, tal como nos dois elementos anteriores, o domínio das várias fintas existentes e suas variantes deve ser o mais vasto possível. Assim, tornar-se-á mais fácil ao atacante adaptar-se a diferentes tipos de defensores, sistemas defensivos e situações especiais. Independentemente do tipo de finta a realizar, há dois objectivos a ter em conta: o primeiro é desequilibrar o defensor directo; o segundo, depois de conseguido o primeiro, sair da finta em equilíbrio de forma a poder estar nas melhores condições para decidir/executar qualquer acção técnico-táctica (finalizar, assistir ou dar continuidade).

O caso específico do guarda-redes

O guarda-redes, considerado por muitos como sendo 50% da equipa (tal o número de solicitações no decorrer de um jogo e com influência directa no resultado) carece de uma preparação distinta de todos os outros jogadores. No plano técnico as opiniões dividem-se,

onde as principais escolas (sueca e croata) divergem. Esta divergência tem um fundamento claro nos sistemas defensivos tradicionalmente utilizados por estas selecções, promovendo situações de finalização distintas aos seus adversários e, conseqüentemente, um protótipo de guarda-redes adequado às suas necessidades. Todavia, há parâmetros onde todos convergem:

- É fundamental que o guarda-redes controle o atacante com bola numa posição confortável que lhe permita, em qualquer momento, chegar a qualquer parte da sua baliza o mais rápido possível. Para tal deve ter os membros inferiores ligeiramente flectidos, efectuando deslocamentos que lhe promovam o equilíbrio, com as mãos acima dos cotovelos e com um campo de visão que lhe permita ver sempre o portador da bola e a própria.

- Relativamente às defesas, mais do que a espectacularidade importa a eficácia e neste sentido deve, sempre que possível, tentar que a bola fique ao seu alcance para que rapidamente possa iniciar o contra-ataque (ao contrário do que possa aparentar, o guarda-redes tem um papel fundamental na fase ofensiva na forma como pode promover o contra-ataque).

- Por último, não são só os jogadores de campo que podem fintar. Também o guarda-redes o faz, especialmente nas situações que lhe são mais desvantajosas (remates de pivot, dos extremos, de contra-ataque, livre de 7m, etc.) e em que o leque de opções de finalização é maior. Aqui, o guarda-redes pode optar por oferecer determinadas zonas da baliza ou próximas ao seu corpo para no último instante fechar aí a trajectória do remate.

Em cada uma destas 5 perspectivas é fundamental que se tenha a preocupação do desenvolvimento de todas as capacidades e habilidades que promovam a técnica na relação do 1x1, pois desenvolvem simultaneamente aspectos técnicos, táticos e psicológicos, Moya (2009), e serão estas que darão ao jogador no futuro a capacidade de responder adequadamente a cada estímulo e desafio que lhe vão surgindo sucessivamente. Também por este motivo, cada vez mais faz menos sentido falar exclusivamente em qualidades técnicas e qualidades táticas separadamente, pois sempre que o jogador executa uma determinada acção, dá-se todo um processo cognitivo baseado no processamento de informação recolhida para que tome as decisões sobre “o que fazer?”, “como fazer?” e “quando fazer?”. Ao responder a estas 3 questões para que execute a sua acção o jogador está claramente a incluir simultaneamente dimensões técnicas e táticas. Por esse motivo, optei por abordar os factores técnicos e táticos em simultâneo. Nesta relação 1x1 a oposição pode-se verificar de uma forma directamente observável em 3 contextos: atacante com bola x defensor do atacante com bola; atacante sem bola x defensor do atacante sem bola; e atacante com bola x guarda-redes (podendo escolher-se a perspectiva de defensor ou de atacante). É é nesta relação de oposição directa que actualmente se definem os melhores jogadores e também as melhores

equipas, pois cada vez mais se verifica que a tática grupal é submissa à tática individual, em que as acções colectivas são mais limitadas no tempo do que as individuais. Nesta perspectiva, ao longo da formação técnica do jovem jogador deve-se ter sempre em atenção a sua capacidade de tomar decisões adequadas e num curto espaço de tempo, pois o andebol é um jogo cada vez mais rápido e, em oposição, cada vez se tem menos tempo para decidir e executar. Uma das características que diferencia os melhores jogadores é precisamente ao nível da tomada de decisão, em que, por um lado, estes só se focam no estritamente necessário escolhendo as referências fundamentais para o seu processamento de informação e decisão, por outro, têm a capacidade de executar acções em simultâneo com a sua avaliação das acções de colegas e adversários em seu redor permitindo-lhes decidir o que fazer imediatamente depois de concluírem a acção em execução. Por tudo isto, o desenvolvimento da percepção e da concentração no trabalho dos estímulos visuais assume um papel fulcral, Moya (2009).

1.2.4 Modelos tácticos

Os modelos tácticos, sejam ofensivos ou defensivos, são definidos por linhas cuja contagem é feita da baliza que se defende para a baliza que se ataca. Os lados esquerdo e direito são também definidos através da posição em campo de frente para a baliza que se ataca.

Exemplo do modelo táctico ofensivo 3:3:

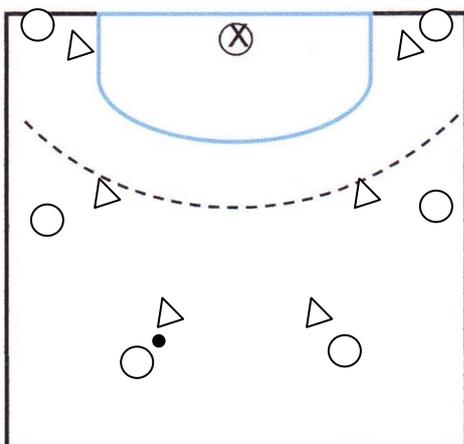
- 1ª linha ofensiva constituída pelos laterais direito e esquerdo e pelo central;
- 2ª linha ofensiva constituída pelos extremos direito e esquerdo e pelo pivot.

Exemplo do modelo táctico defensivo 5:1:

- 1ª linha defensiva constituída pelos primeiros (esquerdo e direito), pelos segundos/médios (esquerdo e direito) e pelo terceiro/central;
- 2ª linha defensiva constituída pelo avançado.

Por fim, falta referir as situações especiais de desigualdade numérica fruto da exclusão temporária de um ou mais jogadores ou ainda da expulsão definitiva sem direito a substituição. Nestes casos, quer nos modelos tácticos ofensivos como defensivos, cada treinador faz as suas adaptações táctico-estratégicas de acordo com o que considera ser mais adequado ao contexto do jogo.

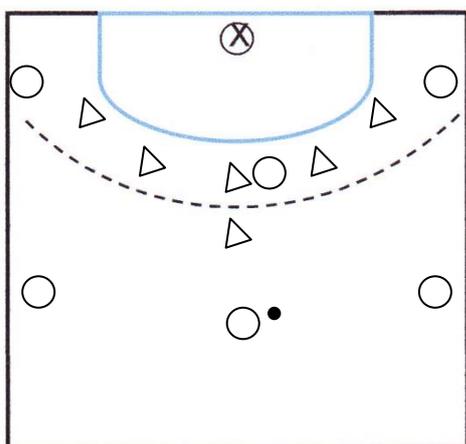
Modelos táticos ofensivos



Segundo este modelo os atacantes estão distribuídos pelo campo a toda a largura e profundidade do mesmo dando a imagem de uma ferradura na fase inicial da organização do ataque. O centro fica assim disponível para desmarcações. Modelo tático de ataque apenas adequado perante o modelo tático de defesa individual.

Figura 1 - Ataque em ferradura/livre vs. Defesa individual

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes

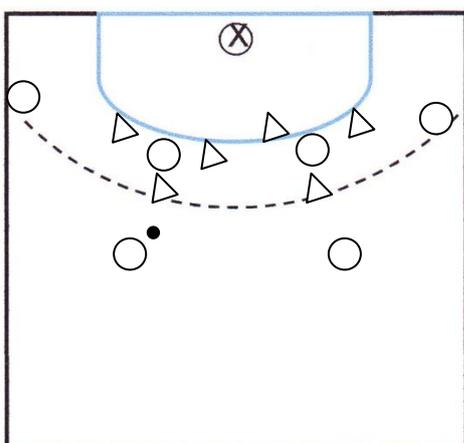


Segundo este modelo os atacantes estão distribuídos por 2 linhas. A 1ª é constituída pelos laterais esquerdo e direito e pelo central. A 2ª linha é constituída pelos extremos esquerdo e direito e pelo pivot.

Modelo tático de ataque mais praticado no andebol contemporâneo. Algumas equipas optam por iniciar a organização do seu ataque com este modelo fazendo, posteriormente, uma entrada a 2º pivot de um qualquer elemento e adoptando o modelo tático ofensivo 2:4.

Figura 2 - Ataque 3:3

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes



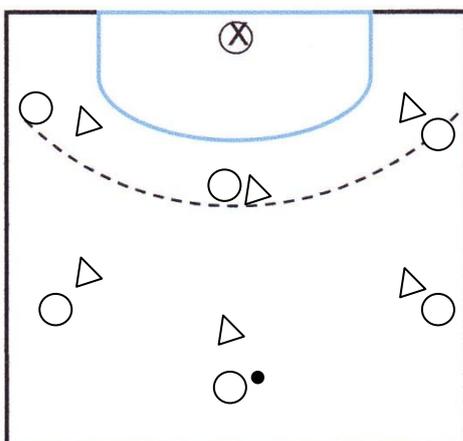
Segundo este modelo os atacantes estão distribuídos por 2 linhas. A 1ª é constituída pelos laterais esquerdo e direito. A 2ª linha é constituída pelos extremos esquerdo e direito e por 2 pivots. Modelo tático de ataque praticado por algumas equipas que, depois de optarem por iniciar a organização do seu ataque com o modelo 3:3, executam uma entrada a 2º pivot de um qualquer elemento.

Figura 3 - Ataque 2:4

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes

Modelos tácticos defensivos

Os modelos tácticos defensivos aqui apresentados, são-no de acordo com uma versão mais “tradicional” e algo “limitada”. “Tradicional” porque são apresentados de uma forma estanque e, para serem melhor compreendidos, com a bola na posse do central. Também porque, não raras vezes, as estratégias sobrepõem-se à tática como o exemplo de quando ouvimos o treinador indicar “3:2:1 do lado direito e 5:1 do lado esquerdo”. Ora, a defesa é constituída por apenas 6 jogadores, por isso, trata-se de, dentro do mesmo modelo táctico, aplicar estratégias diferentes em função dos atacantes. Numa tentativa de pioneirismo poderíamos chamar-lhes modelos tácticos “assimétricos”, assumindo estratégias distintas para cada um dos lados e continuando a ser uma defesa à zona. A forma “limitada” como são apresentados justifica-se na continuidade do último pensamento, pois cada vez mais são as estratégias que imperam nos pormenores tácticos defensivos, dando-lhes maior ou menor profundidade e/ou maior ou menor largura. Por esse motivo se assume modelos defensivos diferentes com nomenclaturas iguais, como é o caso do “6:0 da Suécia” que é diferente do “6:0 da Alemanha”. Pegando nesta perspectiva, um modelo táctico defensivo como o 6:0 (aparentemente mais recuado e passivo) pode ser mais profundo e activo do que o 5:1, por exemplo. Para concluir, há que ter sempre em conta dois factores: como se dispõem as linhas defensivas e quais as funções individuais de cada posição defensiva específica. Só compreendendo esta interligação, o treinador adversário estará em condições de orientar adequadamente a sua equipa de forma a obter sucesso no ataque.



Este modelo defensivo assenta numa responsabilidade individual de cada defesa sobre o seu atacante directo, podendo haver mais ou menos ajuda em função das indicações estratégicas de cada treinador. A marcação poderá ser feita a todo o campo, a meio campo (conforme aqui representado) ou um pouco mais recuado, consoante a profundidade desejada pelo treinador.

Figura 4 - Defesa individual

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes

Defesas à zona:

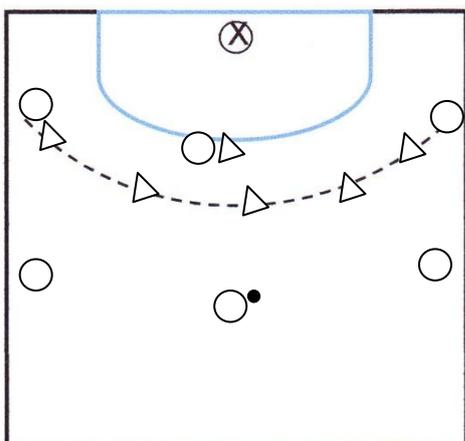


Figura 5 - Defesa 1:5

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes

Segundo este modelo a defesa é constituída por 2 linhas. A 1ª pelo defesa central e a 2ª pelos primeiros dos lados esquerdo e direito, pelos segundos/médios e pelo avançado. É um modelo de elevada responsabilidade individual devido a uma grande profundidade e grande largura também. Modelo largo e profundo baseado na defesa das trajetórias dos atacantes.

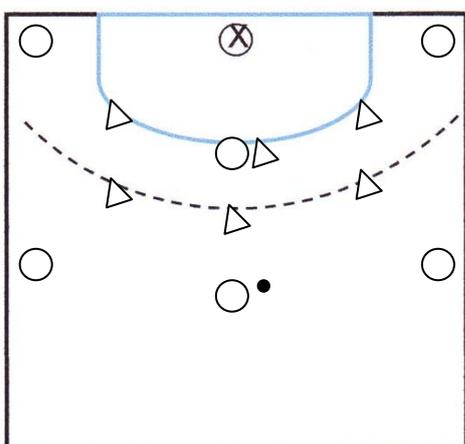


Figura 6 - Defesa 3:3

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes

Segundo este modelo a defesa é constituída por 2 linhas. A 1ª pelos primeiros dos lados esquerdo e direito e pelo central. A 2ª linha pelos médios dos lados esquerdo e direito e pelo avançado. É um modelo de defesa profundo com elevada responsabilidade individual mas que já permite a ajuda entre os defesas. É um modelo estreito e profundo baseado na defesa das trajetórias dos atacantes assim como na defesa do espaço.

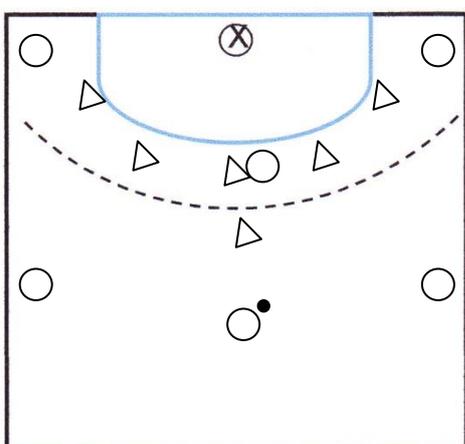


Figura 7 - Defesa 5:1

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes

Segundo este modelo a defesa é constituída por 2 linhas. A 1ª pelos primeiros dos lados esquerdo e direito, pelos segundos/médios dos lados esquerdo e direito e pelo terceiro/central. A 2ª linha é constituída pelo defesa avançado. Modelo largo e com profundidade na zona central caracterizado pela defesa dos espaços aos 6m e com 1 elemento a dificultar a organização do ataque.

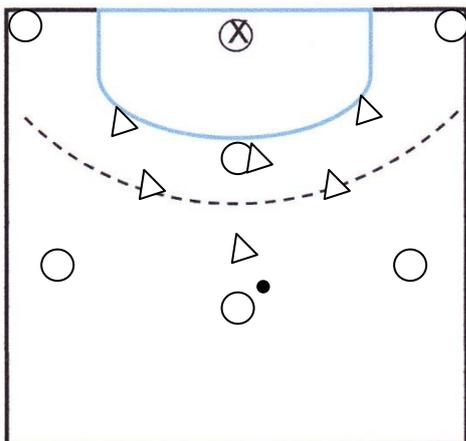


Figura 8 - Defesa 3:2:1

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes

Segundo este modelo a defesa é constituída por 3 linhas: a 1ª pelos primeiros dos lados esquerdo e direito e pelo central; a 2ª linha pelos médios do lado esquerdo e direito; a 3ª linha pelo defesa avançado. Modelo estreito e profundo caracterizado por elevada responsabilidade individual em simultâneo com muita ajuda entre os defensores.

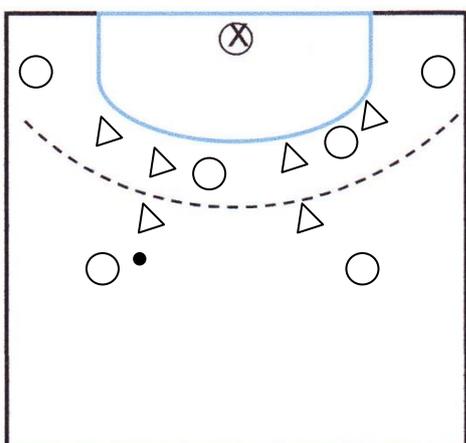


Figura 9 - Defesa 4:2

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes

Segundo este modelo a defesa é constituída por 2 linhas: a 1ª pelos primeiros dos lados esquerdo e direito e pelos segundos/médios dos lados esquerdo e direito; a 2ª linha pelos defesas avançados dos lados esquerdo e direito. Modelo profundo e pouco largo caracterizado por uma elevada responsabilidade individual dos avançados pelos laterais. Característico como resposta ao ataque 2:4.

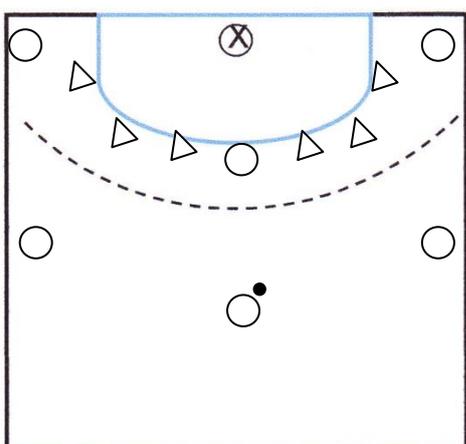
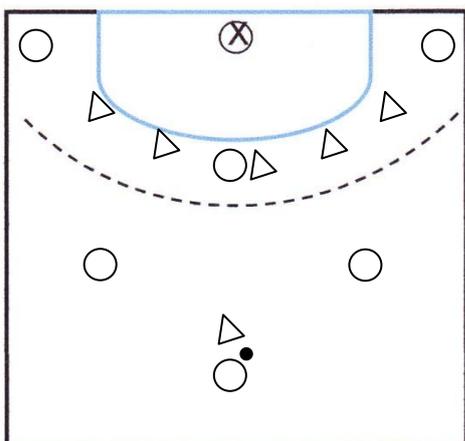


Figura 10 - Defesa 6:0

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; ⊗ – guarda-redes

Segundo este modelo a defesa é constituída por 1 linha defensiva: primeiros, segundos/médios e terceiros/centrais do lado esquerdo e direito. Modelo muito largo (o mais largo de todos) e, aparentemente, pouco profundo. No entanto, mediante determinadas estratégias e dependendo da capacidade de deslocamento dos defesas, poderá tornar-se profundo, bastante activo e condicionante para o ataque.

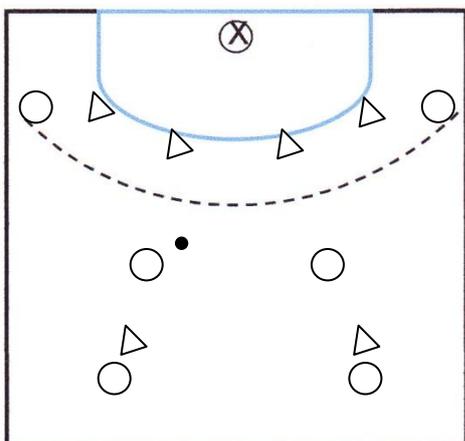
Defesas mistas:



Defesa constituída por 2 linhas: a 1ª pelos primeiros e segundos/médios dos lados esquerdo e direito e pelo terceiro/central; a 2ª linha pelo defesa avançado que faz marcação individual a um atacante. Modelo largo e profundo especificamente em relação a um jogador, caracterizado pela defesa do espaço por parte da 1ª linha defensiva e pela responsabilidade exclusiva do defesa avançado relativamente a um atacante.

Figura 11 - Defesa 5 + 1

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; X – guarda-redes



Defesa constituída por 2 linhas: a 1ª pelos primeiros e segundos/médios dos lados esquerdo e direito; a 2ª linha pelos defesas avançados dos lados esquerdo e direito que fazem marcação individual a dois atacantes. Modelo pouco largo e profundo especificamente em relação a dois jogadores, caracterizado pela defesa do espaço por parte da 1ª linha defensiva e pela responsabilidade exclusiva dos defesas avançados relativamente a dois atacantes.

Figura 12 - Defesa 4 + 2

O•- atacante com bola; O – atacante sem bola; Δ – defesa; X – guarda-redes

1.2.5 Factores determinantes no alto rendimento no andebol

Dada a diversidade de abordagens apresentamos o conjunto dos factores que se têm demonstrado determinantes partindo dos autores de referência da modalidade.

De acordo com as correntes aqui apresentadas, independentemente de uma maior ou menor especificação das mesmas, pode-se concluir que existe entre todas uma afinidade quanto aos factores determinantes para o alto rendimento no andebol, nomeadamente, antropométricos, condição física, técnica, tática e psicossociais. De uma forma geral, todos confluem no realce dado às características genéticas dos jogadores. A discriminação desses factores propostos por diferentes autores encontra-se expressa no quadro abaixo apresentado.

Quadro 6 Factores determinantes para o alto rendimento no andebol de acordo com a formulação de vários autores.

Cercel (1980 e 1990)	Antón (1990)	Czerwinski (1993)	Hans-Dieter Trosse (1993)	Román (1994)	Laguna e Torrecusa (2000)
Factores antropométricos: <ul style="list-style-type: none">- estatura- massa corporal- envergadura- diâmetro palmar	<ul style="list-style-type: none">- Medidas antropométricas- Condição física- Capacidade técnica- Capacidade táctica- Capacidade psíquica- Condições pessoais	Factores morfológicos: <ul style="list-style-type: none">- estatura- massa corporal- envergadura- perímetros dos membros- comprimentos dos membros Capacidade física geral: <ul style="list-style-type: none">- força- fontes energéticas Factores psicológicos: <ul style="list-style-type: none">- temperamento- personalidade- capacidade de relaxação Factores técnico-tácticos: <ul style="list-style-type: none">- individuais- ofensivos- defensivos- contra-ataque- guarda-redes	Factores antropométricos: <ul style="list-style-type: none">- morfologia- estatura- alavancas- comprimento dos membros inferiores- comprimento dos membros superiores- dimensões da mão Factores físicos: <ul style="list-style-type: none">- características e fundamentos de condição física geral- características e fundamentos da condição física específica Factores técnicos: <ul style="list-style-type: none">- domínio das habilidades do jogo Factores tácticos: <ul style="list-style-type: none">- aplicação das habilidades de jogo em contexto de competição Factores psicológicos: <ul style="list-style-type: none">- carácter- querer	<ul style="list-style-type: none">- Valores antropométricos- Qualidades motoras- Riqueza nos níveis técnicos- Riqueza nos conteúdos tácticos- Qualidades psicológicas	Factores biológicos: <ul style="list-style-type: none">- características funcionais- características antropométricas Qualidades físicas: <ul style="list-style-type: none">- velocidade- força explosiva- agilidade Factores psicológicos: <ul style="list-style-type: none">- controlo emocional- focalização da atenção- motivação- capacidade analítica- receptividade

1.3 Modelo de referência contemporâneo

1.3.1 Escola alemã

Baseado em Heuberger (2007), prelector da EHF, apresentamos o modelo da Federação de Andebol Alemã que, a partir de 1989, desenvolveu um projecto de formação e de captação de jovens talentos que veio a surtir o seu efeito até aos dias de hoje quer nos escalões de formação quer no escalão de seniores (conforme comprovam as classificações nos quadros 7 e 8 que apresentamos em baixo). Este modelo de formação, *Trainings Framework Concept* (TFC), assenta no respeito pelo nível de desenvolvimento biológico individual dos jovens, no combate à exclusão precoce na detecção de talentos e estabelece objectivos a longo prazo.

Quadro 7 Classificações da selecção de andebol senior alemã desde 2000.

Ano	2000		2001	2002	2003	2004		2005	2006	2007	2008		2009	2010
Competição	JO	CE	CM	CE	CM	JO	CE	CM	CE	CM	JO	CE	CM	CE
Classificação	5º	9º	8º	2º	2º	2º	1º	9º	5º	1º	9º	4º	5º	10º

Quadro 8 Classificações da selecção de andebol junior alemã desde 2000

Ano	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009
Competição	CE	CM								
Classificação	-	5º	-	13º	1º	4º	1º	2º	2º	7º

As etapas e os respectivos conteúdos de modelo de jogo estão estruturados conforme o quadro abaixo apresentado.

Quadro 9 Modelo de selecção de talentos da Federação de Andebol Alemã baseado em Heuberger (2007).

Idade	Nível	Linhas orientadoras	Ataque	Defesa
8 – 10	Clubes/Escola	Diversão	Orientação de jogo para o jogador Orientação de jogo para o espaço	Defesa individual (+8 anos) Defesa individual/1:5 (9 – 10 anos)
11 – 12	Educação Básica	Versatilidade (Educação Motora de Base)	Jogar em 2 linhas (largo e profundo)	2 linhas defensivas profundas
13 – 14	Treino de Base	Variabilidade de acções (Educação em várias áreas)	Jogar em 2 linhas (largo e profundo)	2 linhas defensivas profundas
15 – 16	Treino Intermédio I	Variabilidade de posições (Posições diferentes)	Jogar em espaços reduzidos	Jogar em espaços reduzidos
17 – 18	Treino Intermédio II	Especialização em posições (Trabalhado detalhado na orientação de objectivos)	Variantes orientadas para o adversário	Variantes orientadas para o adversário
+ 19	Treino "Follow-up"	Player types individuais (Educação type base)	Variantes orientadas para o adversário	Variantes orientadas para o adversário

1.4 Modelos de formação desportiva

Nada pode ser deixado ao acaso mas sim conquistado com mérito, “*Creio muito na sorte. Quanto mais trabalho mais sorte pareço ter.*” (Ralph Emerson). Na sequência deste conceito de “sorte” e na procura de dar respostas às exigências próprias da evolução do desporto, verificámos um crescente investimento nas ciências desportivas e respectivos estudos, dos quais derivaram modelos de formação. No que concerne às modalidades colectivas, uns centram-se mais na técnica enquanto outros centram-se mais na tática, no entanto, todos os modelos de referência convergem na necessidade de estabelecer categorias e, dentro das mesmas, etapas de aprendizagem com objectivos próprios dando especial atenção aos níveis de maturação fisiológica e psicológica dos atletas. Segundo Garcia (2006), para que haja educação desportiva não se pode ter como objectivo a promoção rápida da mesma ou o atingir rapidamente a *performance*, mas sim desenvolver em cada indivíduo o máximo das suas possibilidades através das suas habilidades biológicas e psicológicas respeitando sempre o desenvolvimento das características próprias de cada um e a natureza do contexto em que a actividade se insere. Para Tschiene (1983) um modelo de formação é o desenho de um objectivo cujo nível está standardizado e que se considera completo quando contém modelos práticos de *performance*, de processos e de controlo. Apresentamos seguidamente a parametrização de vários autores.

1.4.1 Tudor Bompa (1995)

À semelhança de muitas outras áreas, também no desporto o sucesso não aparece fruto do acaso. É necessário um longo período de treino com treinos adequados a cada etapa da sua formação desde a infância, Bompa (1995). Este planeamento a longo prazo justifica-se com base em 2 princípios fundamentais, um que visa a adequação dos treinos às necessidades da criança/jovem e do seu nível de maturação (sem pressa na obtenção de resultados) e, o outro, em que a actividade física não termina com a competição, tendo em conta a preparação do atleta para a fase pós-competitiva. Desta forma estaremos também a ter um forte impacto na prevenção do abandono da prática desportiva por parte dos jovens atletas. Tendo em conta os conceitos mencionados, Bompa (1995) propõe um modelo de formação baseado em 2 períodos principais, o Generalizado e o Especializado, que depois se subdividem.

Quadro 10 Modelo de formação adaptado de Bompa (1995)

Etapas	Idades	Objectivos
Generalizado	Iniciação 6-10 anos (Pré-puberdade)	<ul style="list-style-type: none"> - Desenvolvimento multilateral; - Participação em jogos que desenvolvam as táticas e estratégias básicas; - Exercícios que desenvolvam a atenção e a concentração; - Desenvolvimento da ética e do fair play; - Assegurar diversão na prática desportiva.
	Formação 11-14 anos (Puberdade)	<ul style="list-style-type: none"> - Orientação para um desporto específico e manter a prática de outros que continuem a promoção do desenvolvimento multilateral de base; - Exercícios que introduzam os fundamentos de tática e de estratégias; - Desenvolvimento das capacidades motoras de acordo com as "janelas de oportunidade"; - Introduzir o treino mental; - Introduzir situações competitivas variadas e divertidas.
Especializado	Especialização 15-18 anos (Pós-puberdade e adolescência)	<ul style="list-style-type: none"> - Melhoramento progressivo das habilidades motoras dominantes do desporto escolhido; - Aumento do volume de treino de exercícios específicos; - Manter o treino multilateral na preparação geral mas dar ênfase a métodos e técnicas que desenvolvam especificidades do desporto; - Melhoramento das táticas individuais e colectivas; - Aumento progressivo do número de competições; - Concluir no final desta fase todas as aprendizagens técnicas.
	Performance ≥19 anos (Maturidade)	<ul style="list-style-type: none"> - Manter a multilateralidade na fase preparatória; - Exercícios específicos nos treinos devem simular o ritmo e a velocidade da competição; - Técnicas e táticas específicas devem ser aperfeiçoadas e dominadas; - Programas de treino baseados em princípios científicos.

1.4.2 Istvan Balyi (2002)

Modelo canadiano que contempla 8 etapas de desenvolvimento a longo prazo e que sustenta os 4 objectivos da Política Desportiva Canadiana. Baseia-se no desenvolvimento biológico de cada indivíduo, em vez da sua idade cronológica, encoraja uma estrutura competitiva que visa a obtenção dos melhores resultados e promove uma actividade física a longo prazo.

Balyi (2001) apresenta-nos 2 modelos de formação, um para as modalidades de especialização antecipada e outro para as de especialização tardia, assim como faz uma ligeira distinção entre rapazes e raparigas a partir da 2.^a etapa. No caso do andebol aplicar-se-ia a última que consiste em 7 etapas. Dessas 7 etapas Balyi destaca a 3.^a, que compreende as idades dos 9 aos 12, como sendo o período óptimo para a aquisição das habilidades fundamentais (correr, lançar, receber, saltar, equilíbrio, velocidade, agilidade e coordenação) que serão os alicerces para a excelência do desempenho desportivo no futuro. Balyi refere ainda o facto da especialização promovida antes dos 10 anos de idade contribuir para o abandono da prática.

Quadro 11 Modelo de formação adaptado de Balyi (2002)

Etapas	Idades		Linhas orientadoras
	Feminino	Masculino	
1 – Iniciação activa	0-6 anos	0-6 anos	Início da prática. Diversão. Prática de várias actividades desportivas (ginástica, natação, corrida). Prática desportiva variada + Habilidades motoras + Habilidades desportivas =
2 - <i>FUNDamental</i>	6-8	6-9	Divertimento e participação. Habilidades motoras fundamentais. Habilidades desportivas fundamentais Literacia física =
3 – Aprender a treinar	8-11	9-12	Base para a excelência e participação desportivas
4 – Treinar para treinar	11-15 (PVC)	12-16 (PVC)	Desenvolvimento de habilidades desportivas específicas
5 – Treinar para competir	15-19	16-21	Optimização das habilidades desportivas específicas.
6 – Treinar para ganhar	+ de 19	+ de 21	Maximização das capacidades e habilidades desportivas específicas.
7 – Vida desportiva activa	Em qualquer idade.		Actividade física saudável por um longo período.

1.4.3 Jean Côté (2009)

Jean Côté apresenta-nos um modelo de formação em que distingue, a partir da 3ª etapa (13 anos), uma via orientada para a participação na prática desportiva de uma via orientada para a competição. Desta forma, sugere um ambiente orientado, em cada uma destas opções, que visa ir ao encontro das necessidades de atletas com objectivos distintos na sua prática desportiva. Antes da tomada de decisão sobre qual o caminho a escolher, as orientações são comuns para todos e assentam em conceitos como o focar comportamentos de motivação intrínseca (prática informal) em detrimento do treino deliberado; promover e estimular a prática de várias modalidades em contextos variados; aplicação de métodos pedagógicos divertidos e centrados na competição.

Quadro 12 Modelo de formação segundo Côté

Etapas	Idades	Percursos	
		Participação	Competição
1º Etapa	≤ 6 anos	- Entrada no desporto (prática desportiva). - Grande quantidade de prática informal;	
2ª Etapa	7 – 12 anos	- Pouca quantidade de treino deliberado; - Prática de várias modalidades.	
3ª Etapa	13 – 14 anos	- Anos de recreação; - Grande quantidade de prática informal;	- Anos de especialização; - Equilíbrio entre prática informal e treino deliberado; - Diminuição do envolvimento em várias modalidades.
4ª Etapa	15 – 17 anos	- Pouca quantidade de treino deliberado;	- Anos de investimento; - Grande quantidade de treino deliberado; - Pouca quantidade de prática informal; - Centrado numa modalidade.

1.4.4 Síntese dos modelos de formação

Um dos alicerces em cada um dos modelos é a preocupação em estabelecer uma planificação a longo prazo, contrariando por completo o conceito de uma formação precoce que leve a medalhas rápidas e fáceis mas que facilmente se desvanecerão no tempo. Por esse motivo, nos modelos apresentados podemos verificar o cuidado dos respectivos autores em categorizar cada uma das etapas não só em função das idades cronológicas mas, principalmente, tendo em conta as idades biológicas e, conseqüentemente, as características próprias de cada indivíduo de forma a respeitar a velocidade de desenvolvimento dos mesmos. Constata-se em cada etapa as linhas orientadoras de cada uma delas com base numa metodologia que promove, inicialmente, o desenvolvimento eclético do padrão motor que será a base do nível de desempenho a atingir na idade adulta, para depois evoluir e direccionar-se progressivamente ao encontro das especificidades exigidas pela modalidade eleita pelo praticante.

O escalonamento das etapas e respectivos objectivos são muito semelhantes em todos os modelos, levando-nos a reparar facilmente na perspectiva longitudinal das mesmas, ou seja, num início de prática ainda na infância e num investimento nunca inferior a 10 anos para que se possa estar apto a entrar no mundo da alta competição.

Em todos os modelos apresentados (apesar de não ser evidente no quadro referente a Bompá) podemos reparar ainda na preocupação de apresentarem não só um plano que visa atingir a alta competição mas também adaptado à prática desportiva numa vertente mais recreativa, assim como o cuidado de preparar a continuidade da prática desportiva após o abandono da competição. Apesar da realidade nos dizer que este último factor não é tido em conta, o mesmo assume uma preponderância enorme no sucesso de uma modalidade em vários níveis, nomeadamente:

- A maioria dos dirigentes foram praticantes (se promovermos a continuidade da prática mais facilmente teremos ex-atletas a assumir papéis de desenvolvimento da modalidade);

- Ao continuarem a praticar desporto serão um exemplo para os seus filhos (haverá uma maior probabilidade de termos mais crianças e jovens a praticarem desporto);

- Enquanto cidadãos activos desportivamente, será mais provável que acompanhem os jogos das equipas (teremos mais público que, teoricamente, saberá ser e estar num evento desportivo servindo também assim de exemplo para os menos identificados com estes meios).

- Não menos importante, se tivermos cidadãos activos desportivamente teremos certamente uma população mais saudável.

1.5 Organização das Federações de Andebol de Portugal e de Espanha

Apesar destes modelos de formação, estruturas federativas como a Portuguesa e a Espanhola não os têm em atenção e insistem em formar outros escalões e com níveis competitivos desadequados. Além disso, ainda há as desigualdades associadas à maturação dos atletas para dificultar o enquadramento dos mesmos na sua formação dentro da modalidade, todavia, aqui até que compreendo que para a maior parte das modalidades, por questões de ordem organizativa e financeira, lhes seja complicado, ou mesmo impossível, aplicar um sistema que pudesse enquadrar os jovens em escalões por níveis de maturação. Assim, o andebol masculino em Portugal e em Espanha estão organizados da seguinte forma:

Quadro 13 Organização dos escalões segundo as Federações de Andebol de Portugal e de Espanha

Portugal		Espanha	
Escalões	Idades	Escalões	Idades
Bambis	6 – 8 anos	Escolas	Até aos 9 anos
Minis	9 – 10 anos	Alevíns	10 – 11 anos
Infantis	11 – 12 anos	Infantiles	12 – 13 anos
Iniciados	13 – 14 anos	Cadete B	14 anos
Juvenis	15 – 17 anos	Cadete A	15 anos
Juniores	18 – 20 anos	Juveniles	16 – 17 anos
Seniores	≥ 21 anos	2º Equipo	18 – 25* anos
		Seniores	≥ 21 anos

*Depende da organização de cada clube e com número limite de jogadores acima dos 20 anos

1.5.1 Resultados desportivos internacionais

Através da análise dos quadros 14, 15, 16, 17 e 18 que reportam os resultados classificativos entre 2000 e 2010, facilmente podemos concluir que, na última década, Portugal não tem conseguido estar ao nível da Espanha quer no escalão de Seniores quer no de Juniores. Apenas por 2 vezes (nos Campeonatos da Europa de Juniores) Portugal conseguiu melhores classificações que Espanha (2002 e 2004). Em todas as outras competições Espanha conseguiu não só melhores classificações como algumas foram de destaque, como confirmam 2 medalhas de bronze nos Jogos Olímpicos (2000 e 2008), 1 medalha de bronze nos Campeonatos da Europa de Juniores em 2000 e, como melhor resultado, 1 medalha de ouro nos Campeonatos do Mundo de Seniores em 2005. Ainda como factor comparativo a confirmar o desequilíbrio de performance dos 2 países, nas 24 competições aqui apresentadas, Portugal não conseguiu classificar-se para as mesmas por 14 vezes enquanto a Espanha apenas não o conseguiu por 2 vezes.

Quadro 14 Classificações nos Campeonatos do Mundo de Seniores Masculinos desde 2001 (adaptado da International Handball Federation (IHF))

País/Ano	2001	2003	2005	2007	2009
Portugal	16 ^o	12 ^o	-	-	-
Espanha	5 ^o	4 ^o	1 ^o	7 ^o	13 ^o

Quadro 15 Classificações nos Campeonatos da Europa de Seniores Masculinos desde 2000 (adaptado da European Handball Federation (EHF))

País/Ano	2000	2002	2004	2006	2008	2010
Portugal	7 ^o	9 ^o	14 ^o	15 ^o	-	-
Espanha	3 ^o	7 ^o	10 ^o	2 ^o	9 ^o	6 ^o

Quadro 16 Classificações nos Jogos Olímpicos desde 2000

País/Ano	2000	2004	2008
Portugal	-	-	-
Espanha	3 ^o	7 ^o	3 ^o

Quadro 17 Classificações nos Campeonatos do Mundo de Juniores Masculinos desde 2001 (adaptado da IHF)

País/Ano	2001	2003	2005	2007	2009
Portugal	-	-	-	15 ^o	-
Espanha	-	4 ^o	5 ^o	5 ^o	6 ^o

Quadro 18 Classificações nos Campeonatos da Europa de Juniores Masculinos desde 2000 (adaptado da EHF)

País/Ano	2000	2002	2004	2006	2008
Portugal	-	10 ^o	8 ^o	-	7 ^o
Espanha	3 ^o	-	9 ^o	9 ^o	5 ^o

1.6 Análise de modelos organizativos de clubes de andebol português e espanhol

A Federação de Andebol de Portugal e a Real Federación Española de Balonmano apresentam modelos organizativos diferentes na dinamização da respectiva modalidade, influenciando assim directamente os modelos organizativos dos clubes filiados como são o caso dos clubes estudados, Centro Desportivo de São Bernardo e Futbol Club de Barcelona.

1.6.1 Objectivos do estudo

O objectivo deste estudo é analisar e comparar os modelos organizativos de clubes de andebol de sucesso de alto nível como são os casos do CD S. Bernardo (Portugal) e FC Barcelona (Espanha). Pretendemos desta forma dar o nosso contributo para uma melhoria dos modelos organizativos do andebol português face à constatação de eventuais diferenças tidas como suporte do nível mais elevado na modalidade exibido pelo clube catalão.

1.6.2 Caracterização dos clubes Centro Desportivo de S. Bernardo e Futbol Club de Barcelona

Ao falarmos de desporto de alto nível um dos factores que sobressai é a forma como se consegue formar uma equipa de jogadores ideais. Claro que para se formar, antes teve de se encontrar a “matéria-prima”. Por isso, apesar de haver outros factores influenciadores, para melhor conhecermos os clubes estudados torna-se fundamental contextualizá-los demograficamente, pois só assim é possível compreender a realidade de cada um quanto à facilidade de conseguir captar os atletas com maior potencial, e competitivamente para melhor compreendermos o nível de adversários e os objectivos a que se propõem atingir.

Contextualização demográfica

O CD S. Bernardo pertence ao Distrito de Aveiro que está dividido em 19 concelhos, a saber: Águeda, Albergaria-a-Velha, Anadia, Arouca, Aveiro, Castelo de Paiva, Espinho, Estarreja, Ílhavo, Mealhada, Murtosa, Oliveira de Azeméis, Oliveira do Bairro, Ovar, Santa Maria da Feira, São João da Madeira, Sever do Vouga, Vagos e Vale de Cambra. A área abrangida pelo distrito de Aveiro é de 2808km² e habitada por 732 867 (2004). Dentro do distrito de Aveiro, o GD S. Bernardo pertence ao concelho de Aveiro e à freguesia homónima, São Bernardo. Para melhor compreendermos a sua realidade demográfica apresentamos o seguinte quadro.

Quadro 19 Dados do Distrito de Aveiro. Adaptado do Censos 2001 e da Câmara Municipal de Aveiro.

Território	População	Área (km ²)	Densidade (habitantes/km ²)	Varição (%)
Freguesia São Bernardo	4079	3,93	1036	10,4
Concelho de Aveiro	73335	199,9	368	23,1
Distrito de Aveiro	732867	2808	260	-

O FC Barcelona pertence à região da Catalunha da qual fazem parte 4 províncias, a saber: Barcelona, Girona, Lérida e Tarragona. A Catalunha tem uma área de 31930Km² e, em 2004, tinha 6813319 habitantes. A cidade de Barcelona é retratada como tendo diferentes áreas de influência, nomeadamente, o território administrativo, área metropolitana e aglomeração metropolitana. Conforme o território em causa, a sua área, o respectivo número de habitantes e, conseqüentemente, a densidade são diferentes. Como tal, apresentamos o seguinte quadro para uma melhor e mais fácil interpretação dos dados.

Quadro 20 Dados da Catalunha segundo o *Intitut d'Estadística de Catalunya* para 12 de 2004. Adaptado do *Ajuntament de Barcelona*.

Território	População	Área (km ²)	Densidade (habitantes/km ²)
Barcelona	1578546	100,4	15724
Área Metropolitana de Barcelona	3031832	633	4785
Aglomeração Metropolitana de Barcelona	4103470	1575	2604
Província de Barcelona	5117885	7728	654
Catalunha	6813319	31930	210

Após a análise dos quadros 19 e 20 e tomando como exemplo comparativo o concelho de Aveiro e a Aglomeração Metropolitana de Barcelona, podemos concluir que o contexto demográfico do FC Barcelona beneficia-o amplamente em relação ao CD S. Bernardo. O meio em que está inserido representa uma área 8 vezes maior, com 56 vezes mais população e uma densidade 8 vezes superior, aumentando assim substancialmente a facilidade e a probabilidade de captar jovens talentos.

Contextualização desportiva

Tendo em conta o nível de desempenho de cada país anteriormente exposto, ao enquadrarmos os clubes aqui estudados, FC Barcelona (Espanha) e CD de S. Bernardo (Portugal), nos seus respectivos quadros competitivos e tendo em conta que ambos jogam na divisão mais elevada de cada país, acreditamos que o nível de rendimento de cada um será amplamente influenciado pelos meios em que se inserem. Assim, o FC Barcelona será sempre confrontado com adversários de melhor nível competitivo que o obrigarão a superar-se e a trabalhar melhor, enquanto os adversários do CD de S. Bernardo nunca terão a mesma capacidade de oposição. Por outro lado, claramente confirmado pelos respectivos palmarés (ver quadros 21 e 22), os objectivos que cada clube estabelece também ditam o nível a que cada clube aspira atingir. Neste ponto o FC Barcelona apresenta um nível de resultados substancialmente mais elevado ao qual estarão certamente associados objectivos de um nível superior aos do CD S. Bernardo.

Quadro 21 Títulos alcançados pelo FC Barcelona em Seniores Masculinos (andebol 7) até à época de 2008/09 (adaptado de um documento de apresentação da secção de andebol do FC Barcelona)

Competições	Nacional				Internacional			
	Taça do Rei	Supertaça Asobal	Taça Asobal	Campeonato Asobal	Taça EHF	Taça das Taças	Supertaça Europeia	Campeões Europeus
Nº de títulos	15	13	5	17	1	5	5	7

Quadro 22 Títulos alcançados pelo CD S. Bernardo em Seniores, Juniores e Juvenis Masculinos (andebol 7) até à época de 2008/09 (adaptado da Federação de Andebol de Portugal)

Campeonatos	Seniores		Formação	
	Divisão de elite	2ª Divisão	Juniores	Juvenis
Nº de títulos	2	1	1	1

Todo e qualquer modelo de formação depende não só das exigências federativas, mas também nas decisões da organização própria dos clubes. Por muito bom que seja o modelo, se o clube não estiver adequadamente organizado ele não vai ser eficiente. É importante que ambas as estruturas estejam em perfeita simbiose de forma a confluírem nos mesmos objectivos e a adoptarem estratégias semelhantes. De acordo com Bouchard (cit Castelo,1996), o meio social em que se insere o praticante tem influência directa no seu desempenho, seja em treino ou em competição. Esta influência pode partir do seu meio familiar, do seu meio laboral, da própria comunidade local ou até mesmo da sociedade quando se encontra a representar o seu país. No entanto, este tipo de influências não tem de ser necessariamente encarado e gerido de igual forma por todos os atletas, uns reagem como se fosse um estímulo enquanto outros sentem uma pressão que os impede de alcançar os seus objectivos. Ainda assim, estes factores são considerados como sendo flexíveis e manipuláveis, conseguindo-se através de uma organização consistente transformar estes factores numa influência positiva. Além destes factores, ainda segundo Bouchard, existem outros de carácter organizativo que se revelam extremamente importantes na organização e controlo do treino, tais como o programa de treino, o dossiê do atleta, o exame médico, a avaliação de desempenho dos atletas, a avaliação de determinantes específicas da respectiva modalidade e a cooperação com técnicos especializados em determinadas áreas que possam servir os interesses do clube.

A exigência das actividades desportivas tem vindo a aumentar substancialmente. Essa exigência é notória através dos níveis elevadíssimos a que se compete actualmente e de todos os pormenores que contribuem de forma interdependente para os resultados finais. Mas não é só na alta competição que a exigência aumentou, também nos escalões de formação tal se constatou, derivado das investigações que têm sido de enorme importância na orientação e organização das actividades. Por tudo isto, o planeamento é imprescindível na preparação de toda a actividade desportiva. Só dessa forma é possível preparar adequadamente os atletas de acordo com as suas capacidades, objectivos e nível competitivo. Não deixando de ser flexível deve, tanto quanto possível, prever as dificuldades de forma a preparar as ferramentas necessárias para ultrapassar os obstáculos previstos. Deve também ser uma luz orientadora, através da apresentação de objectivos e de estratégias para os alcançar, só sabendo para onde queremos ir e de que forma, é possível traçar um trajecto seguro, consistente, *step by step*. Segundo Castelo *et al.* (1996), o planeamento pode situar-se em três níveis: o planeamento conceptual, o planeamento estratégico e o planeamento tático. Numa perspectiva de uma modalidade colectiva como o andebol, o primeiro baseia-se em três vertentes fundamentais:

- Concepções do treinador;

- Avaliação das características dos jogadores que forma a equipa;

- Tendências evolutivas da modalidade.

O segundo nível também se baseia em três vertentes fundamentais:

- Conhecimento da própria equipa;
- Conhecimento e estudo do contexto em que se realizará o próximo jogo (conhecimento da equipa adversária e das condições em que vai decorrer);
- Adaptações a efectuar de forma a favorecer a prática desportiva da própria equipa.

O terceiro nível é a aplicação prática dos primeiro e segundo níveis, através da aplicação de determinadas decisões especiais pelo treinador durante o decorrer do jogo.

2. Metodologia

2.1 Amostra

Os dados obtidos para a realização deste estudo provêm das informações fornecidas pelo coordenador de andebol do CD S. Bernardo e respectivos treinadores dos escalões de Infantis, Iniciados, Juvenis e Juniores, e pelo coordenador de andebol do FC Barcelona e respectivos treinadores principais dos escalões de *Infantiles*, *Cadetes B*, *Cadetes A*, *Juveniles* (o coordenador é o treinador principal da *2º Equipo*).

2.2 Instrumentos utilizados

Os instrumentos utilizados para a obtenção da informação dos coordenadores foram a entrevista semi-estruturada com aplicação directa e, posteriormente, através de correio electrónico como forma de completar os dados em falta. Aos treinadores dos escalões de formação, foi entregue um questionário que, depois de lido individualmente com cada um deles e esclarecidas as dúvidas eventuais, foram posteriormente preenchidos. O questionário aplicado aos treinadores do FC Barcelona estava traduzido para castelhano.

2.3 Cronologia do estudo

O primeiro contacto presencial estabelecido com um dos responsáveis do FC Barcelona deu-se na última semana de Agosto de 2009 no sentido de aferir a viabilidade de aplicar o estudo no referido clube. Posteriormente, na última semana de Setembro de 2009, efectuou-se o primeiro contacto presencial com o coordenador do CD S. Bernardo com o mesmo objectivo.

A primeira entrevista foi realizada com o coordenador do CD S. Bernardo na primeira semana de Dezembro de 2009 em que aproveitámos também para realizar a distribuição dos questionários pelos restantes treinadores. A entrevista com o coordenador do FC Barcelona foi realizada na última semana de Janeiro de 2010 no decorrer da qual foram distribuídos os questionários aos treinadores principais dos restantes escalões de formação.

Os dados em falta após as entrevistas com os coordenadores dos dois clubes foram recebidos e considerados para o estudo através do correio electrónico recebido até à data de 31 de Maio de 2010.

2.4 Procedimentos na análise dos resultados

Após a recolha de todos os dados possíveis foi feita uma análise qualitativa semi-estruturada aos conteúdos dos modelos organizativos de cada um dos clubes. Posteriormente, passámos para uma análise comparativa entre os dois modelos organizativos onde aferimos as semelhanças e as divergências. No final, com base nas duas análises, registámos as nossas conclusões. De referir ainda que as referidas análises foram também realizadas com base na literatura de referência.

3. Apresentação e discussão dos resultados

3.1 Modelo organizativo do FC Barcelona

3.1.1 Recursos humanos

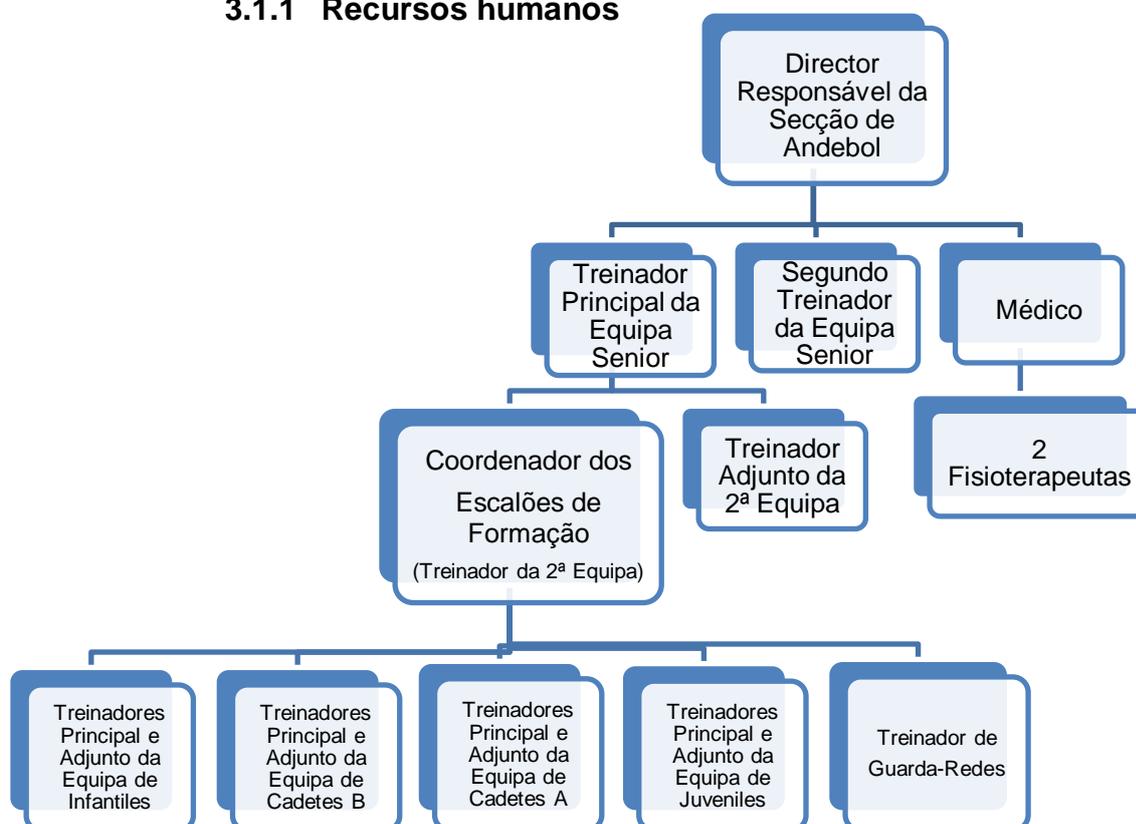


Figura 13 Organograma da estrutura organizativa do FC Barcelona

O organograma que apresentamos explicita a estrutura e as relações de dependência institucional da secção de Andebol do FC Barcelona. Deste modelo organizacional emergem as seguintes funções:

Coordenador

Idade: 36 anos.

Anos de experiência como coordenador de andebol: 8.

Anos de experiência como coordenador no clube: 2.

Formação académica: Licenciatura em Educação Física e Treinador Nacional de Andebol.

Formação pela Real Federación Española de Balonmano: Não possui.

O Coordenador apresenta um perfil com alguma experiência nas funções apesar de as exercer apenas há 2 anos no clube. Em Espanha existe um estreito relacionamento entre a Real Federación Española de Balonmano e as Faculdades, reconhecendo legitimidade e competência às mesmas para formarem treinadores de elevado nível que podem assim aceder à carreira de treinador de nível nacional de andebol.

O coordenador reúne-se com os treinadores trimestralmente. As reuniões dentro da secção de andebol são organizadas consoante as necessidades podendo reunir-se treinadores e directores em conjunto ou em separado. Apesar de cada treinador ser livre de planificar as suas unidades de treino de acordo com os seus princípios metodológicos (desde que cumpra com o documento orientador), tem de apresentar ao coordenador os planos das unidades de treino por microciclo e um relatório mensal que, depois de analisados pelo mesmo, poderão ser alvo de correcção. Para além das reuniões e da documentação referida, o coordenador ainda supervisiona 2 treinos por microciclo de cada escalão. O facto de o coordenador ser profissional facilita esta tarefa devido à necessidade de uma elevada disponibilidade de tempo.

Toda a preparação para os jogos ao nível dos transportes e respectivos horários é da exclusiva responsabilidade do Coordenador.

Equipas de apoio

Conforme se pode verificar pela tabela 1, o clube possui uma estrutura que permite uma elevada disponibilidade por parte dos seus elementos ao ter 3 profissionais em áreas distintas na secção de andebol, 1 médico, 1 director e 1 treinador. Além disso possui ainda 1 fisioterapeuta, 4 treinadores principais e 7 treinadores adjuntos semi-profissionais. Tem ainda ao seu serviço 1 fisioterapeuta amador.

Tabela 1 Recursos humanos e situação contratual do FC Barcelona.

	Profissionais	Semi-profissionais	Amadores
Directores	1	-	-
Médico	1	-	-
Fisioterapeuta	-	1	1
Psicólogo	-	-	-
Treinadores	1	4	-
Treinadores adjuntos	-	7	-

O elevado número de treinadores proporciona, em todos os escalões, a presença dos treinadores principal e adjunto nos treinos e jogos, permitindo assim trabalhar com 2 grupos de jogadores em simultâneo com supervisão constante, nomeadamente, no trabalho específico com os guarda-redes. Nos jogos todos os escalões são acompanhados por um médico e um fisioterapeuta fruto do regulamento da *Real Federación Española de Balonmano*. Os escalões de *Juveniles* e *2º Equipo* são os únicos em que se verifica o acompanhamento do fisioterapeuta nos treinos (50%).

Uma das tarefas dos treinadores adjuntos é a de trabalhar com os guarda-redes da sua equipa, o que faz com que todos os escalões tenham um treinador para trabalhar com o seu guarda-redes. Além dos treinadores adjuntos, existe ainda no clube um treinador com tarefas específicas de trabalho com os guarda-redes, trabalhando com todos os escalões e respectivos treinadores. O registo das lesões dos jogadores é da exclusiva responsabilidade do gabinete médico.

Tabela 2 Apoio presencial em treino e em jogo no FC Barcelona.

	Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo
Directores	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Médico	-	1	-	1	-	1	-	1	-	1
Fisioterapeuta	-	1	-	1	-	1	2 em 4	1	2 em 4	1
Psicólogo	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
Treinador	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
Treinador adjunto	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1

3.1.2 Recursos materiais: espaços, equipamentos e transportes

São os treinadores e os jogadores os responsáveis pela preparação do seu material para os treinos e para os jogos, sendo ainda da responsabilidade de cada jogador levar a sua bola que lhe foi atribuída no início da época.

Quanto aos recursos espaciais, o clube apresenta um elevado número de recursos e uma boa diversidade dos mesmos. Estas condições permitem o desenvolvimento de um trabalho mais completo e de melhor qualidade, reforçadas ainda pelo facto de o clube não ter equipas femininas. Ainda assim, devido à elevada carga horária dos treinos e ao facto de o

clube possuir outras modalidades *indoor* de elevados níveis competitivos, o coordenador refere como sendo um factor importante a melhor nas condições de trabalho, a necessidade de ter mais tempos para treinar no pavilhão.

Tabela 3 Quantidade de recursos espaciais do FC Barcelona.

Infra-estruturas	Quantidade
Pavilhão desportivo	2
Ginásio de musculação	2
Gabinete médico	1
Salão de tratamentos	2
Salão de vídeo	1
Sala de reunião	0

Com excepção da equipa de *Juveniles*, todas as outras treinam sempre no mesmo pavilhão. De referir ainda que os jogos das equipas de *Infantiles*, *Cadetes A* e *Cadetes B* não treinam no pavilhão onde jogam.

Tabela 4 Distribuição dos pavilhões de treino durante a semana no FC Barcelona.

Escalões/Dias	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Infantiles	Picadero	Picadero	-	Picadero	Picadero		
Cadetes B	Picadero	Picadero	Picadero	-	Picadero		
Cadetes A	-	Picadero	Picadero	Picadero	Picadero		
Juveniles	Picadero	-	Picadero	C Desp	Picadero		
2º Equipo	C Desp						

Quanto à disponibilidade de espaço para treinar, verificamos um retrocesso do escalão de *Infantiles* para *Cadetes B* no que ao treino em campo inteiro diz respeito (passam de 3h para apenas 1h30m). No escalão de *Cadetes A* continua a verificar-se menos tempo de treino a campo inteiro do que no de *Infantiles* (2h30m). Tal facto parece-nos incongruente na evolução dos jogadores, especialmente, por estarmos a abordar uma modalidade de invasão que se joga a uma velocidade cada vez maior na transição da defesa para o ataque, situação esta que apenas poderá ser trabalhada em toda a sua plenitude com as dimensões completas do campo de jogo. Como já referimos antes esta situação é reconhecida pelo coordenador, referindo como objectivo a atingir uma melhor distribuição dos espaços de treino no sentido de proporcionar melhores condições de trabalho. No escalão de *Juveniles* já verificamos um maior tempo dedicado ao trabalho em todo o campo do que nos escalões anteriores (4h30m). No escalão da *2º Equipo* o treino a meio campo já não é contemplado, verificando-se que todos os treinos são realizados com todo o campo disponível.

Tendo em conta exclusivamente as dimensões do campo de jogo (por não ser possível controlar com rigor a frequência da utilização dos espaços subjacentes), estas diferenças nas condições de treino resultam numa perda de qualidade das mesmas devido à relação jogador/espaço, reflectindo-se da seguinte forma:

- Nos *Infantiles* treinam 60% do tempo com 1 jogador/44,40m² e 40% com 1 jogador/22,20m²;

- Nos Cadetes B treinam 30% do tempo com 1 jogador/44,40m² e 70% com 1 jogador/22,20m²;

- Nos Cadetes A treinam 50% do tempo com 1 jogador/44,40m² e 50% com 1 jogador/22,20m²;

- Nos *Juveniles* treinam 82% do tempo com 1 jogador/44,40m² e 18% com 1 jogador/22,20m²;

- Na 2^o *Equipo* treinam 100% do tempo com 1 jogador/44,40m².

Tabela 5 Tempo de treino relativamente ao tipo de espaço no FC Barcelona.

Escalões/espaço	Meio campo	Todo o campo	Ginásio musculação	Sala de vídeo	Sala de reunião	Outro
Infantiles	2h	3h	-	-	-	-
Cadetes B	3h30m	1h30m	-	-	-	-
Cadetes A	2h30m	2h30m	-	-	-	-
Juveniles	1h	4h30m	*	-	-	-
2 ^o Equipo	-	8h	*	30m	-	-

*1 sessão por semana 40 vezes por época incluída no tempo de treino apresentado

Verificamos que as unidades de treino variam entre os 75 e os 90 minutos desde o escalão de *Infantiles* até ao de *Juveniles*. Ainda dentro destes escalões verificamos uma carga semanal de treino igual dos *Infantiles* até aos Cadetes A quer ao nível do número de treinos por semana, quer ao nível do tempo total de treino (4 x 1h15m = 5h). Nos *Juveniles* mantém-se o mesmo número de treinos mas o tempo total de treino sobe para 6h. A 2^o *Equipo* também treina 4 vezes por semana, somando um total de 8h de treino por semana. As unidades de treino aumentam para 2h. Ao longo de toda a formação verificamos que o número de treinos por semana é sempre o mesmo (4), sendo a sua carga aumentada através do tempo de treino nos escalões de *Juveniles* e da 2^o *Equipo*.

Tabela 6 Distribuição do tempo de treino ao longo da semana no FC Barcelona.

Escalões/Dias	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Infantiles	1h15m	1h15m	-	1h15m	1h15m	↘	
Cadetes B	1h15m	1h15m	1h15m	-	1h15m		
Cadetes A	-	1h15m	1h15m	1h15m	1h15m		
Juveniles	1h30m	-	1h15m	1h30m	1h15m		
2 ^o Equipo	2h	2h	2h	-	2h		

Todas as equipas jogam no mesmo pavilhão, apesar de não ser o pavilhão de treino dos escalões de *Infantiles*, *Cadetes B* e *Cadetes A*.

O clube não proporciona transportes para os treinos, sendo os mesmos da responsabilidade dos jogadores/pais. Quanto aos jogos, o clube não possui transportes próprios, optando por contratar uma empresa para os realizar.

3.1.3 Etapas da formação

Os jogadores são distribuídos pelas equipas de acordo com a sua idade cronológica e respectivos escalões da RFEB. Apenas têm 1 jogador dos *Cadetes A* que treina e joga pelos *Juveniles* e um outro *Juvenil* que treina e joga pela *2ª Equipa*.

O clube realiza uma planificação de carreira dos seus jogadores dos 12 aos 18 anos (*Infantiles* até entrarem na *2ª Equipa*). Neste plano englobam os pais, informando-os do percurso desportivo a realizar a partir daí e qual o papel que devem desempenhar de forma a facilitar a prática desportiva dos filhos.

A especialização paralelamente com o sentido de compromisso para com a modalidade e o clube iniciam-se logo nos *Infantiles* pois, segundo o seu coordenador, quem vai jogar andebol para o FC Barcelona não pode ter dúvidas de que é nesta modalidade e neste clube que quer investir desportivamente. As posições específicas ofensivas e defensivas começam a definir-se no escalão de *Cadetes B* (14 anos) com excepção do guarda-redes que se define logo no escalão de entrada na formação (*Infantiles*).

Não há uma planificação específica no plano mental, no entanto, é uma área reconhecida pelo coordenador e por todos os treinadores como sendo importante no desempenho desportivo dos jogadores e, por isso, têm a preocupação de acompanhar de forma próxima todos os seus jogadores nesta dimensão ao longo da época desportiva.

Nos últimos 5 anos formaram-se, aproximadamente, 180 jogadores dos quais chegaram à equipa sénior 5 (2,7%). Esta baixa percentagem é justificada pelo coordenador baseando-se no elevado padrão exigido pelos quadros competitivos de alto nível em que a equipa sénior está inserida e pelos sucessivos resultados desportivos a que se propõe alcançar (Campeão Nacional, Taça do Rei e Campeão Europeu). Outro motivo prende-se com a facilidade de contratar atletas estrangeiros (situação potenciada desde a aprovação da lei *Bosman*) que são economicamente mais vantajosos. No entanto, todos os atletas que fazem a sua formação no FC Barcelona e que chegam à *2ª Equipa*, são potenciais jogadores a representarem a selecção nacional e com presença “garantida” na *Liga Asobal*.

Tabela 7 Distribuição dos jogadores pelos respectivos escalões no FC Barcelona.

	Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo
Categorias da Federação	X	X	X	X	X	X	X	X	X	X
Categorias internas do Clube										
Maturação dos jogadores							(1*) → X	(1*) → X		X

*Jogadores que, pela idade cronológica, pertenceriam ao escalão da coluna em que estão inseridos mas foram promovidos ao escalão acima (tanto nos treinos como nos jogos).

Idade de início da prática de andebol

As crianças jogam até aos 11 anos nas escolas onde estudam. Aí são observadas e escolhidas as 18 que representam maior potencial (baseado na observação directa) e iniciam o seu percurso desportivo no clube.

Constituição dos escalões por idades

Os escalões respeitam o estabelecido pela RFEB e são ligeiramente diferentes dos de Portugal. O escalão de *Infantiles* inicia-se 1 ano mais tarde e, a partir daí, os escalões vão-se modificando de 2 em 2 anos (excepto no escalão de Cadetes em que se divide em B e A, com 1 ano de permanência em cada um deles). O clube opta por ter apenas 1 equipa por escalão procurando ter em cada um deles os melhores jogadores, no entanto, os escalões de Cadetes A e Cadetes B são de apenas 1 ano, o que provoca um número de jogadores mais elevado no mesmo espaço de tempo que os outros escalões anteriores e, conseqüentemente, uma selecção mais rigorosa nos jogadores que continuam a sua formação no clube na passagem ao escalão de *Juveniles*.

Tabela 8 Etapas de formação por idades, número de equipas e de jogadores do FC Barcelona.

Escalões	Idades	Número de equipas	Número de jogadores
Infantiles	12 – 13	1	18
Cadetes B	14	1	18
Cadetes A	15	1	18
Juveniles	16 – 17	1	18
2º Equipo	18 – 25	1	18
Equipo de Elite	15 - 19	*	16

* Jogadores eleitos dos escalões de Cadetes A, Juveniles e 2º Equipo.

Modelos de jogo em cada escalão

O clube possui um documento orientador do qual constam para cada escalão, entre outros factores organizativos, os conteúdos técnicos, táticos e físicos a serem desenvolvidos e quais os objectivos a atingir no final de cada etapa (escalão de formação).

É facilmente identificável o percurso estruturado no sentido de promover uma evolução na aquisição/domínio dos sistemas de jogo ofensivos e respectivos conteúdos ao longo dos diferentes escalões de formação, onde constatamos a manutenção dos sistemas trabalhados nos escalões anteriores e o acrescentar consecutivamente de escalão para escalão de um novo conteúdo. Apenas a partir dos *Juveniles* se verifica a preocupação de trabalhar taticamente o jogo ofensivo de acordo com o modelo de jogo da equipa sénior.

Tabela 9 Sistemas de jogo ofensivos do FC Barcelona.

Sistemas de jogo	Infantiles	Cadete B	Cadete A	Juveniles	2º Equipo
Contra defesas recuadas	Atacar aplicando os meios tácticos básicos	Atacar aplicando os meios tácticos básicos; Interligar os meios tácticos básicos; Conversão de 3:3 em 2:4 e continuidade.	Ecran + bloqueio; Iniciar a acção táctica num lado para atrair a defesa e terminar com finalização no lado contrário; Atacar aplicando os meios tácticos básicos; Interligar os meios tácticos básicos; Conversão de 3:3 em 2:4 e continuidade.	Ecran + bloqueio; Iniciar a acção táctica num lado para atrair a defesa e terminar com finalização no lado contrário; Atacar aplicando os meios tácticos básicos; Interligar os meios tácticos básicos; Conversão de 3:3 em 2:4 e continuidade. Combinações tácticas iguais às da 1ª Equipo (Senior).	Ecran + bloqueio; Iniciar a acção táctica num lado para atrair a defesa e terminar com finalização no lado contrário; Atacar aplicando os meios tácticos básicos; Interligar os meios tácticos básicos; Conversão de 3:3 em 2:4 e continuidade. Combinações tácticas iguais às da 1ª Equipo (Senior).
Contra defesas abertas	Atacar aplicando os meios tácticos básicos; Conversão de 3:3 em 2:4 e continuidade.				

Tabela 10 Modelos de jogo defensivos e de guarda-redes do FC Barcelona.

Sistemas de jogo	Infantil	Cadete B	Cadete A	Juvenil	2º Equipa
Contra ataque 3:3	nd	nd	nd	nd	nd
Contra ataque 2:4	nd	nd	nd	nd	nd
Guarda-redes					
Técnica	nd	nd	nd	nd	nd
Táctica	nd	nd	nd	nd	nd

nd – informação não disponibilizada.

3.1.4 Identificação de talentos

A identificação de talentos é feita através da observação directa do desempenho dos jogadores em contexto competitivo (jogo). Através dessa identificação começam a ser seleccionados para a *Equipo de Elite* no escalão de Cadetes B. Depois de serem incluídos nesse grupo de trabalho são-lhes realizados testes de controlo, nomeadamente, da sua maturação biológica, cálculo da estatura matura predita (idade óssea) e uma bateria de testes ao nível da condição física constituída por: lançamento de uma bola de 3kg, lançamento de uma bola de 600g, 5 x 10m, Course Narvette (*Luc Leger*) e *sit and reach*.

O clube não contempla a promoção de jogadores dentro do mesmo escalão pois só possui uma equipa por escalão, tornando tal situação impossível. No entanto, tem, actualmente, 2 jogadores promovidos entre escalões, 1 jogador Cadete A nos *Juveniles* e 1 Juvenil na 2ª *Equipo*. O responsável por essa decisão é o coordenador e a mesma é baseada na sua avaliação através da observação directa do desempenho dos jogadores em jogo.

O FC Barcelona tem um acordo com outros 3 clubes no sentido de cada um deles ficar responsável por detectar talentos na respectiva província. O FC Barcelona é responsável pela província de Barcelona ficando as restantes (Girona, Lérida e Tarragona) à responsabilidade dos outros 3 clubes. A Catalunha tem uma área de 31930Km² e, em 2004, 6813319 habitantes.

As crianças jogam até aos 11 anos nas escolas onde estudam. Aí são observadas e escolhidas as 18 que representam maior potencial (baseado na observação directa). Depois disso, a única estratégia para a captação de novos jogadores é a de um acordo com outros 3 clubes (das outras 3 regiões da Catalunha) onde cada um desses clubes fica responsável pela identificação de jogadores com potencial.

Características antropométricas

Verificamos uma média de estatura dentro dos valores de referência encontrados nas selecções de sucesso internacional conforme apresentámos nos quadros 3, 4 e 5. Ainda não têm jogadores definidos exclusivamente como pivots. Daí, a não apresentação de dados referentes a esta posição.

Tabela 11 Média da estatura e da massa corporal por posto específico da Equipo de Elite do FC Barcelona.

Posições ofensivas	Estatura (cm)	Massa Corporal (Kg)
Extremos	184	nd
1ª linha	193	nd
Guarda-redes	195	nd

nd – informação não disponibilizada.

Controlo e avaliação geral e específica

O clube realiza os mesmos testes para avaliação e controlo do treino em todos os escalões ao nível da força, da resistência, velocidade/agilidade e da flexibilidade referidos na tabela 15. Além das capacidades motoras, o clube também realiza testes e observação directa na avaliação e controlo do treino em todos os escalões ao nível do desempenho técnico, tático individual e tático colectivo.

Tabela 12 Testes realizados para controlo e avaliação do treino no FC Barcelona.

Capacidade	Test
Força	- Lançamento de uma bola de 3kg - Lançamento de uma bola de 600g
Agilidade	- 5 x 10m
Resistência	- Course Narvette (segundo Luc-Léger)
Flexibilidade	- Sit and reach

3.1.5 Relação contratual entre o clube e os jogadores

Todos os jogadores possuem apoio ao nível do material desportivo e apenas 3 ao nível do transporte. Os 8 jogadores que recebem apoio ao nível da alimentação são os mesmos a quem lhes é proporcionado alojamento.

Quanto a apoios monetários a grande maioria encontra-se no escalão da *2º Equipa* (9), havendo mais 2 *Juveniles* e 1 Cadete A. Os 2 jogadores *Juveniles* e o jogador Cadete A que recebem apoio monetário também já têm um contrato de formação a vinculá-los ao clube. Dos 9 jogadores da *2º Equipa* que recebem apoio monetário 5 têm um contrato de formação enquanto os restantes 4 já têm um contrato profissional. As condições contratuais são acordadas internamente entre clube, pais e jogadores e em função do desempenho desportivo dos últimos.

Tabela 13 Tipo de apoios que os jogadores recebem do clube (FC Barcelona).

Categoria	Alimentação	Transportes	Alojamento	Material desportivo	Monetário	Contrato de formação	Contrato profissional
Infantiles	-	2	-	18	-	-	-
Cadetes B	-	-	-	18	-	-	-
Cadetes A	2	-	2	18	2	2	-
Juveniles	2	1	2	17	1	1	-
2º Equipa	4	-	4	17	9	5	4

3.1.6 Relação com a família dos atletas

Existe a preocupação de haver um contacto com a família dos jogadores desde os *Infantiles* até aos *Juveniles*. Esse contacto é feito em grupo no início e no final de cada época, havendo a preocupação de se realizar um acompanhamento contínuo e individual de cada jogador e, caso se justifique, contactar os encarregados de educação particularmente. Existe também a preocupação de, logo à entrada no clube, explicar bem as regras internas pelas quais se regem e estabelecer regras de trabalho.

No escalão de Cadetes B, após uma melhor percepção do potencial de cada jogador, existe a preocupação de começar a planear em conjunto com as famílias o futuro desportivo do jogador e o que isso implica.

Tabela 14 Envolvimento dos encarregados de educação nos treinos, nos jogos e outras funções no clube (FC Barcelona).

Acções dos encarregados de educação	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
Leva o filho ao treino	100%	80%	80%	20%	0%
Assiste ao treino	70%	70%	70%	40%	5%
Leva o filho aos jogos em casa	100%	100%	100%	100%	5%
Assiste aos jogos em casa	100%	100%	100%	100%	80%
Assiste aos jogos fora	90%	100%	100%	100%	80%
Tem funções no clube	5%	5%	10%	5%	5%

Tabela 15 Comportamentos de pressão dos encarregados de educação sobre os filhos no FC Barcelona.

	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
Não.					
Sim mas poucas vezes.					
Sim, algumas vezes.	X	X	X	X	X
Sim, muitas vezes.					

Tabela 16 Comportamentos facilitadores dos pais para a prática desportiva dos filhos no FC Barcelona.

	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
Não.					
Sim mas poucas vezes.					
Sim, algumas vezes.	X				
Sim, muitas vezes.		X	X	X	X

Relativamente ao envolvimento familiar, podemos verificar um maior acompanhamento da prática desportiva por parte dos pais nos escalões inferiores no que toca ao transporte dos filhos para o treino e à assistência dos mesmos. Já no acompanhamento aos jogos, verificamos em todos os escalões um elevado índice de assiduidade dos pais quer nos jogos em casa quer nos jogos fora. Apenas constatamos uma grande quebra na percentagem de pais que asseguram o transporte aos filhos nos jogos em casa no escalão da 2º *Equipo*, sendo possível que a tal facto estejam associados 2 factores, terem idade para se deslocarem sozinhos em segurança nos transportes públicos ou terem já carta de condução e respectivo transporte próprio.

Quanto à existência de pressão dos pais sobre o desempenho desportivo dos filhos, constatámos que ele está presente em todos os escalões ao mesmo nível, ou seja, de facto ele existe mas a um nível relativamente baixo e que não sofre alteração de intensidade. Por outro lado, verificamos que em todos os escalões os respectivos treinadores reconhecem o esforço muitas vezes feito pelas famílias no sentido de proporcionar boas condições de prática desportiva aos filhos. No escalão de *Infantiles* esse esforço existe mas num nível inferior, ele é reconhecido como sendo feito algumas vezes. Tal diferença poderá estar associada a um

escalão etário onde o compromisso com a “carreira de andebolista” ainda não esteja completamente assumida e, por isso, os pais não considerem justificar-se grandes investimentos.

3.1.7 Coordenação com a actividade escolar

As medidas tomadas pelo clube visam ajudar e facilitar na coordenação entre as actividades desportivas e os exames assim como haver um melhor controlo psicológico. Estas medidas têm por base acordos com as direcções das escolas, o acompanhamento de uma psicóloga (apenas quando solicitada) e tutorias.

Graças a estas medidas jogadores não apresentam dificuldades em coordenar os horários escolares com os horários dos treinos. Os 16 atletas que realizam treinos bi-diários usufruem do Quadro Legal de Suporte facilitando assim a coordenação entre as suas responsabilidades académicas e a sua maior carga de treinos.

Aos jogadores é-lhes colocado como objectivo a transição de ano. Caso não o consigam são chamados directa e individualmente à atenção, correndo o risco de lhes ser diminuída a carga de treino (menos treino implica menos tempo/oportunidades de jogo).

3.1.8 Planeamento do treino em cada escalão

Para a obtenção dos dados relativos a este tópico utilizámos um questionário onde era pedido aos treinadores que expressassem o grau de importância de vários parâmetros relativos à dinâmica da carga de treino. Às questões colocadas pretendia-se que fosse atribuída uma classificação de 1 - fundamental a 5 – nada importante (ver anexo 3).

Estrutura da unidade de treino

Pela tabela apresentada podemos verificar a elevada importância dada à componente “intensidade” na estrutura da unidade de treino para todos os escalões, sendo considerada “fundamental” em todos eles. Podemos ainda constatar um padrão de regularidade desde os *Infantiles* até aos *Juveniles*, em que todas as outras componentes são classificadas como “importantes”. Ao chegarmos ao escalão de *2º Equipa*, em que a competição atinge o nível mais elevado, o padrão de classificação altera-se, em que as componentes “volume” e “duração” passam a ser também consideradas “fundamentais”, a componente “complexidade” “muito importante” e a única componente a manter a mesma classificação “importante” é a “densidade”.

Tabela 17 Classificação dos elementos de treino no FC Barcelona.

	Infantiles					Cadetes B					Cadetes A					Juveniles					2º Equipo									
Intensidade	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Densidade	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5
Volume	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1*	2	3	4	5
Duração	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1*	2	3	4	5
Complexidade	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2*	3	4	5

Estrutura da planificação do treino

Na estrutura da planificação do FC Barcelona todos os escalões de formação contemplam as unidades de “Macro ciclo”, “Mesociclo” e “Micro ciclo”. Apenas o escalão de *2º Equipo* não contempla a unidade do “Macro ciclo”. A planificação deste escalão assenta numa planificação por mesociclo em função das fases do quadro competitivo que depois se divide em microciclos em função do desempenho do jogo anterior e dos objectivos para o jogo seguinte.

Tabela 18 Elementos utilizados pelos treinadores na estrutura da planificação do FC Barcelona.

	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
Macro ciclo	X	X	X	X	
Mesociclo	X	X	X	X	X
Micro ciclo	X	X	X	X	X

Rácio treino/jogo

Através da tabela apresentada podemos verificar que em todos os escalões as percentagens dedicadas no treino para treinar e para preparar o jogo se vão alterando ao longo da época (aumentando progressivamente o tempo para preparar o jogo em detrimento do tempo para treinar). Também é facilmente identificável a tendência para dedicar mais tempo no treino para preparar o jogo à medida que subimos nos escalões até chegarmos ao último, *2º Equipo*. Neste escalão, o tempo de treino divide-se da seguinte forma:

{ - 75% para treinar (1º treino para corrigir os erros do jogo anterior + 2º e 3º treinos para trabalhar os conteúdos planificados;
- 25% para preparar o jogo (4º e último treino do microciclo);

{ - 50% para treinar (1º treino para corrigir os erros do jogo anterior + 2º treino para trabalhar os conteúdos planificado;
- 50% para preparar o jogo (3º e 4º treinos do microciclo);

{ - 25% para treinar (1º treino para corrigir os erros do jogo anterior);
- 75% para preparar o jogo (2º, 3º e 4º treinos do microciclo);
- Microciclo aplicado na fase final do campeonato.

Tabela 19 Rácio entre a preparação do jogo e o tempo dedicado às aprendizagens no FC Barcelona.

Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
Treinar	Preparar o jogo	Treinar	Preparar o jogo	Treinar	Preparar o jogo	Treinar	Preparar o jogo	Treinar	Preparar o jogo
100	0	nd	nd	80	20	nd	nd	75	25
85	15			60	40			50	50
50	50							25	75

nd – informação não disponibilizada.

3.1.9 Volume total na formação até à entrada na alta competição

Os valores apresentados reportam-se aos tempos de treino assumidos pelo clube e aos tempos de jogo de cada escalão onde se inclui a soma dos tempos das 2 partes e do intervalo. Apesar de considerarmos haver outros elementos inerentes ao jogo que influenciam a formação do jogador, como a viagem (nos jogos fora), o tempo desde a hora de chegada ao pavilhão, a activação física específica, a concentração e os descontos de tempo, não nos foi possível controlar e contabilizar com rigor esses dados. Por esse motivo, optámos por restringir-nos aos valores possíveis de contabilizar de forma segura e rigorosa.

Ao analisarmos a tabela 22, verificamos que um jogador que faça o percurso de *Infantiles* até *Juveniles* tem um crescendo contínuo na percentagem da prática do andebol em situação real de jogo (com excepção da passagem de Cadetes B para Cadetes A em que os valores são iguais). No entanto, os jogadores em quem o clube mais investe (*Equipo de Elite* e *2º Equipo*), apesar de também lhes ser aumentado percentualmente o volume do tempo em situação real de jogo na passagem de Cadetes A para *Juveniles*, apresentam valores de treino muito superiores, levando-nos a concluir que o clube considera o treino um factor mais importante na evolução e desenvolvimento dos jogadores do que o jogo, não deixando este de ser também importante e relevante no mesmo processo. Situação esta ainda mais evidente no escalão mais próximo da equipa sénior e em que o nível competitivo é mais elevado, apresentando os valores percentuais de situação real de jogo mais baixos de todos os escalões.

Tabela 20 Volume total e relação percentual entre treino e jogo por escalão no FC Barcelona.

	Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
	Treino (semana)	Jogo	Treino (semana)	Jogo						
Volume	6h	60'	6h	1h10m	6h	1h10m	6h	1h10m	8h	1h10m
Nº de semanas/jogos por época	40	30	40	30	40	30	40	32	44	36
Total (escalão)	480h	60h	240h	35h	240h	35h	480h	74h40m	1056h	126h
Percentagem	88,9%	11,1%	87,3%	12,7%	87,3%	12,7%	85,6%	14,4%	89,4%	10,6%

Tabela 21 Volume total e relação percentual entre treino e jogo na Equipe de Elite do FC Barcelona.

Equipo de Elite	Cadetes A		Juveniles		2º Equipo (1º ano)	
	Treino (semana)	Jogo	Treino (semana)	Jogo	Treino (semana)	Jogo
Volume	13h30m	1h10m	13h30m	1h10m	15h30m	1h10m
Nº de semanas/jogos por época	40	30	40	32	44	36
Total (categoria)	540h	35h	1080h	74h40m	682h	42h
Percentagem (%)	94%	6%	93,1%	6,9%	94,2%	5,8%

Nem todos os jogadores chegam à 2º Equipo, apenas e todos os que passam pela *Equipo de Elite*. Sendo assim, os que terminam a sua formação no Barcelona no escalão de *Juveniles* vão continuá-la noutra clube no escalão de 2º Equipo. Apenas seguem jogadores para a 2º Equipo com potencial para chegar à equipa sénior ou que dêem garantias de qualidade que permitam uma equipa competitiva e com potencial na 2º Equipo.

O volume total de prática desportiva, mesmo para os jogadores que passam pela *Equipo de Elite*, não chega às 10000 horas de acordo com a literatura de referência nesta área, no entanto, pelo modelo já analisado podemos concluir estar na presença de um modelo a longo prazo derivado dos anos de prática até à entrada na equipa principal.

De acordo com a tabela 24, os jogadores em quem o clube mais investe (jogadores que fazem o seu percurso através da *Equipo de Elite*) têm um acréscimo considerável no volume total de treino (49,5%), não acontecendo o mesmo na prática de jogo real em que o volume é igual. Este grupo de jogadores também é o que apresenta uma percentagem real de jogo mais baixa, reforçando a ideia já referida de o clube estrategicamente dar muita importância ao treino enquanto meio de desenvolvimento dos seus jogadores.

Tabela 22 Volume total e relação percentual na formação do FC Barcelona.

	Treino	Jogo
Volume	1440h*/2496h**/3726h***	204h40m*/330h40m**/330h40m***
Percentagem	87,6%*/88,3%**/91,9%***	12,4%*/11,7%**/8,1%***
Volume total	1644h40m*/2826h40m**/4056h40m***	

* Jogadores que terminam a sua formação no Barcelona no escalão de Juveniles, não chegam à 2º Equipo.

** Jogadores que fazem a sua formação até ao escalão de 2º Equipo mas que não passaram pela *Equipo de Elite*.

*** Jogadores que fazem a sua formação até ao escalão de 2º Equipo e que passaram pela *Equipo de Elite*.

3.1.10 Estrutura dos exercícios

Ao propormo-nos o objectivo de compreender o modelo de formação, consideramos importante analisar não só o lado organizativo mas também a forma como é aplicado na sua essência mais pura e próxima dos jogadores: o exercício. Isto porque defendemos o exercício enquanto

um estímulo muito próximo do jogador que vai certamente provocar-lhe de uma forma directa mudanças, evolução, desenvolvimento.

Podendo a estrutura do exercício ser analisada em vários factores, apresentamos a análise daqueles que considerámos mais pertinentes para o estudo em causa.

Forma

Quanto à forma, apesar de todos os treinadores trabalharem na maior parte dos exercícios com oposição, não verificamos um padrão na sequência dos escalões. De salientar o escalão de Cadetes A em que 100% dos exercícios são realizados com oposição.

Em todos os outros elementos estruturais do exercício verificamos um padrão desde o escalão de *Infantiles* até ao escalão de Cadetes A. De salientar a predominância e o equilíbrio do tempo dedicado ao desenvolvimento da técnica e da tática assim como da defesa e do ataque, apesar de neste último caso haver ligeiramente mais tempo dedicado à defesa, 5%.

No que diz respeito ao desenvolvimento da condição física, o tempo dedicado ao mesmo é constante ao longo de todos os escalões (20%) assim como o trabalho específico para os guarda-redes (15%). A preparação mental é trabalhada de forma integrada ao longo de todos os escalões por ser considerada pelos treinadores como um factor que deve ser sempre gerido, pelos jogadores, em situações próximas da realidade competitiva e, conseqüentemente, dos estímulos específicos que daí advêm.

As fases do jogo “contra-ataque” e “recuperação defensiva” são trabalhadas desde o escalão de *Infantiles* até ao escalão de Cadetes A de forma equilibrada e em pequenas percentagens, somando 10%. Apenas nos escalões seguintes a percentagem sobe para 15% mas com estratégias diferentes de trabalho, maior incidência no “contra-ataque” no escalão de *Juveniles* com 10%, enquanto no escalão de *2º Equipo* a estratégia aplicada é a de trabalhar as 2 fases sempre em simultâneo pelo facto de uma se opor à outra.

Tabela 23 Estrutura dos exercícios por escalão quanto à forma (%) no FC Barcelona.

Forma de exercício	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
Com oposição	70	80	100	80	90
Sem oposição	30	20	0	20	10
Técnica	40	40	40	30	10
Tática	40	40	40	50	70
Condição física	20	20	20	20	20
Preparação mental	Integrado	Integrado	Integrado	Integrado	Integrado
Defesa	40	40	40	35	35
Ataque	35	35	35	35	35
Guarda-redes	15	15	15	15	15
Recuperação defensiva	5	5	5	5	15
Contra-ataque	5	5	5	10	15

Objectivo

Quanto ao objectivo pretendido nos exercícios, podemos verificar que é unânime o conceito dos treinadores em dar a mesma importância à análise do passado e à perspectivação do futuro. Por outras palavras, aplicam o conceito de flexibilizar a sua planificação de acordo com o que já conseguiram atingir e o que ainda pretendem obter.

Tabela 24 Planificação dos exercícios e definição dos objectivos em função do tipo de análise/perspectiva do treinador no FC Barcelona.

Objectivo	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
Análise do passado.					
Perspectivação do futuro.					
Mesma importância.	X	X	X	X	X

Componentes estruturais

Relativamente às componentes estruturais constatamos que todas são consideradas, no mínimo, “importantes”, no entanto, nenhuma é considerada “fundamental”. Do escalão de *Infantiles* até ao escalão de Cadetes B, a análise é igual, onde a “tomada de decisão” sobressai por ser a única considerada como “muito importante”, enquanto as restantes são consideradas “importantes”. Na passagem para o escalão de *Juveniles* e na continuação até ao escalão de *2º Equipo*, verificamos que a “técnica” continua a ser “importante” mas é a única componente a manter-se neste nível, enquanto todas as outras passam a ser consideradas “muito importantes”.

Tabela 25 Classificação das componentes do exercício em função da performance do jogador no FC Barcelona.

Componentes estruturais	Infantiles					Cadetes B					Cadetes A					Juveniles					2º Equipo									
Tomada de decisão	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5
Físico	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5
Cooperação	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5
Coordenação	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5
Táctico	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5
Técnico	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5

3.1.11 Opções estratégicas na abordagem do jogo

Através da análise desta tabela podemos constatar algumas incoerências. Nomeadamente, todos os treinadores elaboram um plano de jogo com base em informações da sua equipa e das equipas adversárias, no entanto, é curioso verificar que é a partir do 2º escalão mais alto (*Juveniles*) que há um maior número de factores relativos à sua própria equipa na preparação do plano de jogo. Tal facto leva-nos a ponderar a probabilidade dos treinadores dos escalões

superiores apresentarem um maior foco na sua equipa, enquanto os treinadores dos escalões inferiores revelam o mesmo nível de preocupação com os aspectos relativos aos adversários.

Na elaboração do plano de jogo apenas o treinador de *Infantiles* não usa como conceito a respectiva planificação dos conteúdos, o que consideramos incorrecto em qualquer escalão de formação, especialmente no escalão mais baixo em que defendemos que deveria ser um dos alicerces principais.

Um comportamento padrão verificado é que todos os treinadores recorrem à visualização das equipas adversárias em jogo, seja através de vídeo ou *in loco*. O mesmo acontece quanto à sua equipa com excepção do treinador dos Cadetes A.

Tabela 26 Conceitos em que os treinadores se baseiam para elaborar o seu plano de acção para os jogos no FC Barcelona.

	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
Equipa adversária					
Conhecimento empírico		X			X
Dados estatísticos		X		X	X
Ver/analisar jogos	X	X	X	X	X
Classificação no campeonato					
A sua equipa					
Conhecimento empírico		X		X	X
Dados estatísticos					X
Ver/analisar jogos	X	X		X	X
Classificação no campeonato					
Planificação dos conteúdos		X	X	X	X

Gestão do tempo de jogo dos atletas

Ao analisarmos a tabela 29 podemos concluir que os treinadores não são apologistas de uma definição prévia e inflexível na gestão do tempo de jogo dos seus jogadores. Tendo em conta o critério muito generalista definido pelo treinador da equipa dos Cadetes A, assumimos que se verifica uma evolução no sentido de, progressivamente, dar-se mais importância ao desempenho observável e a adaptação à equipa adversária e menos importância ao respeito pelas regras e pelos adversários. Como factores sempre presentes e influentes foram seleccionados a gestão emocional nas diferentes variantes, a eficácia, a condição física e o respeito pelos treinadores e colegas de equipa, evidenciando aqui a importância dada à equipa enquanto grupo unido e em harmonia

Tabela 27 Critérios usados na gestão do tempo de jogo dos jogadores no FC Barcelona.

	Infantiles					Cadetes A**					2º Equipo				
Definido antes do jogo mas pode ser alterado	1	2	3	4	5*	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5*
Definido antes do jogo e é inalterável	1	2	3	4*	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5*
Respeito pelos adversários	1	2	3*	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4*	5
Desempenho observável	1	2	3*	4	5	1	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Gestão emocional perante o erro	1	2*	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2*	3	4	5
Respeito pelos colegas de equipa e treinador	1*	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2*	3	4	5
Tomada de decisão	1*	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2*	3	4	5
Características individuais do adversário	1	2*	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2*	3	4	5
Gestão emocional perante os conflitos	1	2*	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2*	3	4	5
Respeito pelas regras do jogo	1	2	3*	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4*	5
Eficácia	1*	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2*	3	4	5
Condição física	1*	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2*	3	4	5
Características colectivas do adversário	1	2	3	4*	5	1	2	3	4	5	1*	2	3	4	5

**O único critério que o treinador utiliza na gestão do tempo dos jogadores é que todos devem jogar porque todos são necessário para os jogos importantes.

Nota: Os treinadores de Cadetes B e de *Juveniles* não preencheram esta tabela.

3.2 Modelo organizativo do Centro Desportivo São Bernardo

3.2.1 Recursos humanos

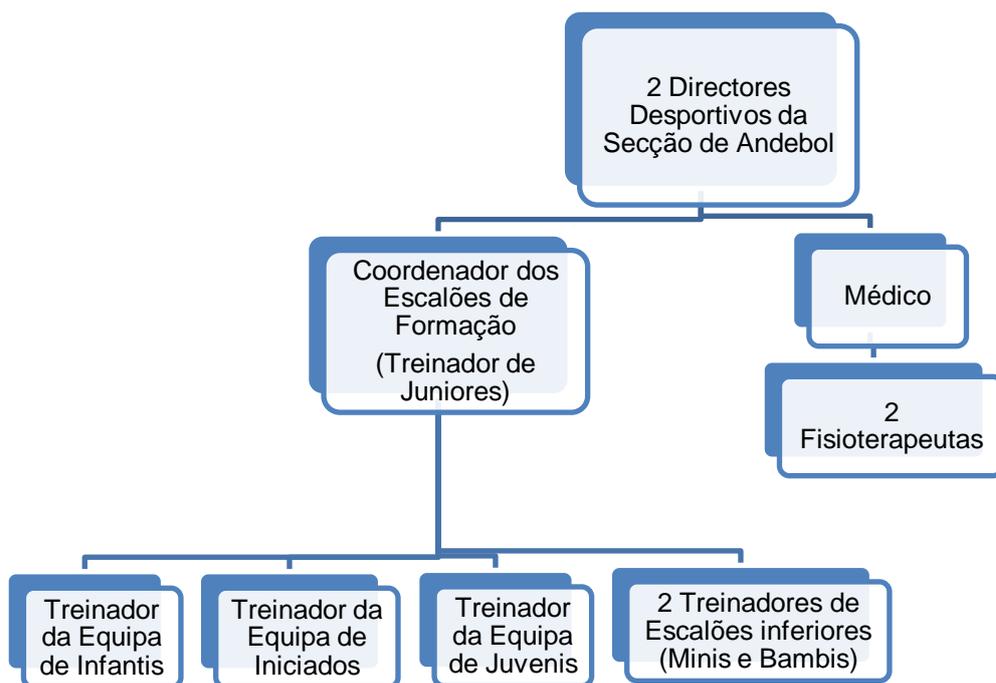


Figura 14 Organograma da estrutura organizativa do CD S. Bernardo

O organograma que apresentamos explicita a estrutura e as relações de dependência institucional da secção de Andebol do Centro Desportivo S. Bernardo. Deste modelo organizacional emergem as seguintes funções.

Coordenador

Idade: 47 anos.

Anos de experiência como coordenador de andebol: 25

Anos de experiência como coordenador no clube: 6

Formação académica: Licenciado em Educação Física

Formação pela Federação de Andebol de Portugal: *Master Coach*

Não são realizadas reuniões entre coordenador e treinadores por falta de disponibilidade dos mesmos. Os assuntos a tratar entre si são discutidos através de encontros circunstanciais. Pelo mesmo motivo não são realizadas reuniões entre treinadores e directores. Assim, o clube opta por uma maior autonomia em cada escalão, sendo a preparação dos transportes e respectivos horários para os jogos da responsabilidade do respectivo treinador e dirigente.

É um clube predominantemente semi-profissional e amador, contando apenas com 2 directores e 6 treinadores semi-profissionais e nenhum elemento profissional. Na área técnica tem apenas 1 treinador por cada escalão (os outros 2 treinadores contabilizados correspondem a 2 escalões abaixo dos Infantis).

Em todos os escalões verificamos a presença de apenas 1 treinador nos treinos e nos jogos (com a excepção do escalão de Juniores em que apresentam 2 treinadores nos jogos). Na área directiva verifica-se um ligeiro maior acompanhamento no escalão de infantis nos jogos, apresentando, por vezes, 2 directores.

Tabela 28 Recursos humanos do CD S. Bernardo.

	Profissionais	Semi-profissionais	Amadores
Directores	-	2	6
Médico*	-	-	-
Fisioterapeuta*	-	-	2
Psicólogo	-	-	-
Treinadores	-	4 + 2	-
Treinadores adjuntos	-	-	-

*Profissionais nas suas áreas de intervenção com acordo de colaboração com o clube.

Equipas de apoio

Cada escalão tem apenas um treinador, tendo de assumir este todas as funções referentes à concretização do treino. Pelo motivo apresentado o Clube não possui recursos humanos suficientes para ter treinadores com funções específicas referentes ao treino de guarda-redes. Apenas no escalão de Juniores se verifica a existência de um treinador adjunto nos jogos (treinador dos Juvenis), pois nos treinos essa situação já não se verifica.

As lesões dos jogadores são comunicadas pelo treinador de cada escalão ao fisioterapeuta e/ou médico, conforme a gravidade da mesma.

Tabela 29 Equipas de apoio presencial em treino e em jogo do CD S. Bernardo.

	Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniões	
	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo
Directores	1	1	-	1	1	1 ou 2	1	1
Médico	-	-	-	-	-	-	-	-
Fisioterapeuta	-	-	-	-	-	-	1	1
Psicólogo	-	-	-	-	-	-	-	-
Treinador	1	1	1	1	1	1	1	1
Treinador adjunto	-	-	-	-	-	-	-	1

3.2.2 Recursos materiais: espaços, equipamentos e transportes

O material de treino dos treinadores é preparado pelo próprio e o mesmo acontece com o material de treino dos jogadores, sendo cada um deles responsável pelo seu material. As bolas são da propriedade do Clube e são os treinadores que as preparam para os seus treinos.

Possuem todos os tipos de espaço necessários ao desenvolvimento da modalidade, necessitando de 2 pavilhões em locais diferentes para os treinos de campo.

Para efeito de transporte dos jogadores, o Clube possui 2 carrinhas através das quais o clube proporciona transporte para o treino a todos os jogadores que necessitam assim como para os jogos. Este transporte abrange, no total de todos os escalões da formação, um raio de acção de 30km.

Tabela 30 Quantidade de recursos espaciais do CD S. Bernardo.

Infra-estruturas	Quantidade
Pavilhão desportivo	2
Ginásio de musculação	1
Gabinete médico	1
Sala de tratamentos	1
Sala de vídeo	1
Sala de reunião	1

Todas as equipas treinam só no pavilhão do Clube com excepção das equipas de Infantis e de Juvenis que treinam 1 vez por semana na Escola de São Bernardo e em Aradas respectivamente. Por vezes, as equipas de Infantis e de Juvenis treinam ao sábado.

Tabela 31 Distribuição dos pavilhões de treino durante a semana no CD S. Bernardo.

Escalões/dias	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Infantis	S. Bernardo		Escola SB		S. Bernardo	S. Bernardo*	
Iniciados		S. Bernardo					
Juvenis	S. Bernardo	S. Bernardo	Aradas	S. Bernardo	S. Bernardo	S. Bernardo*	
Juniores	S. Bernardo						

*Pontualmente.

Relativamente ao tipo de espaço utilizado para treinar, verificamos uma predominância de treino a meio campo com excepção do escalão de Iniciados. No entanto, neste último, pelo facto de ter 2 equipas com um total de 35 jogadores acaba por traduzir-se na mesma situação em que se encontram os outros escalões, ficando cada equipa de Iniciados com metade do campo para treinar. Esta tabela reflecte uma clara dificuldade na gestão de espaços que assegurem boas condições de treino. Pelo facto de o andebol ser um jogo colectivo de invasão e da fase do contra-ataque, assim como a velocidade que lhe está inerente, assumir um peso cada vez maior nos desempenhos das equipas, as condições em que se realizam os treinos destes escalões de formação são um obstáculo ao bom desenvolvimento táctico dos jogadores. Facto este facilmente identificável na relação jogador/espaço que seguidamente apresentamos. À semelhança do conceito anteriormente aplicado na análise da relação jogador/espaço do FC Barcelona, também aqui tivemos apenas em conta exclusivamente as dimensões do campo de jogo (por não ser possível controlar com rigor a frequência da utilização dos espaços subjacentes) reflectindo-se da seguinte forma:

- Nos Infantis treinam 66,6% do tempo com 1 jogador/16m² e 33,3% 1 jogador/32m²;
- Nos Iniciados treinam 100% do tempo com 1 jogador/22,85m²;
- Nos Juvenis treinam 100% do tempo com 1 jogador/23,52m²;
- Nos Juniores treinam 80% do tempo com 1jogador/22,20m² e 20% 1 jogador/44,40m².

Tabela 32 Tempo de treino relativamente ao tipo de espaço no CD S. Bernardo.

	Meio campo	Todo o campo	Ginásio musculação	Sala de vídeo	Sala de reunião	Outro
Infantis	3h + 1h30m*	1h30m				
Iniciados		6h (2eq)				
Juvenis	4h30m + 1h30m*	1h30m (2eq)				
Juniores	6h	1h30m				

*Treino de sábado (pontualmente).

As unidades de treino de todos os escalões têm a mesma duração, 1h30m, não verificando nesta componente estrutural qualquer evolução ao longo do processo de formação.

A frequência de unidades de treino por semana aumenta de 3 para 4 na passagem do escalão de Infantis para Iniciados, mantendo-se depois no escalão de Juvenis (apesar dos 5 treinos apresentados nos dias úteis, os mesmos são distribuídos pelas 2 equipas do escalão, frequentando os jogadores de cada um apenas 4) e volta a aumentar para 5 unidades de treino por semana no escalão de Juniores. Assim, é evidente a opção pelo aumento da carga de treino no microciclo ao longo da formação através da frequência de unidades de treino, não se verificando o mesmo no que diz respeito à duração das mesmas.

Tabela 33 Distribuição do tempo de treino ao longo da semana no CD S. Bernardo.

	Segunda	terça	quarta	quinta	sexta	sábado	domingo
Infantis	1h30m		1h30m		1h30m	1h30m*	
Iniciados		1h30m	1h30m	1h30m	1h30m		
Juvenis	1h30m	1h30m	1h30m	1h30m	1h30m	1h30m*	
Juniores	1h30m	1h30m	1h30m	1h30m	1h30m		

*Pontualmente

Todas as equipas jogam no pavilhão do clube, não revelando necessidade de solicitar outras instalações desportivas para dar resposta a esta actividade.

O clube possui transportes próprios para os treinos e para os jogos, disponibilizando a todos os jogadores que necessitam de transporte para qualquer uma das 2 situações. No caso dos escalões mais baixos é prática comum os pais colaborarem nos transportes para os jogos que a isso obriguem. Nas saídas para os jogos fora a norma é viajarem todos juntos e, por isso, de autocarro. Estes transportes são ainda partilhados com a equipa sénior.

3.2.3 Etapas da formação

O clube não elabora planos de carreira para os seus atletas e, apesar de não ser imposto pelo clube, os mesmos não praticam qualquer outro desporto em paralelo. A nomenclatura aplicada às suas etapas de formação é a mesma da FAP para os respectivos escalões de formação em função das suas datas de nascimento.

Todos os jogadores de todos os escalões são distribuídos pelos treinos e jogos de acordo com a sua maturação de jogo e biológica (observação directa). No entanto, não existem jogadores promovidos entre escalões, apenas dentro do mesmo escalão nas equipas de Iniciados e de Juvenis. A especialização é promovida no escalão de Iniciados (13 – 14 anos), etapa em que começam a definir as posições específicas ofensivas e defensivas de cada um. Relativamente à tomada de decisão de assumir um compromisso com a modalidade e com o clube, esta ocorre na passagem para o escalão de Juniores (17 – 18 anos).

Os treinadores têm a preocupação de desenvolver as capacidades mentais dos jogadores estimulando-os de uma forma mista (tarefa/ego). No entanto, este é um trabalho gerido diariamente sem quaisquer planificações ou objectivos definidos.

Nas últimas 5 épocas chegaram à equipa sénior 35 jogadores oriundos das suas equipas de formação (17,5%). Os restantes que não foram seleccionados para a equipa sénior chegaram a jogar na 1^o Divisão de seniores em representação de outros clubes.

Tabela 34 Distribuição dos jogadores pelos respectivos escalões no CD S. Bernardo.

	Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniors	
	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo
Categorias da Federação								
Categorias internas do Clube								
Maturação dos jogadores*	X	X	X	X	X	X	X	X

*Maturação biológica avaliada através de observação directa e desempenho em situação real de jogo.

Idade de início da prática de andebol

As crianças podem começar a jogar em qualquer idade. Oficialmente, à semelhança de outros clubes, o GD S. Bernardo proporciona o início da prática aos 7 anos de idade no escalão de Bambis (7 – 8 anos) ao qual se segue o de Minis (9 – 10) para só depois entrarem no primeiro escalão que faz parte deste estudo, os Infantis.

Constituição dos escalões por idades

O número de jogadores por escalão é superior nos escalões intermédios (Iniciados e Juvenis), verificando-se depois uma selecção mais rigorosa na passagem para o escalão de Juniores traduzida num menor número de jogadores (quase metade). No escalão de Infantis, apesar de ter mais jogadores do que nos Juniores, verificamos haver menos praticantes do que nos escalões acima, criando assim algum desequilíbrio na base da pirâmide. Ainda neste escalão podemos constatar uma situação delicada que é o facto de haver 25 jogadores para apenas 1 equipa (14 jogadores), o que implica haver 11 jogadores de fora por cada jogo e certamente uma grande capacidade de gestão dos índices motivacionais dos jogadores por parte do seu treinador.

Tabela 35 Etapas de formação por idades, número de equipas e de jogadores do CD S. Bernardo.

Escalões	Idades	Número de equipas	Número de jogadores
Infantis	11 – 12	1	25
Iniciados	13 – 14	2	35
Juvenis	15 – 17	2	34
Juniors	18 – 20	1	18

Modelos de jogo em cada escalão

Relativamente ao modelo de jogo apresentado pelo clube podemos concluir que todos os escalões aplicam os mesmos modelos de jogo ofensivos perante os 2 modelos defensivos apresentados.

Tabela 36 Sistemas de jogo ofensivos do CD S. Bernardo.

Sistemas de jogo	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Contra defesas recuadas	Ataque 3:3 Conhecimento das funções de cada posto específico; Entradas a 2º pivot.	Ataque 3:3 Conhecimento das funções de cada posto específico; Entradas a 2º pivot; Cruzamentos.	Ataque 3:3 Conhecimento das funções de cada posto específico; Entradas a 2º pivot; Cruzamentos; Meios tácticos de grupo.	Ataque 3:3 Conhecimento das funções de cada posto específico; Entradas a 2º pivot; Cruzamentos; Meios tácticos de grupo; Movimentações da equipa sénior.
Contra defesas abertas	Ataque 2:4 *	Ataque 2:4 *	Ataque 2:4 *	Ataque 2:4 *

*Aplicam-se os mesmos sistemas e respectivos conteúdos apresentados no ataque 3:3 mas adaptados ao ataque 2:4.

Através da análise desta tabela facilmente detectamos o acumular de sistemas de jogo defensivos de escalão para escalão até chegarem ao escalão de Juniores com praticamente todos os sistemas de jogo defensivos trabalhados (não trabalham a defesa individual). A recuperação defensiva só é trabalhada a partir do escalão de Iniciados e as defesas mistas a partir do escalão de Juvenis.

No trabalho desenvolvido com os guarda-redes, verificamos a preocupação de ensinar as execuções básicas e padronizadas para depois, a partir dos Juvenis, optarem por uma “escola” claramente definida com características específicas que é reconhecida pelo meio andebolístico como uma das melhores do mundo. Quanto aos conteúdos tácticos constatamos que desde cedo (Infantis) seguem uma linha orientadora de associar o trabalho de coordenação entre o guarda-redes e o bloco defensivo.

Tabela 37 Sistemas de jogo defensivos e do guarda-redes do CD S. Bernardo.

Sistemas de jogo	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Sistemas defensivos	6:0; 3:2:1	6:0; 3:2:1; 5:1 Recuperação defensiva.	6:0; 3:2:1; 5:1; 5+1; 4+2 Recuperação defensiva.	6:0; 3:2:1; 5:1; 5+1; 4+2; 4:2 Recuperação defensiva.
Guarda-redes	Técnica Defesa Clássica Táctica Bloco	Defesa Clássica Bloco	Defesa Sueca Bloco	Defesa Sueca Bloco

3.2.4 Identificação de talentos

A partir dos 6 anos até aos 12 o clube realiza actividades nas escolas como estratégia para recrutar jogadores. A partir do escalão de Iniciados, apresenta como estratégias acordos com outros clubes e cada jogador trazer 1 amigo. Estas estratégias de recrutamento são realizadas num raio de acção de, no máximo, 5km.

A identificação de talentos é feita através de observação directa, tendo em conta o desempenho dos jogadores em situação real de jogo, servindo também de referência os testes realizados na avaliação e controlo do treino. Esta identificação abrange as idades compreendidas entre os 10 e os 14 anos. Os jogadores seleccionados poderão ser promovidos dentro do mesmo escalão (no caso dos Iniciados e dos Juvenis que possuem 2 equipas cada um) ou para o escalão acima. No primeiro caso a tomada de decisão é da responsabilidade do treinador do próprio e no segundo caso é do treinador do próprio e do treinador do escalão acima para onde é proposto.

É o treinador da equipa sénior o responsável pela selecção de jogadores para a sua equipa. Aos jogadores oriundos da formação que não sejam seleccionados para a equipa sénior, é-lhes concedida a desvinculação do clube para que possam continuar a sua prática desportiva em representação de qualquer outro clube que desejem.

Características antropométricas

Apenas na posição específica de pivot o clube apresenta valores de estatura dentro dos valores de referência internacional. Em todas as outras posições as médias apresentadas estão significativamente abaixo (principal incidência na posição de guarda-redes). Tendo em conta a forte influência da estatura no desempenho desportivo da modalidade ao mais alto nível, identificamos aqui um factor de desvantagem e a merecer especial atenção por parte dos responsáveis pela detecção de talentos.

Tabela 38 Médias da estatura e massa corporal por posto específico da equipa de Juniores do CD S. Bernardo.

Posições ofensivas	Estatura (cm)	Massa corporal (kg)
Extremos	176	nd
1ª linha	188	nd
Guarda-redes	181	nd
Pivot	192	nd

nd – informação não disponibilizada.

Controlo e avaliação geral e específica

O clube realiza avaliação e controlo do treino com base nos testes apresentados na tabela anterior visando as capacidades motoras força, resistência, velocidade, coordenação e flexibilidade (específica para guarda-redes). Estes testes são os mesmos para todos os escalões, sendo o de flexibilidade aplicado só a partir dos Iniciados.

No que diz respeito aos desempenhos técnico-tático individual e colectivo, o clube também faz controlo e avaliação do desempenho dos seus jogadores em todos os escalões de formação. No entanto, nesta área ele é baseado apenas na observação directa.

Tabela 39 Testes realizados para controlo e avaliação do treino no CD S. Bernardo.

Capacidade	Teste
Força	2' de abdominais 1'40" de lombares Salto Horizontal
Resistência	Vai e vem (segundo Luc-Léger) ou Cooper
Velocidade	5m 20m 6 x 20m
Coordenação	Equilíbrio em apoio unipedal estático.
Flexibilidade	Poste - poste em espargata (só para os guarda-redes e a partir dos Iniciados)

3.2.5 Relação contratual entre o clube e os jogadores.

Apenas 4 jogadores do escalão de Juniores são contemplados com apoios, nomeadamente, nas áreas da alimentação, transportes e alojamento. Apenas 2 jogadores do escalão de Juniores têm contrato de formação, relativamente aos quais diferentes factores contribuem para as condições contratuais, nomeadamente, a família, a federação e o desempenho do jogador.

Tabela 40 Tipo de apoio que os atletas recebem do clube (CD S. Bernardo).

Categoria	Alimentação	Transportes	Alojamento	Material desportivo	Monetário	Contrato de formação	Contrato profissional
Infantis	-	-	-	-	-	-	-
Iniciados	-	-	-	-	-	-	-
Juvenis	-	-	-	-	-	-	-
Juniores	4	4	4	-	-	2	-

3.2.6 Relação com a família dos atletas

O clube tem como linha orientadora a promoção de um relacionamento próximo e saudável com as famílias dos jogadores.

Preferencialmente, o contacto é estabelecido por família e com uma frequência variável em função das necessidades que qualquer uma das partes sinta. Desta forma, não existe um período previamente estipulado para marcar reuniões com os familiares dos jogadores, podendo estas ocorrerem ao longo de toda a época.

Os contactos têm por objectivo coordenar os esforços entre o clube e a família no sentido de melhorar a prestação desportiva e de aumentar o sucesso escolar. Relativamente ao último ponto, o clube não exige o sucesso escolar por considerar que tal exigência pode assumir a forma de pressão acabando por ter um efeito negativo no jogador.

Tabela 41 Envolvimento dos encarregados de educação nos treinos, nos jogos e outras funções no clube no CD S. Bernardo.

Acções dos Encarregados de Educação	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Leva o filho ao treino	70%	nd	44%	20%
Assiste ao treino	15%	nd	17%	10%
Leva o filho aos jogos em casa	90%	nd	50%	50%
Assiste aos jogos em casa	80%	nd	59%	40%
Assiste aos jogos fora	10%	nd	25%	10%
Tem funções no clube	5%	nd	5%	15%

nd – informação não disponibilizada.

Tabela 42 Comportamentos de pressão dos encarregados de educação sobre os filhos no CD S. Bernardo.

	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Não.	X	X	X	X
Sim mas poucas vezes.				
Sim, algumas vezes.				
Sim, muitas vezes.				

Tabela 43 Comportamentos facilitadores dos pais para a prática desportiva dos filhos no CD S. Bernardo.

	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Não.	X			
Sim mas poucas vezes.		X	X	X
Sim, algumas vezes.				
Sim, muitas vezes.				

Pelas percentagens apresentadas podemos concluir que o envolvimento familiar vai diminuindo à medida que subimos nos escalões de formação. Uma informação interessante a retirar é que nenhum dos parâmetros avaliados obtém 100% do envolvimento dos encarregados de educação em qualquer escalão.

Os parâmetros que registam um maior envolvimento dos encarregados de educação são os mesmos em todos os escalões e referem-se ao levar o filho ao jogo em casa e ao assistir a esse mesmo jogo. Em todos os escalões constatamos que há encarregados de educação envolvidos no exercício de funções no clube.

Em nenhum dos escalões os treinadores identificam quaisquer comportamentos de pressão por parte dos encarregados de educação relativamente aos seus educandos durante a prática desportiva.

O escalão de Infantis é o único em que o treinador não reconhece qualquer esforço por parte dos encarregados de educação no sentido de facilitar a prática desportiva dos filhos. Em todos os outros escalões verificamos o reconhecimento por parte de todos os treinadores no esforço que as famílias fazem, no entanto, consideram que tal acontece poucas vezes.

Se por um lado, conforme afirmámos na análise da tabela anterior, não existe pressão por parte dos encarregados de educação também não lhes é reconhecido o esforço para facilitar a prática desportiva dos filhos. Tal comportamento leva-nos a ponderar 2 hipóteses: não se esforçam porque as condições necessárias já estão criadas e, por isso, não precisam ou, associando os 2 comportamentos, manifestam alguma indiferença relativamente à prática desportiva dos filhos.

3.2.7 Coordenação com a actividade escolar

Não têm jogadores a usufruir do Quadro Legal de Suporte nem qualquer tipo de acordo com direcções de escolas. Como consequência têm um número considerável de jogadores com dificuldades em coordenar os horários escolares com os dos treinos.

Apesar de estabelecerem como objectivo o sucesso escolar, não o fazem intransigentemente. Como tal, em caso de insucesso escolar por parte de um jogador, não são aplicadas quaisquer sanções, optando-se pelo diálogo com os encarregados de educação.

Existe portanto uma preocupação em estabelecer contacto com a família dos jogadores e, em conjunto, desenvolver estratégias que ajudem na coordenação entre a prática do andebol e a escolaridade no sentido de obter o melhor desempenho possível em ambos. Estas estratégias baseiam-se no acompanhamento, no diálogo e no apoio através de um centro de explicações dentro das instalações do clube, tendo o cuidado de não causar demasiada pressão no que aos resultados escolares diz respeito.

3.2.8 Planeamento do treino em cada escalão

Para a obtenção dos dados relativos a este tópico utilizámos um questionário onde era pedido ao coordenador que expressasse o grau de importância de vários parâmetros relativos à dinâmica da carga de treino. Às questões colocadas pretendia-se que fosse atribuída uma classificação de 1 - fundamental a 5 – nada importante (ver anexo ?).

Estrutura da unidade de treino

Todos os elementos de treino em todos os escalões são considerados no mínimo muito importantes. Os elementos classificados como fundamentais em todos os escalões foram a densidade e a duração, revelando assim a preocupação de todos os treinadores em proporcionarem aos seus jogadores unidades de treino longas com uma elevada percentagem de tempo útil de empenhamento motor.

A intensidade e o volume são os elementos cuja importância aumenta ao longo do percurso na formação enquanto a complexidade diminui.

Tabela 44 Classificação dos elementos de treino no GD S. Bernardo.

	Infantis					Iniciados					Juvenis					Juniors				
Intensidade	1	2*	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Densidade	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Volume	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1*	2	3	4	5
Duração	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Complexidade	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5

Estrutura da planificação do treino

Relativamente à estrutura da planificação verificamos uma grande heterogeneidade na organização da mesma por parte dos diferentes treinadores, evidenciando alguma incoerência e eventual desarticulação numa sequência e metodologia que deveriam ser lógicas numa perspectiva progressiva ou uniforme.

A incoerência mencionada é constatada quando:

- Apenas no escalão de Juniores verificamos o elemento macrociclo, considerando nós que a sua aplicação é justificável quanto mais descemos no escalão de formação;
- Não há nenhum elemento que seja aplicado em todos os escalões;

- Apenas os escalões de Infantis e de Juvenis apresentam a mesma estrutura de planificação.

Tabela 45 Elementos utilizados pelos treinadores na estrutura da planificação do CD S. Bernardo.

	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Macro ciclo				X
Mesociclo	X	X	X	
Micro ciclo	X		X	X

Capacidades motoras trabalhadas por escalão

Para a obtenção dos dados relativos a este tópico utilizámos um questionário onde era pedido ao coordenador que expressasse o grau de importância de vários parâmetros relativos à dinâmica da carga de treino. Às questões colocadas pretendia-se que fosse atribuída uma classificação de 1 – muito trabalhada a 4 – não é trabalhada (ver anexo ?).

Ao analisarmos a tabela 46 podemos concluir que os treinadores trabalham todos os parâmetros apresentados em todos os escalões. O treinador da equipa de Infantis opta por dar a mesma importância a todas as capacidades motoras trabalhando todas elas. A força reactiva e a flexibilidade são capacidades motoras “pouco trabalhadas”, assumindo assim menos importância na dinâmica da carga de treino das equipas de Juvenis e de Juniores, ao contrário da coordenação que é a única “muito trabalhada”. No escalão de Iniciados o treinador dá mais ênfase ao desenvolvimento das resistências aeróbia e anaeróbia e das forças máxima e resistente. As restantes capacidades motoras mantêm o mesmo nível de dinâmica de carga de treino ao longo dos 4 escalões apresentados. Parece-nos uma sequência pouco coerente com as janelas de oportunidade, particularmente nos factores de resistência anaeróbia e força máxima.

Tabela 46 Capacidades motoras trabalhadas em cada escalão no CD S. Bernardo.

	Infantis				Iniciados				Juvenis				Juniores			
Coordenação	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1*	2	3	4	1*	2	3	4
Resistência aeróbia	1	2*	3	4	1*	2	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4
Resistência anaeróbia	1	2*	3	4	1*	2	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4
Força máxima	1	2*	3	4	1*	2	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4
Força resistente	1	2*	3	4	1*	2	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4
Força rápida/explosiva	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4
Força reactiva	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2	3*	4	1	2	3*	4
Velocidade máxima	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4
Velocidade de aceleração	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4
Tempo de reacção	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4
Velocidade de execução	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2*	3	4
Flexibilidade	1	2*	3	4	1	2*	3	4	1	2	3*	4	1	2	3*	4

Rácio treino/jogo

Todos os treinadores dedicam tempos de treino específicos e distintos para as aprendizagens planificadas e para preparar os jogos. Verificamos que a percentagem do tempo de treino dedicada à preparação do jogo aumenta dentro de cada escalão ao longo da época (podendo estar associado às fases finais dos campeonatos nacionais das quais o clube é participante regular). À medida que subimos nos escalões o valor percentual dedicado ao jogo é maior desde o início da época e atinge o seu valor máximo (50%) na última fase da época do escalão de Juniores. É também no escalão de Juniores o único em que verificamos haver uma evolução sequencial das percentagens para treino e para jogo dividida em 3 fases.

Tabela 47 Rácio entre a preparação do jogo e o tempo dedicado às aprendizagens (%) no CD S. Bernardo.

Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniores	
Treino	Preparar o jogo	Treino	Preparar o jogo	Treino	Preparar o jogo	Treino	Preparar o jogo
85%	15%	80%	20%	80%	20%	70%	30%
80%	20%	70%	30%	70%	30%	60%	40%
						50%	50%

3.2.9 Volume total na formação até à entrada na alta competição

À semelhança da estratégia adoptada na recolha e análise de dados referentes aos tempos de treino e de jogo do FC Barcelona, também em relação ao CD S. Bernardo optámos por considerar o tempo de jogo como a soma do tempo das 2 partes com o tempo do intervalo por não haver forma de controlar e contabilizar com rigor os outros elementos inerentes ao jogo já mencionados.

Verificamos um aumento consecutivo do tempo total de treino de escalão em escalão sendo de realçar que o aumento entre os escalões de Juvenis e de Juniores deve-se a uma época mais extensa (mais 2 semanas e com treinos bi-diários) e não pelo volume do microciclo em si. Também constatamos um aumento do tempo de total de jogo na passagem do escalão de Iniciados para Juvenis como consequência do aumento simultâneo do tempo de jogo e do número. A realização do mesmo número de jogos entre os escalões de Infantis e de Iniciados e entre os escalões de Juvenis e de Juniores associada ao crescendo constante do volume total de treino, implica uma sequência não uniforme na percentagem do volume dedicado ao treino e ao jogo. Assim, constatamos ser o escalão de Iniciados com o menor valor percentual de tempo dedicado ao jogo e o de Infantis com o valor mais elevado.

Tabela 48 Volume total e relação percentual entre treino e jogo por escalão no CD S. Bernardo.

	Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniões	
	Treino (semana)	Jogo	Treino (semana)	Jogo	Treino (semana)	Jogo	Treino (semana)	Jogo
Volume	4h30	1h	6h	1h	7h30m	1h10m	7h30m	1h10m
Nº de semanas/jogos	38N + 8Bi-diários	40	38N + 8Bi-diários	40	38N + 8Bi-diários	50	38N + 10Bi-diários	50
Total (categoria)	486h	80h	648h	80h	1215h	152h30m	1305h	152h30m
Percentagem	85,9%	14,1%	89%	11%	87,5%	12,5%	88,3%	11,7%

Treinos bi-diários durante os meses de Agosto, Setembro e nas interrupções lectivas (total de 8 semanas para os 3 primeiros escalões e de 10 semanas para os Juniores).

Tabela 49 Volume total e relação percentual na formação do CD S. Bernardo.

	Treino	Jogo
Volume	3654h	465h
Percentagem	88,7%	11,3%
Volume total	4119h	

3.2.10 Estrutura dos exercícios de treino

Consideramos importante analisar não só o lado organizativo mas também o exercício de treino. Podendo a estrutura do exercício ser analisada em vários factores, apresentamos a análise daqueles que considerámos mais pertinentes para o estudo em causa.

Forma

Relativamente à forma dos exercícios constatamos uma sequência crescente na percentagem dedicada aos exercícios com oposição, dos 60% aos 100% desde os Infantis até aos Juniores. Nos escalões de Infantis e de Iniciados verificamos uma maior atenção para o tempo dedicado ao desenvolvimento da técnica, nos Juvenis mais tempo dedicado à tática e nos Juniores à condição física. O trabalho de preparação mental é desenvolvido de forma integrada nos Iniciados, nos Juvenis e nos Juniores enquanto nos Infantis é-lhe dedicado especificamente 15% do tempo de treino. Quanto ao tempo dedicado para trabalhar as fases do jogo, verificamos uma abordagem diferente a partir do escalão de Iniciados onde as fases que se opõem, defesa/ataque e recuperação defensiva/contra-ataque, são trabalhadas simultaneamente de forma integrada. A partir do mesmo escalão até ao de Juniores a tabela demonstra uma dedicação crescente ao desenvolvimento da recuperação defensiva e do contra-ataque em detrimento das fases do ataque e da defesa. No escalão de Infantis a distribuição do tempo é bastante equilibrada dando uma ligeira maior atenção ao contra-ataque em detrimento da recuperação defensiva. O trabalho com os guarda-redes aumenta ligeiramente a partir dos Iniciados mantendo posteriormente a mesma percentagem de tempo dedicado até ao escalão de Juniores.

Tabela 50 Estrutura dos exercícios por escalão quanto à forma (%) no CD S. Bernardo.

Forma	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Com oposição	60%	70%	80%	100%
Sem oposição	40%	30%	20%	0%
Técnica	50%	40%	30%	30%
Táctica	10%	30%	50%	15%
Condição física	25%	30%	20%	55%
Preparação mental	15%	Integrado	Integrado	Integrado
Defesa	20%	45%	40%	35%
Ataque	20%	25%	25%	25
Guarda-redes	20%	25%	25%	25
Recuperação defensiva	15%	30%	35%	40%
Contra-ataque	25%			

Objectivo

Verificamos uma grande heterogeneidade por parte dos treinadores relativamente à base de cada um para estabelecer os seus objectivos futuros, uma vez que em 4 escalões foram assinaladas as 3 hipóteses possíveis. A heterogeneidade constatada não evidencia qualquer sequência lógica ou metodológica.

Tabela 51 Planificação dos exercícios e definição dos objectivos em função do tipo de análise/perspectiva do treinador no CD S. Bernardo.

	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Análise do passado.		X		
Perspectivação do futuro.				X
Mesma importância.	X		X	

Componentes estruturais

A primeira ilação a tirar é que todas as componentes estruturais são consideradas no mínimo muito importantes ao longo de todos os escalões. A importância dada às componentes estruturais oscila ligeiramente em todas elas, excepto no plano da cooperação e técnico em que é considerada fundamental para todos os treinadores. Sobre a última componente, entra um pouco em contradição com a tabela 50 (forma), uma vez que apenas no escalão de Infantis é-lhe dedicado a grande percentagem do tempo de treino. Nas restantes vemos um crescendo da importância dada às componentes “físico” e “táctico” e uma diminuição na “tomada de decisão” e na “coordenação”.

Tabela 52 Classificação das componentes do exercício em função da performance do jogador no CD S. Bernardo.

	Infantis					Iniciados					Juvenis					Juniões				
Tomada de decisão	1*	2	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5
Físico	1	2*	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Cooperação	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Coordenação	1*	2	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5
Tático	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Técnico	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5

3.2.11 Opções estratégicas na abordagem do jogo

De uma forma geral, todos os treinadores procuram planear os seus jogos baseando-se num elevado número de informações. Como comportamento padrão podemos verificar o uso da visualização de jogos da equipa adversária tendo esta como referência. Sobre as suas equipas, todos planificam os seus jogos de acordo com a planificação dos conteúdos a trabalhar e com a informação retirada dos dados estatísticos recolhidos. No entanto, também todos eles consideram importante a classificação da sua equipa no campeonato como um dado a ter em conta. Quanto a esta última estratégia consideramos ser um pouco incoerente, ou mesmo incompatível, com a planificação dos conteúdos.

Tabela 53 Conceitos em que os treinadores se baseiam para elaborar o seu plano de acção para os jogos no CD S. Bernardo.

	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniões
Equipa adversária				
Conhecimento empírico		X	X	X
Dados estatísticos	X	X		X
Ver/analisar jogos	X	X	X	X
Classificação no campeonato	X	X	X	
A sua equipa				
Conhecimento empírico				X
Dados estatísticos	X	X	X	X
Ver/analisar jogos	X	X		X
Classificação no campeonato	X	X	X	X
Planificação dos conteúdos	X	X	X	X

Gestão do tempo de jogo dos jogadores

Na análise da tabela 58 podemos constatar que apenas o treinador do escalão de Infantis opta por definir o tempo de jogo de uma forma rígida (com o intuito de premiar o trabalho individual desenvolvido nos treinos), no entanto, acaba por ser um pouco incongruente com a importância dada aos outros factores na medida em que dá a mesma importância a factores de desempenho. A definição prévia da gestão do tempo vai perdendo a sua importância à medida que subimos nos escalões. Todos os treinadores evidenciam a preocupação de inculcar nos seus jogadores um elevado padrão ético de respeito por todos os elementos inerentes ao jogo.

Os factores referentes ao desempenho e ao adversário são também considerados como fundamentais na gestão do tempo de jogo dos jogadores em todos os escalões.

Tabela 54 Critérios usados na gestão do tempo de jogo dos jogadores no CD S. Bernardo.

	Infantis				Iniciados				Juvenis				Juniore							
Definido antes do jogo mas pode ser alterado	1	2	3	4*	5	1	2	3	4*	5	1	2	3	4*	5	1	2	3	4*	5
Definido antes do jogo e é inalterável	1*	2	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2	3*	4	5	1	2	3*	4	5
Respeito pelos adversários	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Desempenho observável	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Gestão emocional perante o erro	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5
Respeito pelos colegas de equipa e treinador	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Tomada de decisão	1	2*	3	4	5	1	2*	3	4	5	1	2	3*	4	5	1*	2	3	4	5
Características individuais do adversário	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Gestão emocional perante os conflitos	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Respeito pelas regras do jogo	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Eficácia	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Condição física	1	2*	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5
Características colectivas do adversário	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5	1*	2	3	4	5

4. Análise comparativa dos dois modelos organizativos estudados

4.1 Recursos humanos

Ambos os clubes apresentam um modelo onde estão definidas as estruturas dirigente (directores responsáveis pelo andebol), técnica (coordenador e treinadores principais em cada escalão), e apoio médico-desportivo (médico e fisioterapeutas). As principais diferenças situam-se ao nível da relação contratual, em que o FC Barcelona tem a capacidade financeira para profissionalizar as 3 estruturas referidas áreas (director, coordenador técnico e médico) e um número mais elevado de elementos em cada uma delas.

O facto do coordenador do FC Barcelona ser profissional permite-lhe a disponibilidade necessária para fazer um acompanhamento e controlo mais próximos, em que a sua presença nos treinos das várias equipas, o controlo sistemático das planificações exigidas, reuniões com os treinadores e director e a preparação de todos os jogos se fazem sentir. Ao invés, no CD S. Bernardo o coordenador não é profissional, não gozando do mesmo nível de disponibilidade, e ao ser responsável por uma equipa de seniores femininos que treina fora das instalações habituais dos escalões de formação, limita-o ainda mais no seu poder de controlo e intervenção. Segundo Rettschlag & García (2002) há a referir dois aspectos importantes: a profissionalização e a disponibilidade (sendo a segunda uma consequência da primeira). A primeira porque há uma relação directa entre o desempenho e a recompensa, a segunda porque sem disponibilidade é impossível pôr em prática mecanismos essenciais ao desenvolvimento do grupo de trabalho, como são os exemplos da planificação, da reflexão e da avaliação.

Ambos os coordenadores possuem habilitações de alto nível, quer na formação académica (licenciados em Educação Física) quer na especialização na área do andebol. Ainda assim, existe uma diferença considerável no tempo de experiência enquanto coordenadores de andebol, com o do CD S. Bernardo a possuir mais 17 anos.

O maior número de treinadores por parte do FC Barcelona (dois por equipa) permite-lhe realizar um trabalho com uma maior dinâmica ao nível da distribuição de tarefas, nomeadamente, trabalho com os guarda-redes. Esta situação privilegia uma maior probabilidade de mais tempo útil e de empenhamento motor dos jogadores de forma controlada, beneficiando os mesmos de um acompanhamento mais próximo.

4.2 Recursos materiais: espaços, equipamentos e transportes.

Ambos os clubes possuem uma boa diversidade de espaços de treino de forma a poderem realizar um trabalho mais completo com os seus jogadores. A necessidade do uso de dois pavilhões para treinarem é comum apesar de, mesmo assim, considerarem terem espaços insuficientes para a realização de um trabalho de maior qualidade. Essa escassez de espaço é mais sentida no CD S. Bernardo que, ao apresentar um maior número de jogadores e equipas, fica com uma relação jogador/espaço mais limitada em que, comparativamente entre escalões, por vezes nem metade do espaço por jogador tem, na maior parte do tempo tem metade do espaço e numa pequena percentagem consegue igualar ou ficar muito ligeiramente acima dos valores apresentados pelo FC Barcelona.

Nos dois clubes a preparação do material de treino é da responsabilidade individual de cada jogador e de cada treinador, acrescentando ainda o FC Barcelona a responsabilidade de cada jogador ter de levar a sua bola para o treino.

Como principal diferença temos a referir o facto de o CD S. Bernardo proporcionar transporte aos seus jogadores para os treinos enquanto o FC Barcelona opta por responsabilizar os encarregados de educação dessa tarefa. Ainda nos transportes para os jogos, ambos os clubes oferecem o transporte em todos os escalões mas com estratégias diferentes, o CD S. Bernardo através de transportes próprios enquanto o FC Barcelona prefere contratar uma empresa de transportes.

4.3 Etapas da formação

Relativamente aos escalões de formação, os dois clubes optaram por adoptar a nomenclatura das respectivas federações, havendo aqui ligeiras diferenças nas idades nalguns deles. Ainda assim, a chegada à alta competição dá-se, aproximadamente, na mesma idade (21 anos).

4.3.1 Escalões de formação

O respeito pela maturação biológica, como o defendem Balyi (2002) e Villena (2009), é pouco tido em conta (apenas usam a observação directa baseando-se nos anos de experiência acumulados), preferindo ambos os coordenadores enquadrar os seus jogadores nos respectivos escalões em função do desempenho desportivo dos mesmos. O início da especialização desportiva dá-se está em harmonia com a literatura, Bompa (1995) e Côté (2009), iniciando-se pela mesma altura (14 anos) e está associada à mesma a definição das posições ofensivas e defensivas específicas.

Ambos os clubes possuem um documento orientador através do qual todos os treinadores tomam conhecimento de quais os conteúdos a trabalhar e quais as aprendizagens a dominar no final de cada escalão. Nos dois casos, do que foi facultado, aparenta ser um documento bem estruturado com uma progressão metodologicamente correcta.

É de referir ainda a existência de 5 categorias no FC Barcelona num período de tempo ligeiramente menor ao do CD S. Bernardo que contempla 4. Esta diferença está directamente associada às categorias definidas por cada uma das federações e não é da iniciativa de qualquer um dos clubes.

4.3.2 Compromisso

Como principais diferenças temos o facto de o FC Barcelona elaborar um plano de carreira para cada um dos seus jogadores, o sentido de compromisso para com o clube e modalidade transmitido aos jogadores desde o primeiro escalão (*Infantiles*) por defenderem o princípio de que quem vai jogar andebol para o FC Barcelona é por que sabe bem o que quer e o investimento que tal implica. No CD S. Bernardo, este nível de compromisso apenas acontece na passagem para o escalão de Juniores. Segundo Marivoet (2002) estudos relativos aos envolvimento sociais em práticas desportivas de competição, identificam como interesses de mobilidade e de investimento os benefícios económicos, o nível de prestígio e a fama. Sendo o FC Barcelona um clube de prestígio mundial e com um poder económico substancialmente superior ao CD S. Bernardo, poderá estar aqui a justificação para este desfasamento no tempo apresentado entre os jogadores dos dois clubes no nível de compromisso e de investimento dos mesmos. Além destas duas dimensões, deve-se ter também em conta as influências recebidas pelos jogadores dos valores socioculturais e dos espaços em que se encontram.

4.3.3 Permanência no processo

Outra diferença verifica-se ao nível da percentagem de jogadores que passaram pelos escalões de formação de cada clube e que conseguem chegar à equipa sénior, revelando o FC

Barcelona uma percentagem consideravelmente mais baixa. O motivo apresentado pelo coordenador é de que os objectivos competitivos são muito ambiciosos, elevando muito o padrão exigido ao jogador.

4.4 Identificação de talentos

Na literatura apresentada neste trabalho foi referido o consenso entre diferentes autores que consideram as características genéticas como um factor crucial no potencial do indivíduo.

Ambos os clubes realizam identificação de talentos baseando-se essencialmente na observação directa do desempenho dos jogadores em contexto de situação real de jogo, seguindo por um lado o modelo de *performance* apresentado por Blanco (2004) que refere como modelos de detecção de talentos o modelo de *performance* (baseado no desempenho do jogador), o processual (baseado em processos científicos por etapas), o de laboratório (baseado em factores de rendimento) e, por fim, o de formação (baseado na formação dos talentos). Por outro acabam também por se orientarem pela interpretação de Tschiene (1983) que chega a classificar a detecção de talentos como uma perda de tempo, defendendo que quem é talentoso para um desporto também o é para a maioria dos outros desportos. Afirma ainda que os talentos identificados muito cedo perdem-se ao longo do tempo no decorrer do processo, enquanto os campeões do futuro aparecem posteriormente sem terem sido seleccionados previamente.

Os dois clubes utilizam baterias de testes com a preocupação de abranger diferentes capacidades motoras e de avaliarem e controlarem a evolução dos jogadores. Ao estarem em contextos diferentes as restantes estratégias também o são por viverem realidades distintas. O CD S. Bernardo é um clube situado num concelho que tem uma área 8 vezes mais pequena que o aglomerado de Barcelona, com um número de habitantes 60 vezes menor, correspondendo a uma densidade populacional 7 vezes menor. Estes números evidenciam bem a diferença na probabilidade de cada clube encontrar jovens talentos. Além disso, o FC Barcelona ainda tem acordos com outros 3 clubes da Catalunha, elevando assim o seu universo de captação de talentos para uma população de, aproximadamente, 7 milhões.

Internamente, o FC Barcelona apresenta como estratégia de desenvolver os talentos identificados, uma Equipo de Elite constituída por 16 jogadores oriundos de 3 escalões (Cadetes A, *Juveniles* e *2º Equipo*). Este grupo de jogadores, além dos treinos com a respectiva equipa, realizam mais 5 treinos por semana (2 de musculação e 3 para aperfeiçoamento em função das necessidades de cada um).

O CD S. Bernardo opta por fazer promoções internas dentro do mesmo escalão (naqueles que possuem 2 equipas) e por todos os atletas trabalharem o mesmo número de treinos.

Ao nível das características antropométricas, sendo a estatura assumida internacionalmente como uma das características mais importantes para a prática do andebol ao mais alto nível, o FC Barcelona apresenta valores consideravelmente mais elevados e muito semelhantes aos encontrados nas selecções de topo europeu e, conseqüentemente, mundial. O CD S. Bernardo apresenta valores que consideramos estarem abaixo dos apresentados a um nível internacional de alta competição.

4.5 Relação contratual entre o clube e os jogadores

Os dois clubes já possuem contratos com alguns jogadores da sua formação no sentido de assegurarem a continuidade dos melhores talentos. Todavia, ao passo que o FC Barcelona consegue garantir os jogadores que pretende (daí a significativa diferença de número de contratos entre ambos) o CD S. Bernardo vive uma realidade oposta em que revela grandes dificuldades em conseguir que os melhores jogadores continuem no clube, sendo estes recrutados por outros com maior poderio económico. Torna-se aqui evidente, à semelhança da conclusão do estudo realizado por Marivoet (2002) com atletas de patinagem artística, a desmistificação do “amor à camisola” como forma simplista de justificar o envolvimento em práticas desportivas de competição.

4.6 Relação com a família dos jogadores

Nos dois clubes constatamos um comportamento padrão por parte dos pais que consiste num maior acompanhamento dos filhos no escalão inferior, onde segundo Weinberg & Gould (2007) exercem uma maior influência, e que se vai dissipando à medida que subimos nos escalões. Em todos os escalões dos clubes estudados verificamos o assumir de funções no clube por parte de pais. Ambos têm a preocupação em promoverem uma relação próxima com a família dos seus jogadores que é aproveitada pelo FC Barcelona para explicar aos pais quais os deveres e os direitos dos pais assim como o que pretendem dos filhos enquanto jogadores (numa perspectiva de plano de carreira).

Relativamente à reacção dos pais à prática desportiva dos filhos, nota-se uma diferença de comportamentos onde os pais no FC Barcelona revelam por um lado uma maior pressão sobre o desempenho desportivo dos filhos mas, por outro, também lhes é reconhecido um maior esforço em facilitarem a prática desportiva dos filhos. Acreditamos que este tipo de comportamento estará associada toda uma expectativa de ver um dia o filho a jogar na equipa sénior do FC Barcelona e todo o prestígio que lhe está inerente. No entanto, não deixa de

merecer atenção por parte dos responsáveis do clube, pois segundo Fernández & Algarra (2009) as influências exercidas pelos pais podem ser positivas mas também negativas, dependendo do nível de envolvimento e da forma como é gerido. Refere ainda a importância para a necessidade de estar alerta para as novas estruturas familiares cada vez mais frequentes na nossa sociedade. Já no CD S. Bernardo, reconhecendo-lhe todo o valor que tem como clube de andebol, as expectativas serão menores. Certamente também não estará dissociada toda a contextualização desportiva a nível nacional que é necessário fazer, onde, em média, um jogador da *Liga Asobal* recebe muito mais do que um jogador da 1ª Divisão em Portugal.

Muito provavelmente, devido à responsabilização dos pais por parte do FC Barcelona em garantirem o transporte dos filhos para os treinos, faz com que neste clube haja um maior envolvimento por parte dos mesmos nas actividades desportivas dos filhos conforme revelam os valores percentuais.

4.7 Coordenação com a actividade escolar

À semelhança do que já foi verificado nas etapas de formação, no CD S. Bernardo os jogadores encontram-se todos em igualdade de circunstâncias e sem qualquer benefício na coordenação da prática desportiva com a actividade escolar, estando inteiramente dependentes do horário escolar que lhes for atribuído. No FC Barcelona, fazendo parte do seu plano de carreira para os mais talentosos, os jogadores da Equipo de Elite gozam do Quadro Legal de Suporte, usufruindo das regalias contempladas no mesmo que lhes permitem uma melhor coordenação de esforços nas duas áreas, a desportiva e a académica.

4.8 Planeamento do treino em cada escalão

Em consonância com a literatura, verificamos a preocupação dos 2 clubes em promover a formação dos seus jogadores num plano a longo prazo, 10 anos no CD S. Bernardo e 9 anos no FC Barcelona. No entanto, a realidade não pode ser vista apenas tendo em conta este período, pois apesar de não fazer parte do estudo realizado, os jogadores começam a ter contacto com a modalidade antes dos escalões por nós abordados. O que, de acordo com Bompa (1995) e Villena (2009), é desde o primeiro contacto com a modalidade que se dá o início da sua formação desportiva.

Quanto aos elementos de treino verificamos a semelhança de ambos os clubes reconhecerem a intensidade como sendo fundamental. Como principais diferenças encontramos no FC Barcelona a mudança de padrão na importância atribuída aos diferentes elementos na passagem para a 2ª *Equipo*, enquanto no CD S. Bernardo o padrão mantém-se

muito semelhante ao longo dos 4 escalões. O elemento “densidade” é aquele onde a divergência se acentua, sendo-lhe dado maior realce por parte do CD S. Bernardo.

Na estrutura da planificação verificamos uma melhor organização no FC Barcelona, muito provavelmente fruto do maior controlo exercido pelo seu coordenador sobre o trabalho dos restantes treinadores. É facilmente identificável uma estrutura uniforme e coerente onde apenas a 2^o *Equipo* não utiliza o macrociclo na sua planificação. Ao analisarmos as estruturas usadas pelos treinadores do CD S. Bernardo, fica-nos a ideia de cada um trabalhar do modo que mais gosta e de não haver uma linha metodológica comum a seguir. Ainda assim, apesar de acreditarmos que os treinadores são próximos dos atletas e sensíveis às suas necessidades no plano mental, falta em ambos os clubes uma estrutura devidamente organizada e planificada que contemple a formação do jogador no campo mental conforme defende Bompa (1995) numa perspectiva holística do desenvolvimento do atleta.

No que diz respeito ao rácio treino/jogo, em ambos os clubes verificamos a aplicação do princípio defendido por Balyi (2002) que consiste em dedicar mais tempo à preparação do jogo à medida que subimos no escalão. Os valores percentuais entre os escalões de idades semelhantes são bastante próximos, sendo apenas de realçar as diferenças entre os escalões de *Infantis* e de *Infantiles* e entre o dos *Juniores* e da 2^o *Equipo*. No primeiro constatamos que nos *Infantiles* iniciam a época com 100% do tempo dedicado para treinar, o que não acontece nos *Infantis*, no entanto, terminam a época com uma maior percentagem dedicada ao jogo do que o escalão respectivo no CD S. Bernardo. Na segunda comparação, a 2^o *Equipo* é a categoria onde claramente é assumido uma maior dedicação à preparação do jogo na fase final da época (75%) comparativamente com os 50% do escalão de *Juniores* no mesmo período.

4.9 Volume total na formação até à entrada na alta competição

Como primeira observação temos de referir que o estudo realizado reporta-se a partir dos escalões de *Infantis* (11 anos) no CD S. Bernardo e de *Infantiles* (12 anos) no FC Barcelona. Assim, todo o volume de treino e de jogos acumulado antes destas idades não está contemplado nesta amostra, o que nos faz concluir que o volume real será sempre superior ao apresentado, todavia, é óbvio que nos cingiremos apenas a analisar os dados de que dispomos. Apesar do volume de horas apresentado não chegar às 10000 conforme sugere o estudo realizado por Ericsson em 1993, o volume de anos de prática está de acordo, segundo o modelo *Long-term Athlete Development* de Balyi (2002), 10 anos no CD S. Bernardo e 9 anos no FC Barcelona.

Se compararmos o percurso realizado por qualquer jogador na formação de andebol do CD S. Bernardo com o realizado por um jogador que passe pela *Equipo de Elite* no FC Barcelona, o volume total é bastante semelhante, registando-se uma diferença mínima de 62h.

As maiores diferenças encontram-se nos diferentes percursos possíveis na formação do FC Barcelona, em que apenas os melhores atingem o volume referido no clube, e na percentagem entre treino e jogo, onde é evidente a preferência pelo FC Barcelona em privilegiar o treino enquanto o CD S. Bernardo promove mais tempo de jogo em comparação com o seu homólogo.

Na impossibilidade de poder ter uma “Equipa de Elite”, o CD S. Bernardo adopta como estratégia para aumentar o volume de treino, o aproveitar das interrupções lectivas para realizar treinos bi-diários.

4.10 Estrutura dos exercícios de treino

A complexidade do exercício é, segundo Mourinho (Lourenço, 2007), fundamental no processo de evolução e adaptação do jogador, caso contrário ele não estará apto para responder adequadamente aos vários e simultâneos estímulos com que é confrontado durante o jogo. Nesta perspectiva, é reconhecido pelos 2 clubes a importância dos jogadores treinarem com oposição em todos os escalões e atribuem mais tempo a esta forma de exercício quanto mais alto for o escalão (apresentando o CD S. Bernardo uma sequência mais linear). O trabalho da técnica vai igualmente em ambos os casos perdendo tempo de treino mas em detrimento de formas de exercício diferentes, nomeadamente, alusivos à condição física no CD S. Bernardo e à tática no FC Barcelona. Apesar de ser mais evidente na tabela representativa do CD S. Bernardo, todos os treinadores dos dois clubes consideram que quando trabalham uma fase do jogo estão a trabalhar em simultâneo a fase oposta (contra-ataque/recuperação defensiva ou ataque/defesa). De acordo com Mourinho (Lourenço, 2007), só assim é possível trabalhar o jogo como um todo, conseguindo trabalhar as peças em separado para depois juntá-las e colocar a máquina a trabalhar como um todo. O nível de oposição da fase oposta poderá variar de acordo com o pretendido no exercício.

Quanto à forma dos exercícios, as principais diferenças notam-se na maior importância dada pelo CD S. Bernardo ao trabalho desenvolvido com os seus guarda-redes e às fases da recuperação defensiva e do contra-ataque comparativamente com o FC Barcelona. O FC Barcelona opta por dar mais ênfase ao jogo organizado das fases do ataque e da defesa do que o CD S. Bernardo.

Sobre os objectivos dos exercícios, voltamos a verificar uma maior liberdade de escolha na sua abordagem por parte dos treinadores do CD S. Bernardo revelando alguma heterogeneidade nas suas escolhas, já no FC Barcelona identificamos uma unanimidade na forma de pensar ao atribuírem todos os treinadores a mesma importância à análise do passado e à perspectivação do futuro.

Nas componentes estruturais, a única semelhança identificada refere-se à “tomada de decisão” sendo classificada como muito importante por 8 dos 9 treinadores. Nas restantes, as divergências são evidentes e constantes. De referir ainda que no FC Barcelona nenhum treinador considera qualquer componente como sendo fundamental na performance dos seus jogadores enquanto no CD S. Bernardo todas elas são consideradas como tal em diferentes fases da formação.

4.11 Opções estratégicas na abordagem do jogo

Identificámos em ambos os clubes a preocupação de todos os treinadores prepararem os seus jogos, de uma forma geral, com base num vasto leque de informações. Desta forma, apesar do elemento surpresa estar sempre presente, os treinadores sentir-se-ão certamente mais capazes de dar respostas às necessidades impostas pelo jogo. Como principais elementos de convergência identificámos a visualização de jogos da sua equipa e dos adversários e a planificação dos conteúdos a trabalhar.

Quanto à forma como gerem o tempo de jogo dos seus jogadores, identificamos uma maior preocupação no CD S. Bernardo em inculcar valores éticos no que se refere ao respeito para com todos os elementos do jogo (treinadores, colegas, adversários e regras de jogo) enquanto nesta área o FC Barcelona opta por privilegiar mais o respeito pelo grupo de trabalho e, à medida que subimos nos escalões, o desempenho em jogo em função do que é observável, da eficácia e das características dos adversários. Apesar do realce dado pelo CD S. Bernardo à ética desportiva não deixa de considerar fundamental o desempenho desportivo, tentando assim aliar as 2 vertentes.

5. Conclusões

Convergências

As contextualizações demográfica e socioeconómica influenciam fortemente os dois modelos organizativos.

Ambos os modelos organizativos apresentam uma estrutura de recursos humanos devidamente organizada.

Os coordenadores optam por realizar a detecção de talentos através da observação directa dos jogadores em situação real de jogo.

São aplicadas baterias de testes para controlar e avaliar o desenvolvimento dos jogadores.

Ambos os modelos apresentam um documento orientador ao nível do treino para todos os escalões de formação.

Os dois modelos estruturam os seus escalões de formação de acordo com o que é definido pela respectiva Federação e os jogadores são enquadrados nos mesmos de acordo com a sua idade cronológica e desempenho desportivo.

Os dois modelos contemplam uma formação a longo prazo de 10 anos para que os jogadores atinjam a alta competição, respeitando assim esta linha orientadora dos modelos de referência (Balyi, Bompa e Côté).

Conceitos de treino semelhantes na área do treino, particularmente, no rácio treino/jogo, ao nível das formas de exercícios, no reconhecimento da intensidade como um elemento fundamental do treino, no volume total até à entrada na alta competição e nas estratégias de abordagem do jogo.

Divergências

O FC Barcelona revela uma maior capacidade económica para recrutar mais recursos humanos e para profissionalizar um elemento de cada área (dirigente, coordenador técnico e médico).

O FC Barcelona revela uma maior capacidade económica para proporcionar maior qualidade dos espaços de treino.

O FC Barcelona tem uma área de influência, reflectida em população e densidade populacional, substancialmente superior para a identificação e recrutamento de talentos.

O FC Barcelona, através do seu coordenador técnico, consegue dinamizar meios orientadores e avaliadores que promovem um melhor funcionamento e articulação entre treinadores.

O documento orientador do FC Barcelona contempla um plano de carreira para os jogadores no qual envolvem os pais e, para a Equipo de Elite, aplicam o Quadro Legal de Suporte como meio facilitador na coordenação entre as actividades desportiva e académica.

Ambos os modelos não respeitam os modelos de referência (Balyi, Bompa e Côté) ao não contemplarem a maturação biológica dos jogadores para o seu enquadramento nos respectivos escalões, assumindo o desempenho desportivo de cada um como referência.

O CD S. Bernardo apresenta uma percentagem substancialmente superior de jogadores na equipa sénior oriundos do seu modelo de formação.

O FC Barcelona apresenta melhores resultados desportivos a nível nacional e internacional na equipa sénior.

6. Limitações sentidas ao longo do estudo

Pouca abertura e respectiva colaboração de alguns treinadores.

Informação sobre o orçamento de cada clube indisponível.

Inacessibilidade a alguma documentação dos clubes, nomeadamente, o documento orientador.

Dificuldade em encontrar bibliografia associada ao tema e à modalidade.

O elevado volume de informação pretendida e a diversidade da mesma.

7. Recomendações e novas propostas de trabalho

Apesar de considerar importantes todos os pontos abordados no seu contributo à formação do jovem jogador, considero que, no futuro, justificar-se-ia uma divisão deste estudo em duas grandes dimensões: o modelo organizativo e o treino; da qual resultassem dois estudos distintos e mais profundos sobre cada um dos temas. Como forma de aprofundar a primeira dimensão seria importante alargar a amostra envolvendo outros clubes de dimensão nacional envolvendo apenas os coordenadores. Relativamente à segunda dimensão, também seria benéfico para a mesma não só o alargar da amostra como também utilizar como meio de recolha de dados a presença em jogos e treinos.

Bibliografia

Analysis, discussion, comparison, tendencies in modern handball (2008). European Handball Federation, Austria. <http://www.eurohandball.com> [pesquisa efectuada em 07/09/2009].

Ajuntament de Barcelona. <http://www.bcn.es> [pesquisa efectuada em 29/01/2010].

Balyi, I. (2001) *Sport System Building and Long-term Athlete Development in British Columbia*. Canada: SportsMed BC

Balyi, I. (2005) Seminário Internacional Treino de Jovens. *Desenvolvimento do praticante a longo prazo – treinabilidade na infância e na adolescência* (pp 69-96). Lisboa: Instituto do Desporto de Portugal.

Blanco, F. (2004). *Balonmano detección, selección y rendimiento de talentos*. Madrid: Editorial Gymnos.

Bompa, T. (1995). *From childhood to champion athlete*. Toronto: Veritas Publishing Inc.

Câmara Municipal de Aveiro <http://www.cm-aveiro.pt> [pesquisa efectuada em 10/05/2010].

Characteristics of playing performance at the men's 18 European handball championship (2008). European Handball Federation, Austria. <http://www.eurohandball.com> [pesquisa efectuada em 23/04/2010].

Castelo, J., Barreto H., Alves F., Santos, P., Carvalho, J & Vieira, J. (1996). *Metodologia do treino desportivo*. Lisboa: Faculdade de Motricidade Humana.

Children's Handball (2007). European Handball Federation, Austria. <http://www.eurohandball.com> [pesquisa efectuada em 07/09/2009].

Coelho e Silva, M. (2005). Demografia, organização administrativa e etapas da formação desportiva. *Revista Desporto*. Nº3: 16-19.

Côté, J. (2009). *Para uma teoria sobre a qualidade do treino*. Prelecção no 10.º Seminário Internacional de Treino de Jovens - SITJ 2009 acompanhada de suporte informático facultado.

Curado, J. (2002). *Organização do treino nos desportos colectivos*. Lisboa: Editorial Caminho.

Dias, M. (2006). *E o homem criou os desportos*. Coimbra: Pé de Página Editores.

Ehret A., Späte D., Schubert R. & Roth K. (2008). *Manual de handebol: treinamento de base para crianças e adolescentes*. São Paulo: Phorte Editora.

Fernández, P. & Algarra, J (2009). La formación del educador deportivo en balonmano: nivel I. *Fundamentos sociológicos del deporte. Dimensión social y educativa VIII* (pp 175-209). Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.

Fernández-Castany, M. & Rios, I (2009). La formación del educador deportivo en balonmano: nivel I. *Fundamentos biológicos orientados al balonmano III* (pp 61-73). Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.

García, J. (2000). *Balonmano: perfeccionamento e investigación*. Barcelona: INDE Publicaciones.

García, J. (2002). *Balonmano: táctica grupal defensiva. Concepto, estructura y metodología*. Grupo Editorial Universitario.

García, J. (2004). *Balonmano: fundamentos y etapas de aprendizaje*. Madrid: Gimnos Editorial.

Handball Demographic Study (2006). European Handball Federation, Austria. <http://www.eurohandball.com> [pesquisa efectuada em 23/04/2010].

Long-term Athlete Development, Canada. Canadian sport for life. <http://canadiansportlife.ca> [pesquisa efectuada em 24/12/2009].

Lourenço, L. (2007). *Liderança: as lições de Mourinho*. Booknomics.

Marivoet, S. (2002). *Aspectos sociológicos do desporto*. Lisboa: Livros Horizonte.

Minihandball, sport education and development... European Handball Federation, Austria. <http://www.eurohandball.com> [pesquisa efectuada em 07/09/2009].

Moya, X. (2009). La formación del educador deportivo en balonmano. Nivel I. *Formación técnica y táctica individual del balonmano XIII* (pp 301-317). Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.

Physical condition in high performance team handball (requirements). European Handball Federation, Austria. <http://www.eurohandball.com> [pesquisa efectuada em 07/09/2009].

Qualitative Analysis of the 2006 Men's 20 European Handball Championship (2006). European Handball Federation, Austria. <http://www.eurohandball.com> [pesquisa efectuada em 23/04/2010].

Raposo, A. (200). *A carga no treino desportivo*. Lisboa: Editorial Caminho.

Rettschlag S. & Gracia M. (2002). *Dirección de centros deportivos*. Barcelona: Editorial Paidotribo.

Sobral, F. (2003). O desporto para além do óbvio. Desportos e demografia – algumas implicações actuais e prospectivas. Vol. 1: 63 – 72.

Starkes, J. & Ericsson, K. (2003). *Expert performance in sports*. Human Kinetics.

Smoll, F. & Smith, R. (2002). *Children and youth in sport: a biopsychosocial perspective*. Brown & Benchmark.

Talent spotting and support within the Deutscher Handballbund (2007). European Handball Federation, Austria. <http://www.eurohandball.com> [pesquisa efectuada em 07/09/2009].

The steps to handball (1996). European Handball Federation, Austria. <http://www.eurohandball.com> [pesquisa efectuada em 23/04/2010].

Tschiene, P. (1983). Ciclo de conferências teoria e prática dos jogos desportivos. *Discovery and selecting of young athletes* (pp 57-76). Lisboa.

Villena, P. (2009). La formación del educador deportivo en balonmano. Nivel I. *Metodología de la enseñanza y del entrenamiento del balonmano XIV* (pp 319-340). Sevilla: Wanceulen Editorial Deportiva.

Weinberg R, & Gould D (2007) *Foundations of sport and exercise psychology*, 4th edn. Human Kinetics.

Anexo 1

Entrevista

Categorías: _____

Fecha: ___ / ___ / _____

1- Caracterización del Coordinador

1. Fecha de nacimiento: ___ / ___ / _____
2. Años de experiencia como coordinador de balonmano: ____
3. Años de experiencia como coordinador en el club: ____
4. Formación académica: _____
5. Formación por la Real Federación Española de Balonmano: _____

2 - Estructura de la Sección del Balonmano

2.1 Recursos humanos

	Profesionales	Semi-profesionales	Amadores
Diretores			
Médico			
Fisioterapeuta			
Psicólogo			
Entrenadores			
Entrenadores ayudantes			

2.2.1 Apoyo presencial

	Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
	Entren	Partido	Entren	Partido	Entren	Partido	Entren	Partido	Entren	Partido
Diretores										
Médico										
Fisioterapeuta										
Psicólogo										
Entrenador										
Entrenador ayudant										

2.3 Recursos espaciales y temporales

	Cantidad
Pabellón deportivo	
Gimnasio de musculación	
Gabinete médico	
Salón de tratamientos	
Salón de vídeo	
Salón de reunión	

2.3.1 Pabellones de entrenamiento durante la semana:

	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo
Infantiles							
Cadetes B							
Cadetes A							
Juveniles							
2º Equipo							

2.3.2 Tiempo de entrenamiento:

	Medio campo	Todo el campo	Gimnasio musculación	Salón de video	Salón de reunión	Otro
Infantiles						
Cadetes B						
Cadetes A						
Juveniles						
2º Equipo						

2.3.2 Distribución de tiempo de entrenamiento, en minutos, durante la semana

	lunes	martes	miércoles	jueves	viernes	sábado	domingo
Infantiles							
Cadetes B							
Cadetes A							
Juveniles							
2º Equipo							

2.3.4 Pabellones dónde juegan los equipos.

	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
Pabellón					

2.4 Recursos de transportes

	Entrenamientos	Partidos
Camioneta		
Autobús		
Otro		

2.4.1 ¿El Club ofrece, a todos los jugadores que necesitan, transporte para lo entrenamiento?

Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No

2.4.2 ¿Cual es lo radio de acción del transporte para lo entrenamiento (Km)?

Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo

2.4.3 ¿El Club proporciona a todos los jugadores transporte para lo partido?

Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No

3. Organización de la Sección del Balonmano

3.1 ¿Com que frecuencia hace reuniones com los entrenadores?

3.2 ¿Los entrenadores ayudantes desempeñan tareas especificas como entrenadores de porteros? Sí No

3.2.1 ¿En que categorias? _____

3.3 ¿Directores y entrenadores hacen reuniones en separado o en conjunto?

3.4 ¿Quien prepara los horarios y transportes de los partidos?

3.5 ¿Quien prepara el material de entrenamiento del entrenador?

3.6 ¿Quien prepara el material de los jugadores para el entrenamiento?

3.7 ¿Las lesiones de los jugadores son registradas? Por quien?

	Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No	Sí	No
Quien controla										

4 – Estrategias de reclutamiento de jugadores:

Acciones	Edads	Radio de acción (Km)
Dinamización en las escuelas		
Dinamización en la calle		
Acuerdos com otros clubs		
Cada jugador trae un amigo		
Otra:		

5– Etapas de la Formación

	Edads	Número de equipos	Número de jugadores
Infantiles			
Cadetes B			
Cadetes A			
Juveniles			
2º Equipo			

5.1 Los jugadores son distribuídos por las categorias de acuerdo con

	Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
	Entren	Partid	Entren	Partid	Entren	Partid	Entren	Partid	Entren	Partid
Categorias de la Federación										
Categorias internas del Club										
Maturación de los jugadores										

6 - Planificación de la Carrera de Jugador?

6.1 ¿El Club planea una carrera para sus jugadores? Sí No

6.1.1 ¿A partir de que edad? _____

6.1.2 ¿Hasta que edad? _____.

6.2 El Club tiene una nomenclatura propia para las diferentes etapas de formación? Sí No

6.2.1 ¿Cuál?

Nombre					
Edad					

6.3 ¿Los jugadores practican otros deportes?

	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
No					
Sí, en paralelo con balonmano					
Sí, en lo período transitório					

6.4 ¿Cuando se inicia la especialización? ____ años en la categoría de _____.

6.5 ¿Cuando se definen las posiciones específicas de los jugadores?
____ años en la categoría de _____.

6.6 ¿Con que edad o en que categoría los jugadores tendien que optar entre lo balonmano de recreación y lo balonmano de competición?

6.7 ¿Durante el trayecto de la formación, es contemplado lo entrenamiento mental? Con que orientación?

	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
No es contemplado					
Sí pero sin objetivos claros					
Orientado por la tarea					
Orientado por lo ego					
Mixto tarea/ego					

6.8 ¿El Club tiene una planificación o ofrece servicios para la practica deportiva de los jugadores después de estos se retiraren de la competición?

Sí No

Objetivos de la planificación: _____

Servicios ofrecidos: _____

6.9 ¿De todos los elementos que hacen parte de la sección de balonmano, cuántos han sido jugadores(as) de balonmano? _____

7. Contenidos y objetivos por categoria

	Contenidos	Objetivos	Orientaciones metodológicas
Técnica ofensiva			
Táctica ofensiva			
Técnica defensiva			
Táctica defensiva			

Sistemas/contenidos de joc por categoria

Sistemas de joc	Infantil	Cadete B	Cadete A	Juvenil	2º Equipo
Contra defensas cerradas					
Contra defensas abiertas					

Caso específico del portero

	Contenidos	Objetivos	Orientaciones metodológicas
Técnica			
Táctica			
Capacidades motoras			

8 - Caracterización de los jugadores

¿El Club hace identificación de talentos? S N

¿En que edades? 10 11 12 13 14 15 16 17

A través de: observación directa testes

Edades	Testes	Capacidades evaluadas	Valores de referencia

¿El Club hace promociones de jugadores?

No.

Sí, por niveles dentro de la misma categoria.

¿Quien és lo responsable por la tomada de decisión?

Indique las categorías dónde se aplica señalando los respectivos criterios.

Promoción por niveles	Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo
Medidas antropométricas					
Talla					
Peso corporal					
Envergadura					
Medida transversal de la mano					
Otra :					
Capacidades motoras					
Resistencia					
Velocidad					
Fuerza					
Coordenación					
Otra :					
Maturación					
Cálculo de la talla madura predita					
Desempeño técnico					
Pase – recepción					
Drible					
Lanzamiento					
Finta					
Desarme/intercepción					
Bloque					
Control defensivo					
Otro:					
Desempeño táctico					
Décalage					
Fijación					
Cruzamiento					
Desmarque					
Bloqueo					
Posicionamiento					
Cobertura/doblaje					
Cambio defensivo					
Deslizamiento					
Otro:					

Sí, por etapas cambiando de categoría.

¿Quién es lo responsable por la tomada de decisión? _____

Indique dónde que cambios de categorías se aplica señalando-las en los respectivos criterios presentados.

Promoción de categoría	Inf – Cad B	Cad B – Cad A	Cad A - Juv	Juv – 2º Eq
Medidas antropométricas				
Talla				
Peso corporal				
Envergadura				
Medida transversal de la mano				
Otra :				
Capacidades motoras				
Resistencia				
Velocidad				
Fuerza				
Coordenación				
Otra :				
Maturación				
Cálculo de la talla matura predita				
Desempeño técnico				
Pase – recepción				
Drible				
Lanzamiento				
Finta				
Desarme/intercepción				
Bloque				
Control defensivo				
Otro:				
Desempeño táctico				
Décalage				
Fijación				
Cruzamiento				
Desmarque				
Bloqueo				
Posicionamiento				
Cobertura/doblaje				
Cambio defensivo				
Otro:				

¿Quien decide la promoción de los jugadores a la equipo sénior?

¿Que acontece con los jugadores que no tienen entrada directa en el equipo sénior?

Equipo B

Prestados

Se quedan libres para que puedan representar otros clubes

En las últimas 5 épocas:

¿Cuántos jugadores han sido formados en el Club? _____

¿Cuántos jugadores formados en Club llegaron al 1º Equipo? _____

¿Cuántos jugadores formados en el Club juegan en la Liga Asobal? _____

Características antropométricas

	Talla (cm)	Massa Corporal (Kg)
Extremos		
1ª línea		
Pivot		
Porteros		

9. Relación contractual entre Club y jugadores.

Indique lo numero de jugadores por categoria de acuerdo con el apoyo.

Categoria	Alimentación	Transportes	Alojamiento	Material deportivo	Monetario	Contrato de formación	Contrato profesional
Infantiles							
Cadetes B							
Cadetes A							
Juveniles							
2º Equipo							

Las condiciones contractuais son:

- Internas (acuerdo entre jugador, padres y Club)
- Externas (impuestas por la Federación)
- En función de la edad
- En función de lo desempeño/potencial deportivo

10. Contacto y relación con la familia de los jugadores

El contacto con las familias de los jugadores es hecho:

Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
En grupo	Por familia	En grupo	Por familia	En grupo	Por familia	En grupo	Por familia	En grupo	Por familia

¿Con que frecuencia las familias de los jugadores son contactadas?

Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo

¿En que momentos las familias de los jugadores son contactadas?

Infantiles	Cadetes B	Cadetes A	Juveniles	2º Equipo

Objetivos de los contactos:

Categorías	Objetivos
Infantiles	
Cadetes B	
Cadetes A	
Juveniles	

Coordinación entre escuela y deporte

¿Los jugadores consiguen coordinar el horario escolar con lo dos entrenamientos? Sí No ¿Cuantos? _____

¿Tiene jugadores que disfruten de los beneficios del Cuadro Legal de Soporte para la coordinación entre los estudios y el balonmano?
No Sí ¿Cuantos? _____

¿Existe algún protocolo entre las direcciones de las escuelas y el Club para que los jugadores pueden coordinar los horarios escolares y de entrenamiento? Sí No

Se sí, en que se basa.

¿Es exigido a los jugadores algún objetivo escolar? Sí No
¿Se sí, cual? _____

¿Si no lo alcanzaren, cual es la consecuencia para lo jugador?

¿Qué directrices sigue el Club en la relación con la familia en la gestión de los objetivos escolares?

11 Control y evaluación

¿El Club hace evaluación y control del entrenamiento?

	No	Sí	
		Observación directa	Testes
Infantiles			
Cadetes B			
Cadetes A			
Juveniles			
2º Equipo			

¿Que capacidades motoras contemplan?

Capacidad	Edad	Test	Objetivo
Fuerza			
Resistencia			
Velocidad			
Coordinación			
Flexibilidad			

El Club hace evaluación y control del entrenamiento cuanto al desempeño:

	Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
	Obs dir	Test	Obs dir	Test	Obs dir	Test	Obs dir	Test	Obs dir	Test
Técnico										
Tático individual										
Tático colectivo										

12. Volumen total de lo trayecto en la formación:

Volumen y relación porcentual por categoría

	Infantiles		Cadetes B		Cadetes A		Juveniles		2º Equipo	
	Entrenam. (semana)	Partido								
Volumen										
Nº de semanas/partidos										
Total (categoría)										
Porcentaje										

Volumen total y relación porcentual en la formación

	Entrenamiento	Partido
Volumen		
Porcentaje		
Volumen total		

Anexo 2

Entrevista

Escalões: _____

Data: ___ / ___ / _____

1. Caracterização do Coordenador

Data de nascimento: ___ / ___ / _____

Anos de experiência como coordenador de andebol: ____

Anos de experiência como coordenador no clube: ____

Formação académica: _____

Formação pela Federação de Andebol de Portugal: _____

2. Estrutura da Secção de Andebol

2.1 Recursos humanos

	Profissionais	Semi-profissionais	Amadores
Directores			
Médico			
Fisioterapeuta			
Psicólogo			
Treinadores			
Treinadores adjuntos			

2.2.1 Apoio presencial

	Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniors	
	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo
Directores								
Médico								
Fisioterapeuta								
Psicólogo								
Treinador								
Treinador adjunto								

2.3 Recursos espaciais e temporais

	Quantidade
Pavilhão desportivo	
Ginásio de musculação	
Gabinete médico	
Sala de tratamentos	
Sala de vídeo	
Sala de reunião	

2.3.3 Pavilhões de treino durante a semana:

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Infantis							
Iniciados							
Juvenis							
Juniors							

2.3.2 Tempo de treino:

	Meio campo	Todo o campo	Ginásio musculação	Sala de vídeo	Sala de reunião	Outro
Infantis						
Iniciados						
Juvenis						
Juniores						

2.3.4 Distribuição do tempo de treino, em minutos, durante a semana

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta	Sábado	Domingo
Infantis							
Iniciados							
Juvenis							
Juniores							

2.3.5 Pavilhões onde jogam as equipas.

	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Pavilhão				

2.4 Recursos de transportes

	Treinos	Jogos
Camioneta		
Autocarro		
Outro		

2.4.4 O Clube oferece, a todos os jogadores que necessitam, transporte para o treino?

Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniores	
Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não

2.4.5 Qual é o raio de acção do transporte para o treino (Km)?

Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores

2.4.6 O Clube proporciona a todos os jogadores transporte para o jogo?

Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniores	
Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não

3. Organização da Secção de Andebol

3.1 Com que frequência faz reuniões com os treinadores?

3.2 Os treinadores adjuntos desempenham tarefas específicas como treinadores de guarda-redes? Sim Não

3.2.1 Em que escalões? _____

3.3 Directores e treinadores fazem reuniões em separado ou em conjunto?

3.4 Quem prepara os horários e transportes dos jogos?

3.5 Quem prepara o material de treino do treinador?

3.6 Quem prepara o material dos jogadores para treino?

a. As lesões dos jogadores são registadas? Por quem?

	Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniorees	
	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não	Sim	Não
Quem controla								

4 – Estratégias de recrutamento de jogadores:

Acções	Idades	Raio de acção (Km)
Dinamização nas escolas		
Dinamização na rua		
Acordos com outros clubes		
Cada jogador traz um amigo		
Outra:		

5– Etapas da Formação

	Idades	Número de equipas	Número de jogadores
Infantis			
Iniciados			
Juvenis			
Juniorees			

5.1 Os jogadores são distribuídos pelos escalões de acordo com:

	Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniorees	
	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo	Treino	Jogo
Escalões da Federação								
Escalões internos do Clube								
Maturação dos jogadores								

6 - Planificação da Carreira de Jogador?

6.1 O Clube planeia uma carreira para os seus jogadores? Sim Não

6.1.1 A partir de que idade? _____

6.1.2 Até que idade? _____.

6.2 O Clube tem uma nomenclatura própria para as diferentes etapas de formação? Sim Não

6.2.1 Qual?

Nome					
Idade					

6.3 Os jogadores praticam outros desportos?

	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Não				
Sim, em paralelo com o andebol				
Sim, no período transitório				

6.4 Quando se inicia a especialização? ____ anos no escalão de _____.

6.5 Quando se definem as posições específicas dos jogadores?
____ anos no escalão de _____.

6.6 Com que idade ou em que categoria os jogadores têm que optar entre o andebol de recreação e o andebol de competição?

6.7 Durante o trajecto da formação, é contemplado o treino mental? Com que orientação?

	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Não é contemplado				
Sim mas sem objectivos claros				
Orientado para a tarefa				
Orientado para o ego				
Misto tarefa/ego				

6.8 O Clube tem uma planificação ou oferece serviços para a prática desportiva dos jogadores depois destes se retirarem da competição?

Sim Não

Objectivos da planificação: _____

Serviços oferecidos: _____

6.9 De todos os elementos que fazem parte da secção de andebol, quantos(as) foram jogadores(as) de andebol? _____

7 Conteúdos e objectivos por escalão

	Conteúdos	Objectivos	Orientações metodológicas
Técnica ofensiva			
Táctica ofensiva			
Técnica defensiva			
Táctica defensiva			

Sistemas/conteúdos de jogo por escalão

Sistemas de jogo	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Contra defesas recuadas				
Contra defesas abertas				

Caso específico do guarda-redes

	Conteúdos	Objectivos	Orientações metodológicas
Técnica			
Táctica			
Capacidades motoras			

8 Caracterização dos jogadores

O Clube faz identificação de talentos? Sim Não

Em que idades? 10 11 12 13 14 15 16 17

Através de: observação directa testes

Idades	Testes	Capacidades avaliadas	Valores de referência

O Clube faz promoções de jogadores?

Não.

Sim, por níveis dentro da mesma categoria.

Quem é o responsável pela tomada de decisão?

Indique as categorias onde se aplica assinalando os respectivos critérios.

Promoção por níveis	Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores
Medidas antropométricas				
Estatura				
Massa corporal				
Envergadura				
Medida transversal da mão				
Outra :				
Capacidades motoras				
Resistência				
Velocidade				
Força				
Coordenação				
Outra :				
Maturação				
Cálculo da estatura matura predita				
Desempenho técnico				
Passe – recepção				
Drible				
Remate				
Finta				
Desarme/intercepção				
Bloco				
Controlo defensivo				
Outro:				
Desempenho tático				
Décalage				
Fixação				
Cruzamento				
Desmarcação				
Bloqueio				
Posicionamento				
Cobertura/dobra				
Câmbio defensivo				
Deslizamento				
Outro:				

Sim, por etapas mudando de escalão.

Quem é o responsável pela tomada de decisão? _____

Indique onde é que se aplicam mudanças de escalão assinalando-as nos respectivos critérios apresentados.

Promoção de escalão	Inf – Inic	Inic – Juv	Juv – Jun
Medidas antropométricas			
Estatura			
Massa corporal			
Envergadura			
Medida transversal da mão			
Outra :			
Capacidades motoras			
Resistência			
Velocidade			
Força			
Coordenação			
Outra :			
Maturação			
Cálculo da estatura matura predita			
Desempenho técnico			
Passe – recepção			
Drible			
Remate			
Finta			
Desarme/intercepção			
Bloco			
Controlo defensivo			
Outro:			
Desempenho tático			
Décalage			
Fixação			
Cruzamento			
Desmarcação			
Bloqueio			
Posicionamento			
Cobertura/dobra			
Câmbio defensivo			
Outro:			

Quem decide a promoção dos jogadores à equipa sénior?

O que acontece aos jogadores que não têm entrada directa na equipa sénior?

- Equipa B
- Emprestados
- Ficam livres para poderem representar outros clubes

Nas últimas 5 épocas:

Quantos jogadores foram formados no Clube? _____

Quantos jogadores formados no Clube chegaram à equipa sénior? _____

Quantos jogadores formados no Clube jogam na 1ª Divisão? _____

Características antropométricas

	Estatura (cm)	Massa Corporal (Kg)
Extremos		
1ª linha		
Pivot		
Guarda-redes		

9 Relação contratual entre Clube e jogadores.

Indique o número de jogadores por escalão de acordo com o apoio.

Categoria	Alimentação	Transportes	Alojamento	Material desportivo	Monetário	Contrato de formação	Contrato profissional
Infantis							
Iniciados							
Juvenis							
Juniores							

As condições contratuais são:

- Internas (acordo entre jogador, padres e Clube)
- Externas (impostas pela Federação)
- Em função da idade
- Em função do desempenho/potencial desportivo

10 Contacto e relação com a família dos jogadores

O contacto com as famílias dos jogadores é feito:

Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniores	
Em grupo	Por família	Em grupo	Por família	Em grupo	Por família	Em grupo	Por família

Com que frequência as famílias dos jogadores são contactadas?

Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores

Em que momentos as famílias dos jogadores são contactadas?

Infantis	Iniciados	Juvenis	Juniores

Objectivos dos contactos:

Categorias	Objectivos
Infantis	
Iniciados	
Juvenis	
Juniores	

Coordenação entre as actividades escolar e desportiva

Os jogadores conseguem coordenar o horário escolar com o dos treinos?
Sim Não Quantos? _____

Têm jogadores que usufruam dos benefícios do Quadro Legal de Suporte para a coordenação entre os estudos e o andebol?
Sim Não Quantos? _____

Existe algum protocolo entre as direcções das escolas e o Clube para que os jogadores possam coordenar os horários escolares e do treino?
Sim Não

Se sim, em que se baseia.

É exigido aos jogadores algum objectivo escolar? Sim Não
Se sim, qual? _____

Se não o alcançarem, qual é a consequência para o jogador?

Que directrizes segue o Clube na relação com a família na gestão dos objectivos escolares?

11 Controlo e avaliação

O Clube faz avaliação e controlo do treino?

	Não	Sim	
		Observação directa	Testes
Infantis			
Iniciados			
Juvenis			
Juniores			

Que capacidades motoras contemplam?

Capacidade	Idade	Teste	Objectivo
Força			
Resistência			
Velocidade			
Coordenação			
Flexibilidade			

O Clube faz avaliação e controlo do treino quanto ao desempenho:

	Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniors	
	Obs dir	Teste	Obs dir	Teste	Obs dir	Teste	Obs dir	Teste
Técnico								
Táctico individual								
Táctico colectivo								

12. Volume total do trajecto na formação

Volume e relação percentual por categoria

	Infantis		Iniciados		Juvenis		Juniors	
	Treino (semana)	Jogo						
Volume								
Nº de semanas/jogos								
Total (escalão)								
Percentagem								

Volume total e relação percentual na formação

	Treino	Jogo
Volume		
Percentagem		
Volume total		

Anexo 3

Cuestionario

Función: _____ Categoría: _____ Fecha: ___ / ___ / _____

1. Caracterización del entrenador

Fecha de nacimiento: ___ / ___ / _____

Años de experiencia como entrenador de balonmano: _____.

Años de experiencia como entrenador nesta categoría: _____.

Formación académica: _____

Formación por la Real Federación Española de Balonmano: _____

2 Contacto y relación con la familia de los jugadores

Envolvimento familiar

Cual es la porcentaje de Encarregados de Educación que:

Lleva su hijo hasta los entrenamientos: _____ %

Asiste a los entrenamientos: _____ %

Lleva su hijo hasta los partidos en casa: _____ %

Asiste a los partidos en casa: _____ %

Asiste a los partidos fuera: _____ %

Tiene funciones en Club: _____ %

¿Cuales? _____

¿Alguna vez he verificado comportamientos de presión de los padres sobre los hijos?

No Sí pero pocas veces Sí, algunas veces Sí, muchas veces

¿Tiene conocimiento de iniciativas de los padres para facilitaren la práctica de balonmano de sus hijos?

No Sí pero pocas Sí, algunas Sí, con frecuencia

3. Planificación en cada categoria cuanto:

3.1 À estructura de la Unidad de Entrenamiento (UE)

(1–fundamental; 2–mucho importante; 3–importante; 4–poco importante; 5–nada importante).

Intensidad	1	2	3	4	5
Densidad	1	2	3	4	5
Volumen	1	2	3	4	5
Duración	1	2	3	4	5
Complejidad	1	2	3	4	5

¿Cual es la duración media, en minutos, de sus UE? _____

Capacidades motoras trabajadas.

1 – és mucho trabajada; 2 – és trabajada; 3 – és poco trabajada; 4 - no és trabajada.

Coordinación	1	2	3	4
Resistencia aerobia	1	2	3	4
Resistencia anaerobia	1	2	3	4
Fuerza máxima	1	2	3	4
Fuerza resistente	1	2	3	4
Fuerza rápida	1	2	3	4
Fuerza reativa	1	2	3	4
Velocidad máxima	1	2	3	4
Velocidad de aceleración	1	2	3	4
Tiempo de reacción	1	2	3	4
Velocidad de ejecución	1	2	3	4
Flexibilidad	1	2	3	4

3.2 Estructura de los ejercicios

3.2.1 Forma

En una semana que anteceda una competición importante, qué distribución, en porcentaje, hace en la forma de los ejercicios cuanto à:

___ % sin oposición; ___ % con oposición.

___ % técnica; ___ % táctica; ___ % condición física; ___ % preparación mental

___ % portero; ___ % defensa; ___ % ataque; ___ % repliegue def; ___ % contraataque

3.2.2 Objetivo

En la organización de los ejercicios de su UE, establece objetivos dando mas importancia a su:

- Análisis de lo pasado.
- Perspectivación de lo futuro.
- Misma importancia.

3.2.3 Performance

En una semana que anteceda una competición importante, evalúa la performance de sus jugadores en los ejercicios, valorando más lo desempeño:

(1–fundamental; 2–mucho importante; 3–importante; 4–poco importante; 5–nada importante).

Técnico	1	2	3	4	5
Tático	1	2	3	4	5
Físico	1	2	3	4	5
Coordinativo	1	2	3	4	5
Cooperación	1	2	3	4	5
Tomada de decisión	1	2	3	4	5

3.3 Estructura de la planificación

¿En su planificación que estructuras son contempladas?

- Microciclo
- Mesociclo
- Macrociclo

3.4 A relación entrenamiento/partido

¿Teniendo como referencia la semana, que porcentaje es dedicada a lo entrenamiento y a la preparación del partido?

___ % para entrenar ___ % preparación para el partido

¿Esta relación porcentual se altera durante la época? Sí No

¿En que momentos y de que forma?

Momentos	% para entrenar	% para preparar el partido

4 El partido

¿Hace un plano de acción para los partidos? Sí No

¿Se sí, en que se basa para lo estructurar?

	Equipo adversaria	Mío equipo
Conocimiento empírico		
Datos estadísticos		
Ver/análisis de partidos		
Classificación en lo campeonato		
Otro:		
Planificación de los contenidos		

¿En que criterios se basa para hacer el control del tiempo de partido de los jugadores?

(1–fundamental; 2–mucho importante; 3–importante; 4–poco importante; 5–nada importante).

	1	2	3	4	5
Definido antes del partido pero puede ser alterado	1	2	3	4	5
Definido antes del partido y és inalterable	1	2	3	4	5
Respeto por los adversarios	1	2	3	4	5
Desempeño observable	1	2	3	4	5
Gestión emocional ante el error	1	2	3	4	5
Respeto por los compañeros y entrenador	1	2	3	4	5
Tomada de decisión	1	2	3	4	5
Características individuales del adversario	1	2	3	4	5
Gestión emocional ante los conflictos	1	2	3	4	5
Respeto por las reglas del partido	1	2	3	4	5
Eficácia	1	2	3	4	5
Condición física	1	2	3	4	5
Características coletivas del adversario	1	2	3	4	5

Anexo 4

Questionário

Função: _____ Escalão: _____ Data: ___ / ___ / _____

1 Caracterização do treinador

Data de nascimento: ___ / ___ / _____

Anos de experiência como treinador de andebol: _____.

Anos de experiência como treinador nesta categoria: _____.

Formação académica: _____

Formação pela Federação de Andebol de Portugal: _____

2 Contacto e relação com a família dos jogadores

Envolvimento familiar

Qual é a percentagem de Encarregados de Educação que:

Leva o seu filho aos treinos: _____ %

Assiste aos treinos: _____ %

Leva o seu filho aos jogos em casa: _____ %

Assiste aos jogos em casa: _____ %

Assiste aos jogos fora: _____ %

Tem funções no Clube: _____ %

Quais? _____

Alguma vez verificou comportamentos de pressão dos pais sobre os filhos?

Não Sim mas poucas vezes Sim, algumas vezes Sim, muitas vezes

Tem conhecimento de iniciativas dos pais para facilitarem a prática do andebol dos seus filhos?

Não Sim mas poucas Sim, algumas Sim, com frequência

3. Planificação em cada categoria quanto:

3.1 À estrutura da Unidade de Treino (UT)

(1–fundamental; 2–muito importante; 3–importante; 4–pouco importante; 5–nada importante).

Intensidade	1	2	3	4	5
Densidade	1	2	3	4	5
Volume	1	2	3	4	5
Duração	1	2	3	4	5
Complexidade	1	2	3	4	5

Qual é a duração média, em minutos, da sua UT? _____

Capacidades motoras trabalhadas.

1 – é muito trabalhada; 2 – é trabalhada; 3 – é pouco trabalhada; 4 - não é trabalhada.

Coordenação	1	2	3	4
Resistência aeróbia	1	2	3	4
Resistência anaeróbia	1	2	3	4
Força máxima	1	2	3	4
Força resistente	1	2	3	4
Força rápida	1	2	3	4
Força reactiva	1	2	3	4
Velocidade máxima	1	2	3	4
Velocidade de aceleração	1	2	3	4
Tempo de reacção	1	2	3	4
Velocidade de execução	1	2	3	4
Flexibilidade	1	2	3	4

3.2 Estrutura dos exercícios

3.2.1 Forma

Numa semana que anteceda uma competição importante, que distribuição, em percentagem, faz na forma dos exercícios quanto à:

___ % sem oposição; ___ % com oposição.

___ % técnica; ___ % tática; ___ % condição física; ___ % preparação mental

___ % guarda-redes; ___ % defesa; ___ % ataque; ___ % rec. def; ___ % contra-ataque

3.2.2 Objetivo

Na organização dos exercícios da sua UT, estabelece objectivos dando mais importância à sua:

- Análise do passado.
- Perspectivação do futuro.
- Mesma importância.

4 O jogo

Faz um plano de acção para os jogos? Sim Não

Se sim, em que se baseia para o estruturar?

	Equipa adversária	Minha equipa
Conhecimento empírico		
Dados estatísticos		
Ver/análise de jogos		
Classificação no campeonato		
Outro:		
Planificação dos conteúdos		

Em que critérios se baseia para fazer o controlo do tempo de jogo dos jogadores?

(1–fundamental; 2–mucho importante; 3–importante; 4–poco importante; 5–nada importante).

Definido antes do jogo mas pode ser alterado	1	2	3	4	5
Definido antes do jogo e é inalterável	1	2	3	4	5
Respeito pelos adversários	1	2	3	4	5
Desempenho observável	1	2	3	4	5
Gestão emocional perante o erro	1	2	3	4	5
Respeito pelos companheiros e treinador	1	2	3	4	5
Tomada de decisão	1	2	3	4	5
Características individuais do adversário	1	2	3	4	5
Gestão emocional perante os conflitos	1	2	3	4	5
Respeito pelas regras do jogo	1	2	3	4	5
Eficácia	1	2	3	4	5
Condição física	1	2	3	4	5
Características colectivas do adversário	1	2	3	4	5