2.1 Elementos constituintes

O jogador na equipa

> "Ao chegar ao Barça, a primeira coisa que nos ensinam é a pensar. Pensa, pensa, pensa" (XaviHernández em Barrero, 2011, http://www.rtve.es/deportes/20110211/xavi-hernandez/404399.shtml)

A partir do contributo realizado pelas ciências da complexidade, na perspetiva do Futebol Clube de Barcelona, o jogador é contemplado a partir de uma dimensão pluridimensional (Seirul·lo, 2016). Valorizam-se as necessidades emocionais do ser humano atleta em contacto permanente com a forma de jogar, pensar, sentir, desfrutar, que esta instituição denomina de "a nossa identidade", "o nosso ADN".

Portanto, através do processo de (com) formação pelo qual o jogador passa, ao longo da sua experiência motriz-desportiva, consegue adaptar-se através da variabilidade prática (não linear) às necessidades dos diversos e incertos cenários que o jogo propõe e expõe.

"Quando as ideias se centram num jogo, como é o futebol, em princípio não aparece ciência, aparecem alternativas de jogo, alternativas de conhecimento, elementos que podem ser interpretados de forma distinta" (Seirul·lo, 2016).

Deste ponto de vista, considera-se indispensável ajudar o jogador em função do seu talento e das exigências que emergem do jogo. Caso se entenda o talento numa perspetiva sistémica, referimo-nos ao que Seirul·lo (2005) denomina como a manifestação instantânea da "marca de acesso" que, nas suas estruturas, têm marcado os intercâmbios. Deste modo, deve oferecer-se um treino adequado às diversas etapas do processo de formação do atleta, com um acompanhamento permanente que permita obter mais informação sobre a sua evolução nas várias facetas do jogo, frisando a ideia de "O Nosso Jogo".

Na interação entre o jogador e a equipa, a intenção consiste em integrá-lo na equipa, sem renunciar ao seu talento. Por esta razão, é necessário observar e controlar o nosso próprio modelo e os nossos futebolistas, para o aplicar nas etapas de formação.

Segundo esta proposta, o jogador não deve especializar-se numa posição específica de forma prematura. Deste modo, e para compreender o jogo, deve ocupar e explorar todas as demarcações como via da sua otimização empática.

Um dos principais objetivos que se pretende ao colaborar com o jogador e com as diversas estruturas que o compreendem, é que todas as equipas

que fazem parte da instituição tenham a mesma compreensão e filosofia de jogo.

Portanto, os vários acontecimentos vividos pelo jogador durante a prática serão experiências determinantes e únicas para o conjunto de formação de cada um deles e das suas possibilidades específicas de vínculo nos ambientes complexos de desportos de interação em espaço partilhado (DIEC), como o é o futebol (Seirul·lo, 2017).

É importante considerar o ser humano desportista como consequência de uma estrutura complexa configurada por interações e retroações, que se evidenciam através de processos dos diversos sistemas e subsistemas que o constituem.

Os processos intersistémicos pelos quais o atleta atravessa, através das permanentes e inesgotáveis interações e retroações, são gerados pelos diversos cruzamentos, que emergem da prática e permitem, desta forma, constituir a pessoa do jogador (Seirul·lo, 2005).

Perante disto, a energia dissipa-se através de processos subjacentes que se manifestam através destas várias estruturas:

- Estrutura bioenergética.
- Estrutura condicional.
- Estrutura coordenadora.
- Estrutura cognitiva.
- Estrutura sócioafetiva.
- Estrutura emotivo-volitiva.
- Estrutura expressivo-criativa.
- Estrutura mental.

Figura 1: Fluxo de estruturas

Fonte: elaboração própria.

A figura 1 representa as diversas estruturas que fazem parte do jogador. Estas não se expressam em termos de dados estatísticos, pelo que devem ser tidas em conta na perspetiva dos sistemas dinâmicos, em função do fluxo de interações (e retroações) pelas quais transita o atleta em um determinado contexto, entenda-se, numa tarefa de treino ou num torneio.

Neste sentido, a relação indivisível entre o jogador, a equipa e o jogo, permite configurar situações de treino para os desportos da equipa, adequadas à realidade funcional do ser humano desportista permitindo, desta forma, entender a teoria dos sistemas com a prática do treino nos desportos de interação em espaço partilhado (Seirul·lo, 2017).

Por esta razão, é de grande importância valorizar e interpretar permanentemente cada uma das estruturas denominadas anteriormente, já que fazem parte do jogador ao longo da sua vida desportiva.

Em seguida, destacam-se os pontos mais relevantes de cada estrutura. Considera-se o meio envolvente, as interações, as sequências do conjunto da sua formação e a **cultura coletiva do jogo**.

Iniciaremos esta descrição com uma referência tanto ao desporto em geral como ao futebol em particular, considerando este como um instrumento educativo, já que é o cenário no qual os atletas manifestam os seus conhecimentos, necessidades, responsabilidades, ou seja, é o

campo de expressão pelo qual as suas estruturas interagem de forma permanente:

> O futebol é o JOGO dos jogos, pela sua estrutura interna, pela relação que pode existir entre os jogadores (colegas e adversários), porque se desenvolve num campo grande, porque se partilha o espaço, por se jogar com os pés, por ter regras muito simples, entre outras, constitui uma alternativa de relações entre pessoas que se assemelham muito à vida real e diária dos seres humanos (Seirul·lo, 2016)

Estrutura bioenergética

Uma das características que envolve esta estrutura está relacionada com o contributo de energia em função do esforço, ao qual se expõe o atleta, numa determinada situação. Quer dizer, o jogador necessita de energia para tomar decisões e concretizá-las, o que lhe permitir manter a concentração e utilizar da melhor forma os diversos sensores. Por sua vez, os processos cognitivos em relação aos sistemas coordenadores (ações motrizes diferentes em contextos variáveis e de permanente auto-organização) implicam um gasto energético que, em concordância com a prática específica, o descanso e a alimentação permitirão otimizar o rendimento do jogador.

Estrutura condicional

Outra das estruturas que configuram o jogador e o seu talento é a denominada condicional. Conhecida por proporcionar valor físico, já que abordaas interações entre sistemas que compreendem as capacidades físicas, tais como: força, velocidade, resistência (básicas); como também a flexibilidade (facilitadoras).

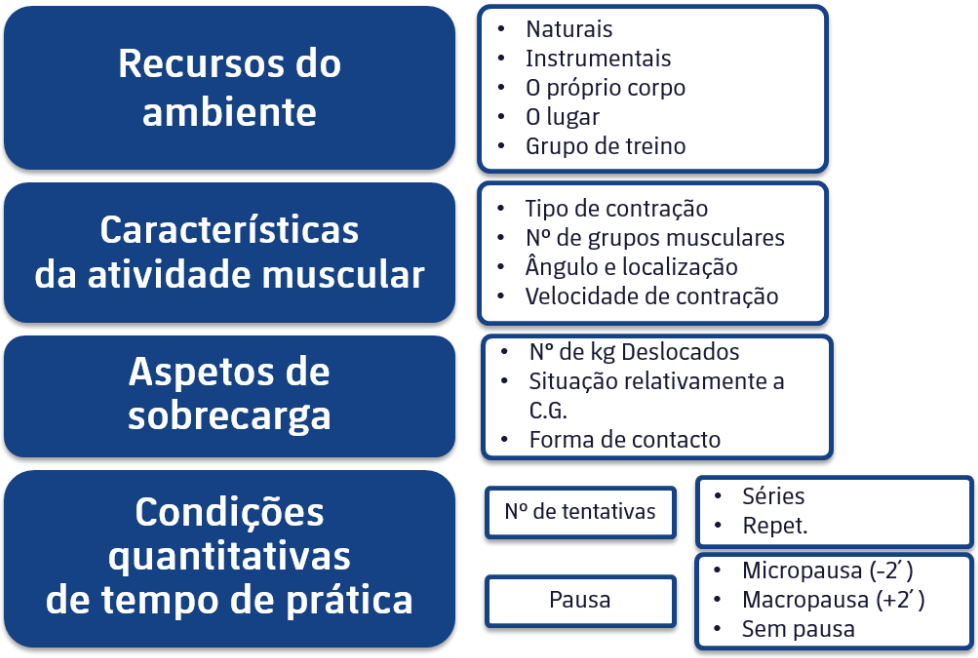
A partir do paradigma clássico, a estrutura condicional (capacidades físicas) tem tido grande relevância nos processos de análise e avaliação (quantitativa) do jogador, relacionando os resultados de diferentes testes e provas com as possibilidades de fazer parte, ou não, do modelo de uma equipa, por exemplo. Esta tendência analítica reducionista analisa o rendimento do ser humano desportista sob circunstâncias fragmentadas em situações isoladas do meio envolvente, onde o indivíduo se constrói e afasta toda a possibilidade de se auto-organizar em função das suas experiências vividas em situações de variabilidade, sob constrangimentos de tarefas específicas que o representem.

Dentro desta estrutura destaca-se a importância de colaborar sobre o equilíbrio postural do atleta através de uma musculação específica em

cada caso, em cada situação, desenvolvendo um trabalho interdisciplinar com o serviço médico do clube.

Em resumo, numa visão global expressa em relações não lineares, em contextos abertos e dinâmicos que surgem a partir de ações emergentes, propõem-se aspetos gerais a ter em conta, para a otimização da referida estrutura sem deixar de lado a ênfase qualitativa.

Tabela 1: Elementos a ter em conta para colaborar na estrutura condicional



Fonte: Seirul·lo, 2001, p. 10.

Desta forma, nesta nova abordagem, o treino e interação das estruturas, constituem um processo único de otimização do atleta (Seirul·lo, 2002)

Estrutura coordenadora

Na busca pela otimização do rendimento dos atletas, a estrutura coordenadora tem como premissa nos desportos de equipa, construir tarefas ecológicas e flexíveis nas quais flutue o avanço dos jogadores aos diferentes ritmos e exigências que nascem do próprio jogo. Parte-se do princípio que cada indivíduo possui características diferentes (Massafret i Marimon, M. 2017). Neste sentido, a estrutura coordenadora contempla a relação (direta ou indireta) do jogador com a bola, o jogo, os apoios, deslocações, mudanças de direção, rotações, entre outros.

Quer dizer, facilitam que o valor real e nominal de uma ação motriz coincida o máximo possível, fortaleça a fidelidade e estabilidade do movimento do modelo motor (Massafret e Serrés, 2005).

Seirul·lo e Massafret (2001), desenvolvem a proposta sobre as capacidades coordenadoras sob três grandes áreas representativas da expressão do movimento:

Tabela 2: Componentes das capacidades coordenadoras

Área de execução motriz	Área de representação espacial	Área de perceção temporal
Capacidade de controlo do movimento	Capacidade de implantação no espaço	Capacidade de adequação temporal
• Discriminação cinestésica • Discriminação segmentária • Variabilidade do movimento • Combinação de movimentos • Controlo guiado do movimento • Fluidez e relaxamento • Amplitude do movimento	• Orientação do movimento • Direcionalidade do movimento • Localização topográfica do movimento • Localização do movimento no espaço • Equilíbrio estático-dinâmico	• Antecipação _ Reação motora • Diferenciação rítmica • Variabilidade rítmica • Adaptação temporal • Sentido rítmico

Fonte: Massafret e Seirul·lo, 2001, p. 62.

É importante destacar, dentro desta estrutura, que as capacidades coordenadoras (numa perspetiva sistémica associada às necessidades do jogador e do jogo) não se desenvolvem de forma isolada entre si; no entanto, os componentes que resultam em função do gesto técnico específico, terão predominânciauns sobre os outros.

Dispor de uma organização sistémica que acompanhe o processo do treino, permitirá destacar o papel da estrutura coordenadora, considerando-a como um dos elementos configuradores nos quais se deve sustentar a prática dos desportos de equipa, que permita moldar na ótica do desporto na técnica individual, e na ótica do atleta no movimento específico (Massafret i Marimon, 2017).

Nos desportos da equipa como o futebol, desenvolvem-se perturbações permanentes que se expressam em cenários de caráter holístico, em circunstâncias de incerteza. Este será o meio para colaborar e melhorar a capacidade de movimento do jogador na sua configuração integral.

Tabela 3: Elementos a ter em conta para colaborar na estrutura coordenadora

Variações na execução do movimento	• Nuances (mais forte, mais fraco, mais rápido, mais devagar, etc.). • Amplitude (encadeados, não encadeados, etc.). • Simetrização (localização em relação ao eixo corporal).
Combinação de movimentos	• Sucessivos. • Alternativos. • Simétricos.
Variações espaciais na execução	• Orientação. • Direcionados. • Móveis.
Variações temporais na execução	• Antecipação. • Adaptação. • Variações de ritmo.
Tarefas em estado de fadiga	• Por excesso de informação. • Cansaço fisiológico. • Acumulação de tarefas.

Fonte: Seirul·lo, 2001, p. 11.

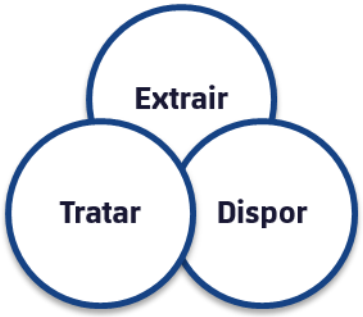
Estrutura cognitiva

Faz referência à interpretação e compreensão do jogo em geral e do "nosso jogo" em particular.

Do ponto de vista do treino em desportos de equipa, é entendida como uma estrutura constituída pela totalidade de processos intra e intersistémicos que acontecem ao jogador e que lhe permitem otimizar a sua funcionalidade para:

- Extrair.
- Tratar.
- Dispor.

Figura 2: Processos intra e intersistémicos



Fonte: elaboração própria com base em Seirul·lo, 2013, p 1.

Quer dizer, esta estrutura contém toda a informação que deriva de qualquer destes processos, em acréscimo aos diversos componentes que acontecem nos diferentes e múltiplos ambientes em concordância com as situações vividas pelo jogador durante as suas interações, tanto num torneio como nos seus treinos (Seirul·lo, 2013).

Conforme XescoEspar (2017), as capacidades cognitivas oferecem a possibilidade de conhecer, reconhecer e recordar aqueles elementos informativos que facilitam as ações que os jogadores realizam no campo. As referidas ações são implementadas num momento e espaço ótimo, em harmonia com as intenções e desejos que emergem do jogador.

Se se retoma a ideia da **funcionalidade cognitiva**, constata-se que esta contribui para o jogador, em relação à complexidade do meio envolvente com a intenção de reinterpretar a sensibilidade pela qual atravessa. A partir daqui, distinguem-se 3 componentes que dão sustento a esta estrutura:

1) Extrair (funcionalidade cognitiva I):
   O objetivo principal expressa-se em sintonia com a manifestação do jogador durante o jogo. Esta funcionalidade otimiza-se durante o treino e através do jogo.

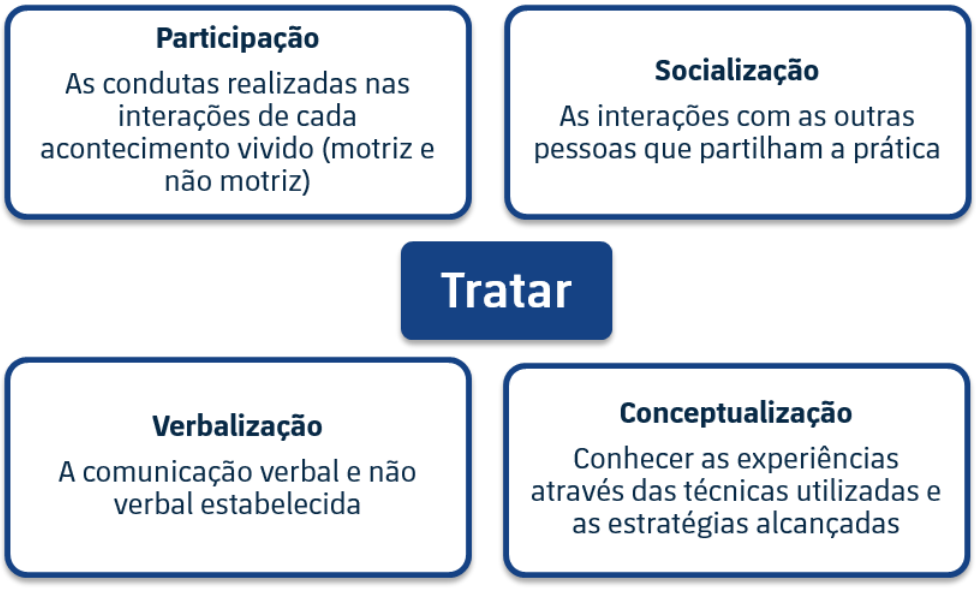
   Antes, durante e depois da participação, o jogador deverá **extrair** de si toda a informação que circula desde o treino específico e o jogo, através dos diferentes "sistemas" que lhe permitam registar os estados e mudanças de toda a natureza e que estão presentes em cada momento da sua intervenção, ativa ou passiva, nos acontecimentos.

Figura 3: Sistemas que intervêm na funcionalidade cognitiva II

Fonte: elaboração própria com base em Seirul·lo (2013).

2) Tratar (funcionalidade cognitiva II)
Sistemas e subsistemas da estrutura cognitiva tratarão toda a informação incorporada que provém de:
   - A participação.
   - A socialização.
   - A verbalização.
   - A concetualização.

Figura 4: Sistemas e subsistemas da funcionalidade cognitiva III

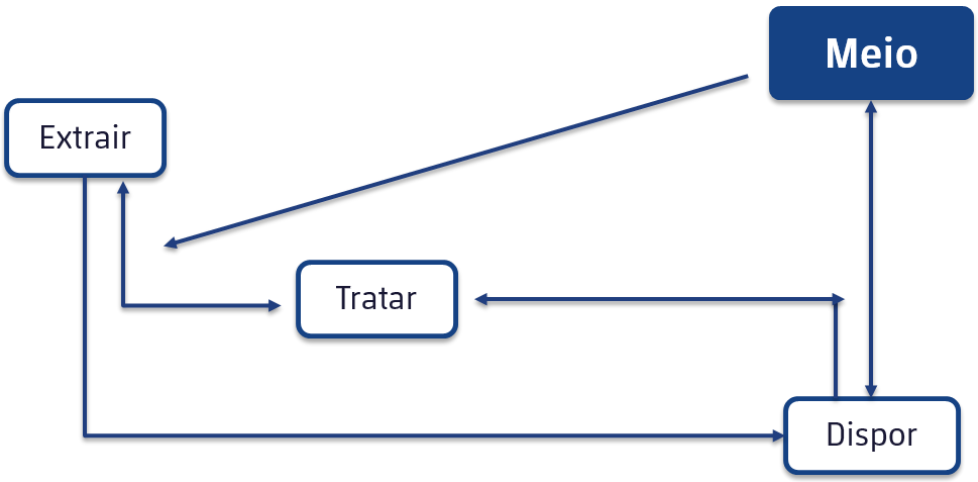


Fonte: elaboração própria com base em Seirul·lo (2013).

3) Dispor (funcionalidade cognitiva III)

Uma vez tratada a informação, dispõe-se desta para a lançar no plano da **ação,** que se desenvolve no ambiente do jogo e o transforma no sentido desejado e esperado.

Figura 5: Funcionalidade interativa



Fonte: elaboração própria com base em Seirul·lo (2013).

O processo de tomada de decisões nos desportos de interação partilhada apresenta uma grande complexidade ao serem elaborados, devido à inumerável quantidade de elementos que devemos ter em conta para a sua realização. Não obstante, o seu treino específico aproximará as suas experiências vividas, que proporcionará um avanço mais rápido na eficácia do jogo (Espar, 2017). Por esta razão, a interação e sensibilidade como ferramentas para colaborar no processo de formação do atleta, permitirá estimular os sistemas que dão suporte à referida estrutura.

Finalmente, os elementos cognitivos que surgem do jogo proporcionam toda a informação que deverá ser processada pelo jogador. Desta maneira, se o treinador conhecer os diferentes elementos de formação do conjunto poderá conceber situações e tarefas de treino, que se orientam no sentido de otimizar o rendimento do jogador. Segundo Seirul·lo (2012), cada um destes elementos contém diferentes componentes transportadores de algum tipo de informação significativa.

Estrutura sócioafetiva

> "A autogestão do grupo é o único barco capaz de navegar no mar, no sentido desejado da complexidade do jogo" (Seirul·lo, 2016).

Em inúmeras ocasiões ouve-se a expressão, sob análises diferentes "esta equipa joga de memória" ou "estes dois (jogadores) jogam de memória". Na perspetiva do treino estruturado, associada à interação permanente entre indivíduos num desporto aberto, dinâmico e holístico como o futebol, considera-se pertinente ou adequado o uso do termo **ressonância assertiva**. O conceito mencionado refere-se à comunicação assertiva-motriz, que parte da compreensão empática interpessoal de base afetiva, a qual chega a prever não só a motricidade, na qual o nosso colega estará envolvido mas, também, o que sentirá nos momentos imediatamente a seguir (Seirul·lo, 2004).

Por outro lado, se se analisa o desporto numa ótica tradicional, a essência do jogo apresenta relação direta e linear com o resultado (ganhar). Este é um olhar fechado e meramente analítico, preso na ênfase quantitativa, que abandona assim a possibilidade de aprofundar sobre o "como" ou o "porquê", embora estes sejam aspetos de grande importância no momento de refletir nos desportos da equipa. Conforme Seirul·lo, para ganhar nestes desportos, é imprescindível "contar com os outros" (2016).Desta forma, é necessária a construção de laços (interpessoais e intergrupais) estáveis e satisfatórios, que emerjam e se reproduzam durante o jogo. Estes laços são o verdadeiro êxito de uma equipa (Seirul·lo, 2017).

A prática de um desporto de interação em espaço partilhado expõe o indivíduo a um processo de formação num ambiente mutável, no qual deverá desenvolver-se em cooperação com o resto dos integrantes que participam na equipa. Tal indica que a cooperação permite o entendimento entre as pessoas (jogadores) e, se não for ótima, terá impacto de forma indesejada no desenvolvimento e rendimento do atleta.

A relação dialética existente entre a pessoa e o grupo torna evidente que um jogo como o futebol só é possível se contarmos com os colegas. Desta forma, através da interação entre jogadores, consegue-se visibilizar e transformar o significado individual de **ganhar** como principal componente (que dentro da corrente clássica tem tido grande relevância). Deste modo, nasce a denominada **cultura coletiva do jogo**,na qual constroem relações interpessoais e podem identificar-se os diversos sinais de comunicação, ou seja, forma-se um vínculo coletivo com os vários elementos da equipa e em função dos acontecimentos que emergem do jogo (Seirul·lo, 2004).

Neste sentido, com o olhar posto no jogador e na sua interação com os outros e o seu processo de auto-organização é que surge o critério "sócio" desta estrutura, o qual se identifica a partir do conhecimento do jogo começando pela sócioafetividade (Seirul·lo, 2017).

Os fatores que surgem das relações entre jogadores tornam evidentes os encontros e desencontros que atravessam os indivíduos na equipa. Tal torna evidente a importância de procurar e obter expectativas e

identificações que realcem os sentidos de comunicação, permitam homogeneizar diferentes significados no grupo (que aflorame emergem durante os confrontos e os torneios) e deem novos significados às interações circundantes.

Deste modo, as diferentes expectativas pelas quais um jogador atravessa são:

- Sentir-se cuidado e respeitado dentro do grupo.
- Cumplicidade entre os membros do grupo.
- O prazer de se entender com o grupo dentro e fora do campo.
- Quando existe um elevado nível de bem-estar pessoal.

Como consequência desta multiplicidade de situações que cada jogador integra e partilha, fica evidente a importância de que, para obter um ótimo rendimento, não é possível prosperar de maneira individual. Formar bons laços interpessoais vai permitir-lhe adquirir e marcar uma correta tomada de decisão dentro de uma situação da partida. Por exemplo, num treino, a construção de tarefas que têm como finalidade o desenvolvimento desta estrutura, realiza-se através da elaboração de elementos formadores que, segundo o modelo de jogo que se pretende pôr em prática, procurará tarefas de jogo em marcações próximas (lateral com central, ou médios, central e lateral); quer dizer, criar tarefas queproporcionem essa interatividade dinâmica e que, por sua vez, sejam consistentes e consequentes com as necessidades dos jogadores para a otimização da estrutura sócioafetiva. O propósito dos treinadores será o de construir situações que se identifiquem com a realidade competitiva. De modo que, quando numa partida se partilham espaços de ajuda mútua e o espaço-tempo para a tomada de decisão é efémero, **os treinos** devem oferecer tarefas nas quais se encontrem constantemente situações similares às que se vão viver nos jogos, para conseguir esta **ressonância empática** entre jogadores, a qual implicará uma elevada quota de entendimento.

Em resumo, as ações que um jogador aplica durante o desenvolvimento do jogo, dissimulam os fatores de interação que partilha com o grupo ao longo da sua vida desportiva durante um contexto específico.

Ao expor o termo “contexto específico” insiste-se não só no contexto de um torneio ou treino, mas sobretudo naqueles sentimentos que o jogador incorpora pela convivência e manutenção de relações assertivas fluidas, com treinadores, dirigentes, colegas e claque.

A otimização da estrutura sócioafetiva é o resultado dos diversos processos que o jogador realiza antes, durante e depois de vivenciar situações de relação interpessoal, que se desenvolvem na prática específica, ou seja, em ambientes de treino ou torneio. Estes cenários apresentam-se, segundo Seirul·lo (2017), como a fonte que proporciona a cada jogador motivos para a sua socialização e descobertas afetivas.

Durante os jogos cada jogador interpreta e decifra algum nível de informação para realizar os seus juízos, que podem ser expostos sob algumas dimensões:

- O conhecimento do acontecimento do jogo identificado pelas experiências de torneio e treinos anteriores.
- O nível de expectativas do grupo sob esse acontecimento.
- O compromisso do indivíduo nesse contacto para intervir no acontecimento.
- O estado em que se encontra a confiança entre o indivíduo e as outras pessoas da equipa.
- Outros.

Cada uma destas dimensões, acrescida a outras que surgem com maiores níveis de especificidade, colaborarão na formação e otimização do jogador e irão permitir-lhe adquirir a confiança necessária durante os próximos jogos (Seirul·lo, 2004).

Estrutura emotivo-volitiva

"Sem ***EMOÇÃO*** não há ***DEDICAÇÃO*** e portanto o esforço necessário nem a ***OTIMIZAÇÃO***" (Seirul·lo, 2016)

A seguinte estrutura é analisada a partir dos diversos componentes pelos quais o jogador atravessa e que fazem parte do mesmo. Neste sentido, podem identificar-se os elementos que pertencem ao atleta e que devem ser tidos em conta no momento de conceber tarefas de treino que se assemelham à realidade competitiva.

O propósito é alcançar um novo entendimento, diferente do que existia até agora e, aproximando-se assim de conseguir o melhor rendimento. Dentro desta estrutura, a **vontade** tem um papel preponderante e a mesma é considerada como condição indispensável para "tudo".

Aspetos a ter em conta:

- Intencionalidade.
- Desejo.
- Predisposição.
- Compromisso.
- Emoção.
- Otimismo.
- Motivação.

Segundo Damunt e Letosa (2015), o que leva o atleta a realizar uma tarefa, pode dividir-se em duas necessidades: por um lado, a que provém do seu interior, ou intrínseca; e por outro, a que deriva do exterior, ou extrínseca.

Por exemplo, tal é o caso da motivação (intrínseca e extrínseca), analisada a parir de uma abordagem baseada em necessidades, com

ênfase para o nível em que as pessoas escolhem as suas condutas (Damunt e Letosa 2015, adaptado de Giesenow, 2015).

A partir dessa conceção, a conduta intrinsecamente motivada, tem como objetivo o próprio prazer ou um interesse pessoal em realizá-la. Quer dizer, sustenta-se sob necessidades psicológicas definidas que incluem: o interesse pessoal, a eficácia e a curiosidade (Monroy, A. e Sáez, G.; 2011).

Por outro lado, a motivação extrínseca é a receção que penetra do exterior, por exemplo, a influência que o atleta recebeatravés de outras pessoas, quer seja de forma direta ou indireta, através do reconhecimento de colegas ou da sociedade. Damunt e Letosa (2015) indicam que estes tipos de cenários são os que mais (não melhor) dominam os treinadores, já que ao ser uma pessoa externa ao atleta, apresenta baixos níveis de dificuldade para a sua abordagem e pode utilizá-la na mediação.

Sabemos que a motivação extrínseca tem sido amplamente estudada, e posta em prática por diferentes agentes, que fazem parte do indivíduo atleta, entenda-se, treinadores, família, imprensa, entre outros. Destaca-se a importância de aprofundar sobre o aspeto intrínseco da motivação e aproximar a parte já estudada (motivação extrínseca) com a peça a estudar (motivação intrínseca). Desta forma, oscilar na direção de um equilíbrio de possibilidades a influenciar, sem perder de vista as relações não lineares presentes e o efeito qualitativo que alteram e modificam a formação do jogador na procura constante da sua autonomia, das relações e da competência.

A fim de conseguir otimizar a estrutura emotivo-volitiva, na motivação intrínseca do indivíduo, devem considerar-se os seguintes objetivos:

- A procura da competência na tarefa a realizar. Os atletas ficam motivados ao sentir que estão a melhorar naquilo que estão a realizar.
- A autonomia na tomada de decisões. Os atletas ficam motivados ao notar que podem decidir como e quando fazer o que estão a realizar.
- O desenvolvimento das suas relações pessoais. Os atletas ficam motivados ao sentir a melhoria na relação com os colegas na tarefa que estão a realizar. (Damunt e Letosa, 2015. Em https://www.martiperarnau.com/optimizacion-de-forma-preferente-de-la-estructura-emotivo-volitiva-la-motivacion-intrinseca/)

Deste ponto de vista, um bom começo para incorporar estes conceitos na sessão de treino seria constrangê-los de maneira que apareçam alguns destes objetivos de forma **não preferencial** (Damunt e Letosa, 2015). Isto significa que devem existir outros objetivos no treino, além do referido à estrutura emotivo-volitiva, para que este tenha certa especificidade que

o aproxime à realidade do jogo e, por conseguinte, contribua para o objetivo emotivo-volitivo. Entende-se que, se a tarefa for similar ao jogo, isso fará com que os jogadores tendam a querer participar do mesmo em busca do desenvolvimento da sua competência.

Estrutura criativo-expressiva

Em primeiro lugar, a estrutura criativo-expressiva, convida-nos a refletir sobre a relação existente entre o jogador, o espaço, o tempo (como conceito teórico, ausente na prática real) e o elemento (bola); componentes aos quais se expõe a equipa, nos diversos cenários (mutáveis), que fazem parte dos desportos de interação, em espaço partilhado. Quer dizer, numa sequência temporal, que devemos fazer antes, durante e depois de ter a bola?

Num âmbito cognitivo declarativo, esta estrutura associa-se à capacidade de reconhecer padrões ocultos e, desta forma, estabelecer novos laços entre situações e ações não vinculadas. Colabora-se desta forma para que o jogador abra a mente a novas possibilidades, portanto, a novas resoluções. Neste sentido, o novo conhecimento que adquire o jogador permitir-lhe-á auto-organizar-se sobre as novas situações de incerteza e variabilidade a que se expõem e geram **novas formas de solucionar novas situações.**

Neste sentido, cada jogador, deveria manifestar uma ação surpreendente sobre o rival em cada torneio. Isto indica a necessidade de construir e potenciar indivíduos inteligentemente criativos, capazes de criar perturbação e surpresa em dado momento e de entender as surpresas dos seus colegas (sócioafetividade) em outros (Castanhos, 2017).

Não obstante, no âmbito coordenativo e cognitivo procedimental (necessários para a emergência da ação motriz), a criatividade adquire maior preponderância e leva ao jogador a oportunidade de explorar diferentes situações-ações que até então não eram possíveis. Por sua vez, aumenta a flexibilidade coordenadora para que emerjam movimentos adaptados a uma situação concreta, permite-lhe explorar novos movimentos ou adaptar uma ação conhecida previamente, mas com variações no ritmo ou na sequência de como a efetua. A criatividade requer que se incorporem variadas tarefas de treino, para que este novo elemento "bonito" também seja **eficaz.** Desta forma, deverá ser entendida desde o processo de formação de cada atleta.

O treinador deve conferir poder ao jogador criativo. Têm que sentir que o treinador confia na sua capacidade de resolução criativa (criativo-expressiva) em situações onde a "tática do vestuário" não pode controlar a imprevisibilidade do jogo e a proposta do adversário (Castanhos, 2017).

A criatividade, compreendida a partir de uma ação motriz que emerge da interação das diversas partes do sistema de tomada de decisões, tem

como objetivo captar o movimento como expressão da intenção do jogador para se comunicar. Desta forma, o indivíduo torna-se menos previsível e incorpora, através de diferentes tarefas, um maior número de recursos perante o ambiente mutável no qual se desenvolve (competência). Deste modo, um treinador que não preste atenção às necessidades desta estrutura, que não disponha de elementos para a otimização da mesma, formará um jogador com menos recursos para decidir perante um sistema aberto, dinâmico e variável como é o futebol. Pelo contrário, um jogador que otimize a sua estrutura terá ao dispor maiores elementos para que a ação motriz, que decida utilizar numa situação pontual de espaço-tempo, se adapte melhor às necessidades do jogo e obtenha maior êxito.

A capacidade de variar as atividades do treino (variações que podem estar relacionadas com alterações de regras, espaço, mudanças de posição de jogadores, etc.) aumentará os recursos, pelo que a capacidade entre o comunicar do jogador que tem a bola e os possíveis recetores manifesta-se em tarefas que se exploram constantemente. É importante destacar que, para otimizar o rendimento do atleta no seu desenvolvimento coletivo é necessário que o jogador explore, investigue, tenha interação com os seus colegas, tome novas decisões a partir de propostas previamente selecionadas pelo treinador, modifique a sua conduta no seio da tarefa. O movimento ou expressividade (comunicação não verbal) favorece a criatividade e esta necessita de coragem emocional para ser posta em prática, portanto, a descoberta orientada será uma aliada fundamental e os treinadores e atletas deverão passar por esta.

Estrutura mental

O objetivo desta estrutura, em termos gerais, consiste em entender, compreender e identificar o sentido e objetivo da nossa existência.

Quer dizer: Que objetivo tem o jogador? Que quer ser?

A estrutura mental refere-se às formas que afetam o jogador, as denominadas situações não previstas e como este supera o novo cenário desconhecido, que não fazia parte do seu planeamento mental, que desvirtua o seu objetivo inicial e o distância das suas motivações. Todo este desencadeamento de ações emergentes surge enquanto se encontra a bola em jogo, ou seja, em pleno torneio. Esta relação entre o mental e o contextual é contida pelas sensações intrínsecas que um indivíduo sofre no seu meio envolvente mutável. Por exemplo: como afeta o resultado de um jogo sobre a tomada de decisões, como atua um jogador perante a provocação reiterada de um rival, perante decisões arbitrais com as quais não concorda, perante decisões do treinador com as quais não concorda, entre outras. Os acontecimentos que se apresentem durante um torneio significam para o jogador uma readaptação, ao nível das decisões, permanente sobre o contexto atual.

Esta estrutura convive e interage de forma funcional com as outras. Neste sentido, por exemplo, uma situação em que o resultado do jogo não seja favorável para a equipa, pode relacionar-se com a estrutura sócioafetiva, já que o jogador entende, neste caso particular, que falhou aos seus colegas.

Desta perspetiva, considera-se de grande importância o uso desta estrutura por duas razões.

- Por um lado, a necessidade de definir este conjunto de constrangimentos que aparecem especificamente durante o jogo.

- A segunda razão é englobar dentro de uma mesma estrutura as ações suscetíveis de ser otimizadas, através de regras provocadoras nas tarefas, através de propostas que gerem situações similares às que se expõem durante o torneio.

A intenção de otimizar esta estrutura permitirá dotar o jogador de novas formas de proceder sob o leque de possibilidades que se apresentam nos ambientes mutáveis, que acontecem no jogo. Desta forma, o jogador conseguirá manter ou adaptar as suas ações de forma correta (ótima) independentemente do que possa suceder durante o torneio. Ou seja, as situações de nervosismo pelas quais um indivíduo passa no jogo de futebol, não o afetarão de forma negativa e conservará a determinação para fazer o que considere oportuno num momento pontual, e evitar, como consequência, cair na precipitação, no desânimo ou na euforia.

Em termos práticos, um indivíduo sentir-se-á desalentado se a sua equipa sofrer um segundo golo sob uma motivação extrínseca (relacionada com a estrutura emotivo-volitiva), muito orientada para ganhar esse jogo (desenvolvida em tarefas de treino sob a ótica de elementos formadores, tendo em conta a necessidade do atleta) e não poderá evitar que as emoções relacionadas com a falta de vontade o afetem. Não obstante, com a estrutura mental otimizada, esta não afetará a sua tomada de decisões e continuará conforme as intenções táticas e a ideia de jogo da equipa.

Desta forma, podemos concluir que a partir de compreender o ser humano, e a complexidade na qual se encontra imerso, podemos construir novos elementos e situações de treino que produzam estas interações entre as estruturas desniveladas dos diferentes sistemas que constituem o ser humano. Deste modo, justificam-se muitas das situações que antigamente apareciam como dogmas dentro dos treinos da pedagogia tradicional (Seirul·lo, 2002).

Assim, a dimensão multifatorial e a variabilidade dos DIEC oferecem-nos a possibilidade de não focar o rendimento numa única capacidade do atleta, nem no conteúdo concreto do desporto; mas sim em procurá-lo através da participação conjunta. Dito de outra forma, no futebol, as flutuações pelas quais o atleta atravessa (que emergem de diferentes

processos, em circunstâncias de incerteza) fazem com que, na formação e interação dos sistemas que compõem as suas estruturas, "nada seja o mais importante".

Será a intercomunicação entre todas as capacidades e sistemas configuradores do atleta e a sua adequada participação e combinação de cada etapa da sua vida desportiva o que o aproxima de um rendimento desportivo otimizado (Massafret i Marimon, 2017).

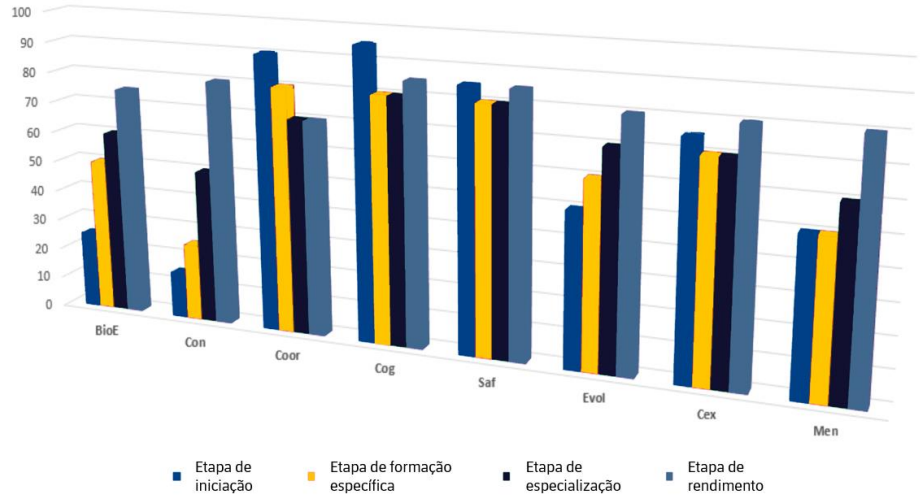
Por sua vez é importante destacar que a capacidade para otimizar o rendimento futebolístico (integral) do jogador, através do treino, e a permanente análise do mesmo é concretizada através de uma **ficha do jogador**. Esta cumpre um papel preponderante, não só para o jogador em si, mas também para o treinador, já que permite avaliar os processos pelos quais transita o atleta e valoriza a sua melhoria e crescimento durante cada etapa de formação.

Ou seja, conseguir através do conteúdo diário da sua ficha, que o jogador possa treinar os seus próprios recursos e otimizar as potencialidades do seu jogo e da sua personalidade.

Processo de treino em etapas

1. Etapa de iniciação:
    - Iniciação (1)→ Petizes e Benjamins (dos 7 aos 10 anos).
    - Iniciação (2)→ Infantis (dos 11 aos 12 anos).
2. Etapa de especialização:
    - Formação específica→ Iniciados (dos 13 aos 14 anos).
    - Especialização→ Juvenis e Juniores (dos 15 aos 18 anos).
3. Etapa de rendimento:
    - Rendimento→ Seniores (> 19 anos).
    - Alto Rendimento→ Primeira equipa.

Figura 6: Metodologia por estruturas em diferentes etapas de formação



Fonte: elaboração própria.

"É imprescindível que todo o atleta seja orientado ao longo da sua vida por um projeto que permita evitar erros muito frequentes, quando se precipitam os acontecimentos desportivos e não se respeitam temporariamente os grandes critérios de otimização do indivíduo" (Seirul·lo, F. 2004, p. 3).

A **ficha individual do jogador** é considerada uma ferramenta metodológica que nos permitirá centrar no futebolista, observar a sua evolução individual (não de modelo) e, desta forma, conseguir treinar os seus próprios recursos e otimizar as potencialidades do seu jogo e da sua personalidade.

- Definimos numa primeira instância as condições e talentos de que dispõe atualmente e que pode potenciar para otimizar o seu rendimento. São habilidades próprias que identificam o seu principal talento.
- Num segundo grupo, definimos as condições, que queremos mudar. São as insuficiências que observamos no jogador e que devemos treinar para colaborar no rendimento do jogo, através da interação entre as suas estruturas.
- Por último, se for necessário, definiremos uma secção de observações sobre o comportamento social do jogador. Podem aparecer certos hábitos, defeitos ou outros aspetos comportamentais que seja necessário eliminar. Em alguns casos pode ser que não faça falta, ou bem, não seja possível eliminá-los de todo, mas, pelo menos, podemos tentar minimizá-los.

Em seguida, será desenvolvido a título de exemplo, o uso de alguns elementos para a criação de uma ficha individual. Deste modo, é facultado o acesso a um guia que permita colaborar no processo pelo qual transita o atleta, como também na recolha de informação para o treinador. É muito importante considerar a interação de ambos, no âmbito do processo pedagógico que os envolve.

A ficha do jogador tem como primeira medida, desenvolver-se a partir de um estado de flexibilidade, que permita ser utilizada em função das necessidades dele próprio, na posição que ocupa na equipa, em função do jogo que se pretende criar. Deste modo, permitirá obter informação sobre a evolução ao longo da sua etapa como atleta.

Tabela 4: Ficha do jogador

Ficha do jogador (F7)										Temporada 2015 - 16			
Nomes e sobrenomes					Equipes				Formadores				
Estruturas	Habilidades / talentos (Para fortalecer)	S	E	M	Pontos fracos / inadequações (Para ser otimizado)	S	E	M	Aspectos a serem eliminados ou corrigidos	S	E	M

Fonte: elaboração própria.

Tabela 5: Ficha do jogador por estruturas

Ficha do jogador (F7)	Temporada 2015 - 16
Estruturas	**Explicação para a avaliação e avaliação**
Bioenergética (Bio)	
Condicional (Con)	
Coordenadora (Coo)	
Cognitiva (Cog)	
Socioafetiva (Saf)	
Emocional-volitiva (Evo)	
Criativa-expressiva (Cex)	
Mental (Men)	
Observações	

Fonte: elaboração própria.

Tabela 6: Ficha do jogador em fase de recuperação

Ficha do jogador (F7)			Temporada 2015 - 16		Equipe
Nome e sobrenomes:				Laterais	
Formadores					
Dados do relatório			30/9/2015	31/1/2016	30/5/2016
Zona	Fase de recuperação	I	Valor 1 -5		
A	Manter a estabilidade da linha (comunicação)	•			
	Identificação de marcas de marcação	•			
	Atenção / ação no adversário com a bola	•			
	Controle do espaço	•			
	Controle da área de risco (área)	•			
	Organização defensiva focada na bola parada	•			
	Liberar (expulsar) a área	•			
	Antecipação de sequências (rejeições, 2ª jogada, etc.)	•			
B	Manter a estabilidade da linha (comunicação)				
	Identificação de marcas de marcação				
	Atenção / ação no adversário com a bola				
	Controle do espaço				
	Conceitos para recuperação nas zonas B, C e D				
C	Manter a estabilidade da linha (comunicação)				
	Topidades de pesquisa: tipo				
	Controle do espaço				
	Conceitos para recuperação nas zonas C e D				
D	Superioridades e conceitos para recuperação na área D	•			

Fonte: elaboração própria.

Tabela 7: Ficha do jogador em fase de posse

Dados do relatório				30/9/2015	31/1/2016	30/5/2016
Zona	Fase de possessão		I	Valor 1->5		
A		P-R	·			
		P-R	·			
		P-R	·			
		R	·			
		R	·			
		R	·			
B						
C						
D						

Fonte: elaboração própria.

O acompanhamento periódico desta ficha de jogador permitirá ver a sua evolução e, ao mesmo tempo, otimizar o seu rendimento desportivo. Para tal, é necessário que previamente o jogador aceite o desafio de

modificar aspetos próprios, para poder autoconfigurar-se melhor como jogador do nosso estilo de jogo, dentro do contexto em que se encontra.

O jogador e o treinador

"A atitude, a expetativa, a vontade de aprender, a vontade de transmitir é o que realmente mais importa a um treinador" (Vilà, 2016).

Uma das principais características do futebol é a interação que, numa perspetiva holística, representa o jogo em ambientes de complexidade variável. Desta forma, são o treinador e a sua equipa de educadores quem terão que procurar elementos formadores, para a construção de tarefas que influenciem os comportamentos coletivos e ajudem a equipa a resolver "problemas" de forma coordenada e favoráveis aos nossos interesses (Moreno, 2013).

Segundo Cano (2014), os treinadores devem pensar "nos" jogadores e não "pelos" jogadores, já que não existe um jogo para lhes mostrar, mas que eles (em função do seu sentir e pensar) manifestarão o**jogo possível** e, deste modo, o jogo provável.

Aspetos comportamentais do treinador

Aspetos a analisar no treino e conduta dos treinadores:

1. Atenção e aspetos formais:
   - Gestão do tempo:
     - Em treinos: pontualidade, gestão do tempo nas tarefas, etc.
     - Nos jogos: controlo do tempo, nas mudanças, segundo o resultado, etc.
     - Nas conversas: duração, prioridade, etc.
   - Equipamento:
     - Adequado e de acordo à representatividade do FCB.
   - Cuidado do material:
     - Em treinos (localização, cuidado, ordem das roupas, bolas, água).

2. Atitude:
   - Negativa: com uma atitude negativa nos jogos (banco de suplentes) ou treinos.
   - Passiva: não participa em treinos e jogos perante situações diversas.
   - Reativa: reagir depois das situações de jogo.
   - Proativa: com capacidade e iniciativa para se antecipar a eventuais situações de jogo.

- Ativa: participativa, dinâmica, com envolvimento, com proximidade ao jogador, etc.

3. Qualidade da informação:
   - Brevidade: como diz o ditado popular "o bom, se é breve, é duas vezes bom".
   - Precisão e clareza: indicações claras e concisas nas mensagens a transmitir.
   - Utilidade: não porque sim, mas, que seja útil e que o jogador acredite que o é.
   - Pontual ou repetitiva: informação correta ou repetitiva, por vezes em excesso.
   - Informação ao nível das decisões: tomar decisões que correspondem ao jogador.

4. Reforços:
   - Verbais:
     - Orais ou escritos.
     - Positivos ou negativos.
   - Não-verbais:
     - Corporais: gestos, movimentos, posturas, olhares, tons de voz, sinais combinados, etc.
     - Positivos ou negativos.
   - Informação punitiva:
     - Que implica ou está relacionado com um castigo, um raspanete ao jogador, etc.
   - Reforços positivos:
     - Que somam ou ajudam o jogador.

5. Capacidade de transmissão de informação (conceitos, valores e comunicação) com os jogadores, referentes a todas as estruturas:

   - Estrutura bioenergética: proporciona a energia para viver, alimentação, descanso.
   - Estrutura condicional: capacidades condicionais, físicas.
   - Estrutura coordenadora: dá suporte à técnica individual e coordenadora.
   - Estrutura cognitiva: compreensão e interpretação do jogo.
   - Estrutura sócioafetiva: proximidade, relações e integração na equipa.
   - Estrutura emotivo-volitiva: Com que me emociono? Que desejo?
   - Estrutura criativo-expressiva: para adquirir novos sinais de intercomunicação próprios e da equipa.
   - Estrutura mental: Que quero ser? Onde quero chegar? Compreender e interpretar a nossa existência.

Os nossos objetivos

Relativamente aos nossos treinadores:

Assessorar nos fundamentos do jogo e na metodologia de treino do FCB

Dar uma formação contínua para melhorar a sua preparação e a sua relação com os jogadores

Apaixoná-los pelo nosso jogo, para que transmitam, pratiquem e treinem todos estes fundamentos com os jogadores, com a paixão e convicção que exige

A sua formação

A formação dos nossos treinadores consiste em:

Sessões teóricas e práticas para explicar, entender e comentar os conceitos do nosso jogo.

Ver vídeos e trechos de ações da 1.ª equipa e equipas do nosso futebol base, referidos no nosso jogo.

Análise, debate e consenso dos mesmos.

Prática de campo para reafirmar e evoluir nos conceitos e metodologia dos nossos treinos e do nosso jogo.

Propostas de tarefas e Situações Simuladoras Preferenciais (S.S.P) por parte dos mesmos treinadores.

Acompanhamento dos treinos e jogos para que esta ideia, este modelo, se leve à prática.

Os Seus requisitos

Para que a tarefa de um treinador possa ser eficaz é necessária uma série de aspetos fundamentais:

- Deve ter uma **ideia** que sirva de orientação no seu trabalho. Deve fazer evoluir esta ideia com grande humildade, esforço, firmeza e recetividade.
- Deve ter a confiança dos seus superiores, fazer com que eles também acreditem, realmente, e não mudem em função dos resultados
- Deve aproximar-se de pessoas relacionadas com as suas ideias (treinadores, colaboradores) Devem ser fiéis à sua maneira de pensar e de atuar, e que possam acrescentar algo e ajudá-los. Devem ser flexíveis e abertos a propostas coerentes, inovadoras e otimizadoras.
- Saber como transmitir as suas ideias aos jogadores para que eles acreditem nestas. Sem dúvida, com uma atitude sempre positiva

e autocrítica. Estabelecer um desafio, compromisso e cumplicidade com estes. Com dinamismo, preocupação de melhoria e ambição. É necessário manter a proximidade com o jogador.

- Trabalhar os valores no próprio treino ou responsabilidade, com humildade, confiança e trabalho em equipa.

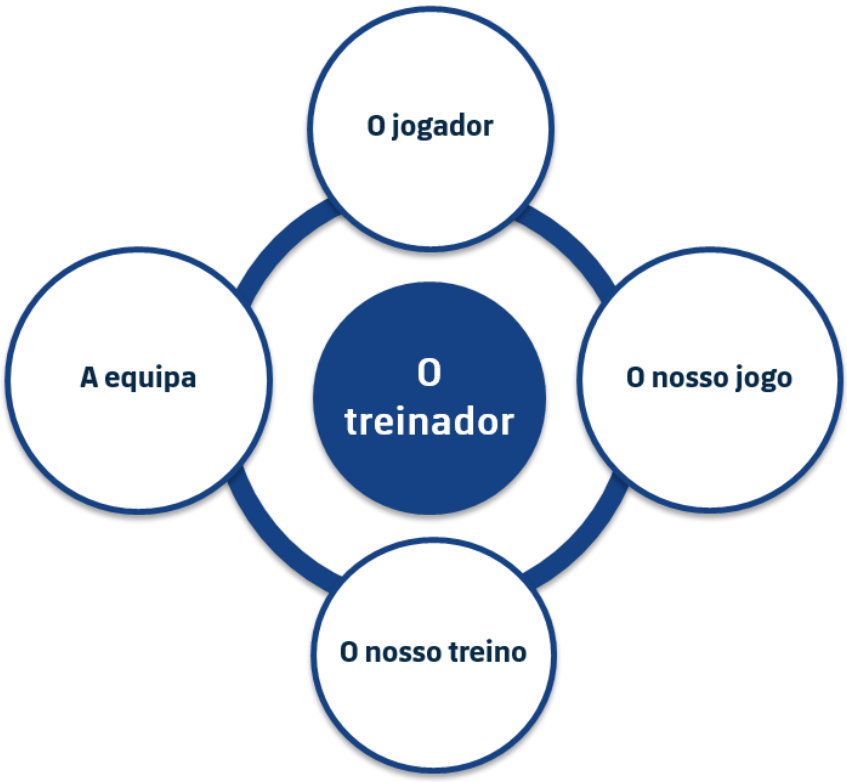
Como interlocutor

O treinador é o interlocutor entre o jogo e o jogador, dois componentes fundamentais.

Diretamente ou através de sua formação, a tarefa do treinador consiste em orientar e contribuir com os seus conhecimentos e experiências para o jogador, acompanhando-o nas suas diversas etapas (formativa ou profissional). No intuito de otimizar as suas competências e o seu talento, para que tudo isso possa ser entregue no jogo.

Se o trabalho do treinador for correto, esse processo produz um enriquecimento mútuo, já que os melhores professores de cada treinador são o próprio jogo e o jogador. Nas palavras de Valdano "Nós, os jogadores e treinadores, formamos a parte autenticamente viva e ativa do futebol, e portanto, este futebol será o que queiramos que seja, apesar de todos os que queiram adulterá-lo" (Valdano, 1987, inédito).

Figura 7: Interação entre as partes que compõem uma ideia de projeto



Fonte: elaboração própria.

Para concluir, é importante destacar que tanto o interesse do treinador em formar parte do conjunto de formação do atleta, como os desejos do jogador, estão sujeitos à permanente interação com os demais, arraigados no sentimento de uma instituição cuja complexidade os envolve. Tudo isto, acrescido do prazer de jogar, desfrutar com a bola e partilhá-la com toda a equipa, permitirá transformar uma simples ideia inicial numa realidade colocada ao serviço dos adeptos. Desta forma se constrói uma identidade de jogo, uma identidade de clube **a nossa identidade**.

Referências

Barrero, J. (11 de Fevereiro de 2011). Xavi: "A primeira coisa que nos ensinam no Barça é a pensar" *Corporación de Radio y TelevisiónEspañola* [edição digital]. Recolhido de http://www.rtve.es/deportes/20110211/xavi-hernandez/404399.shtml

Cano, O. (2014). Jugadores ¿Y? juego. Em Gómez, P. (Ed*.) El fútbol ¡NO! Es así. ¿Quién dijo que estaba todo inventado?* (pp. 28-29). Espanha. Futbol del Libro: www.futboldellibro.com

Castaños, G. (2017). *Guardiola el ladrón de ideas. Creatividad en innovación en el fútbol.* Buenos Aires: Hojas del Sur S.A.

Damunt, X e Letosa, L. (2015). *Optimización de forma preferente de la estructura emotivo-volitiva. La motivación intrínseca* [artículo en línea]Recolhido dehttps://www.martiperarnau.com/optimizacion-de-forma-preferente-de-la-estructura-emotivo-volitiva-la-motivacion-intrinseca/

Espar, X. (2017). *La estructura cognitiva.* Em Seirul·lo, F. (Ed.) *El entrenamientoen los deportes de equipo* (pp. 244-257). Espanha. Barcelona. Mastercede.

Massafret, M. (2017). *La estructura coordinativa. La proyección del movimiento deportivo especifico en el juego.* Em Seirul·lo, F. (Ed.) *El entrenamiento en los deportes de equipo* (pp. 213-239). Espanha. Barcelona. Mastercede.

Massafret, M. e Serrés, R. (2005). *Procesoscoordinativos. Optimización de la técnica. Master profesional en alto rendimiento. Deportes de equipo.* Byomedic. Instituto nacional de Educación Física de Catalunya. www.mastercede.com.

Monroy, A. eSáez, G. (2011). *La motivación y el rendimiento en el deporte.* http://www.efdeportes.com/efd163/la-motivacion-y-el-rendimiento-en-el-deporte.htm

Moreno, R. (2013). *Mi receta del "4-4-2". Reflexión, desarrollo y aplicación práctica desde una visión de este sistema.* Espanha. Futbol del Libro: www.futboldellibro.com

Seirul·lo, F. (2002). *La preparación física en deportes de equipo. Entrenamiento estructurado. Dirección general de deportes.* Jornada sobre rendimiento deportivo. http://www.motricidadhumana.com/preparacion_fisica_deportes_equipo_Entrenamiento_Estructurado_Seirul·lo_2002_Valencia.pdf.

Seirul·lo, F. (2004). *Apuntes de clase. Motricidad Básica y su Aplicación a la Iniciación Deportiva.* http://www.educacionmotriz.org/articulos/motribasic_inicdep_seirul.pdf

Seirul·lo, F. (2013). *Estructura cognitiva. Sesiones formativas para entrenadores.http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/Estructura_Cognitiva_Seirul_lo_2013.pdf.*

Seirul·lo, F. (2004). *Estructura socio-afectiva.* Instituto nacional de Educación Física de Catalunya. Espanha.http://www.entrenamientodeportivo.org/articulos/estructura_socio_afectiva_francisco_seirullo_vargas_2004.pdf.

Seirul·lo, F (2016). *Exposición de Francisco Seirul·lo Vargas en Barça Coach Academy.*

Seirul·lo, F. (2017). *El entrenamiento en deportes de equipo.* Barcelona: Mastercede.

Seirul·lo, F. (2001). *Preparación física aplicada a los deportes colectivos: balonmano.*Galiza: Laverde Ediciones Lea.

Seirul·lo, F. y Massafret, M. (2001). *Master profesional en alto rendimiento. Deportes de equipo.* Byomedic. Instituto nacional de Educación Física de Catalunya. https://mastercede.com/wp-content/uploads/2017/02/ESTRUCTURA-COORDINATIVA_MARCEL%C2%B7L%C3%8D-1.pdf

Valdano, J. (1987). Así veo al entrenador. *Segundo Congreso de Entrenadores de Fútbol en la localidad de Perlora.*Junho. Manuscrito não publicado. Astúrias.

Vilà, J. (2017). *Exposición de JoanVilà em Barça CoachAcademy*.