

# A INSTRUÇÃO NA COMPETIÇÃO EM FUTEBOL

**Alexandre Crispim Santos**  
**José Rodrigues**

Escola Superior de Desporto Rio Maior, Departamento de Treino Desportivo

## INTRODUÇÃO

Não querendo, nem podendo criar a forma ideal do treinador dirigir a equipa, pois esta está sempre enquadrada por um envolvimento muito diferenciado, e como tal o mesmo comportamento do treinador pode ter resultados completamente distintos devido a essa mesma diferença no envolvimento, não existindo assim uma actuação ideal, pretendemos tão somente referenciar um conjunto de recomendações ou princípios de orientação para que o treinador instrua o seu jogador/equipa mais eficazmente, durante a competição. Embora orientemos este artigo especificamente para a modalidade de futebol, destacamos a sua total aplicabilidade a muitas outras modalidades colectivas, pois a pesquisa efectuada é sustentada precisamente na sua maioria por estudos noutras actividades desportivas que não o futebol, porque infelizmente pouca investigação tem sido realizada a este nível.



## A DIRECÇÃO DA EQUIPA

A direcção da equipa pode ser entendida como: *“O conjunto de decisões e acções que um treinador tem de tomar elou executar antes, durante e depois da competição, para conseguir alcançar os objectivos (metas) propostos para a equipa”* (Diaz, 2000, citado por Moreno, 2001)

Dirigir uma equipa resulta das medidas decididas e tomadas pelo treinador, com o objectivo de elevar ao máximo o rendimento da mesma, controlando e aconselhando os jogadores durante o treino e a competição. Segundo Cunha (1998), os objectivos fundamentais desta importante função do treinador consistem em estabilizar o comportamento de forma a diminuir ao máximo os erros, variando as condições de competição ou modificando os conceitos tácticos.

Podemos referir que, a intervenção do treinador em competição é composta por dois aspectos: um de ordem cognitiva (táctico-estratégica) e outro de ordem motivacional. Sendo assim, o treinador comunica, para orientar e conduzir o atleta à correcta execução daquilo que foi previamente trabalhado e estabelecido durante o período de preparação, pois o jogador frequentemente não consegue cumprir tais objectivos,

tendo esta informação um conteúdo tático-estratégico de forma a melhorar o processo cognitivo do jogador. Por outro lado, o treinador também é fundamental na transmissão de apelos motivacionais, tentando ajudar os seus jogadores a ultrapassar as dificuldades que vão ocorrendo durante o jogo.

Segundo Moreno (2001) o treinador nos desportos colectivos durante a competição, tem as seguintes possibilidades de intervir:

1. Intervenção directa no ritmo da competição através da solicitação de descontos de tempo ou através da realização de substituições, de acordo com o regulamento da própria modalidade desportiva (no caso do futebol o treinador não pode solicitar descontos de tempo)
2. Transmissão de informação aos jogadores durante o decorrer do jogo ou nos momentos de paragem do mesmo, respeitando o regulamento da competição, relativamente à conduta do treinador.

Segundo Araújo (1997) será importante o treinador fornecer aos seus jogadores a informação que é necessária e no momento certo, de forma a dotá-los de um sentido de responsabilidade, criatividade e autonomia, mas sendo sempre coerente com toda a preparação previamente realizada com os jogadores. Embora a instrução no decorrer da competição seja deveras importante, apelamos para que o treinador durante a mesma, seja um auxílio para a resolução dos problemas e não o responsável pela decisão desses mesmos problemas, promovendo nos jogadores uma excessiva dependência para resolver seja o que for.

A tarefa de observação durante o jogo apresenta muitas dificuldades, pois esta deverá ser das duas equipas. Segundo os mesmos autores, o treinador centra demasiadamente a sua atenção sobre os seus jogadores, descuidando assim o adversário, perdendo a possibilidade de reagir à forma de jogar do mesmo. Assim, o treinador deverá observar, num estado físico e intelectual óptimo, em plena concentração e objectividade, não podendo distrair-se e mantendo sempre um equilibrado nível emocional, não ficando perturbado ou irritado com os erros dos jogadores, árbitros ou outros elementos integrantes no jogo.

## **CARACTERÍSTICAS DA INSTRUÇÃO**

Se a direcção da equipa em competição aparece como uma das tarefas mais importantes do treinador, a instrução é a forma preferencialmente utilizada para executar tal tarefa. Como tal, caracterizá-la e analisá-la torna-se fundamental para podermos melhorar a eficácia dos treinadores enquanto líderes de todo o processo.

Serpa (1995) através do Inventário de Comportamentos Ansiogénicos do Treinador (ICAT), vem mostrar que a influência da conduta do treinador na performance dos atletas é muito significativa, ou seja, a forma como o treinador se manifesta verbalmente e não verbalmente tem uma importância e um significado no rendimento.

Num estudo realizado por Garrett (1999), citado por Moreno (2001), a 200 jogadoras de voleibol, verificou-se uma importância muito significativa no clima de positividade do treinador durante a competição através dos seus reforços positivos que ajudem a resolver as diferentes situações de jogo, chegando mesmo a referir-se que o treinador nunca deveria parar de comunicar com a sua equipa. Leva-nos assim a afirmar que a instrução do treinador deverá centrar-se muito mais na prescrição dos comportamentos a atingir pelos jogadores do que nos erros que realizaram, pois só assim se contribui para uma crescente segurança no jogador e elevada motivação. No fundo, o treinador deverá fazer com que os seus jogadores não foquem a sua atenção naquilo que erraram, mas sim no que deverão executar.

Smoll, Smith, Curtis e Hunt (1978) ao observarem 51 treinadores e 542 atletas (*Little League* de Basebol) em competição verificaram que a conduta punitiva/negativa do treinador foi muito inferior às categorias de reforço positivo (17,1%), instrução técnica geral (27,3%) e encorajamento geral (21,4%), sendo esta última categoria, a mais utilizada.

Lombardo, Faraone e Pothier (1982) no seu estudo observaram 34 treinadores de jovens em diferentes modalidades durante a competição. Através do sistema LOCOBAS verificaram que existia um predomínio significativo de informação positiva face à negativa, numa proporção de 5 para 1. Verificaram igualmente que em competição metade do tempo é gasto em observação silenciosa (50%). A instrução é essencialmente dirigida para a própria equipa e para os árbitros.

Smith, Zane, Smoll e Coppel (1983) ao analisarem 31 treinadores de basquetebol durante 110 jogos, verificaram na instrução um predomínio de instrução técnica geral (35,8%), de reforço (22,9%) e de encorajamento geral (15,8%), promovendo uma relação entre intervenções positivas e negativas de 7 para 1.

Isberg (1993) ao estudar o padrão de comportamento de 3 treinadores de elite em diferentes modalidades (“bandy”, futebol e hóquei no gelo) e a reacção dos atletas em situação de competição comprovou que existe uma dominância elevada de instruções (46%-72%), seguido do feedback positivo (19%-32%) e do apoio psicológico (9%-24%) no comportamento do treinador.

Cruz (1997) também apresenta considerações muito interessantes, pois ao observar 3 treinadores, verificou que 2% da instrução era punitiva e 50% era dirigida para a componente técnica e táctica. O mesmo autor, ao aplicar um programa de formação, verificou também que o grupo experimental apresentava uma maior instrução técnica e motivacional e menos instrução técnica punitiva que o grupo de controlo.

Mendes (1998) verificou que a actuação do treinador em competição no futebol, verificando uma dominância da observação, instrução, do feedback prescritivo dirigido ao jogador e da afectividade aprovativa. Em síntese, a análise destes estudos permite concluir que a instrução do treinador, independentemente do tipo de conteúdo da mesma, deverá ter um carácter marcadamente positivo, com vista ao aumento dos níveis de motivação e confiança dos atletas.

Os únicos estudos que não apresentam as mesmas tendências anteriormente citadas foram realizados por Dubois (1981), citado em Trudel & Coté (1994) na modalidade de futebol americano, onde se verificaram a existência de 25% de comportamentos negativos do treinador e por Quintal (2000) com treinadores portugueses enquadrados no futebol jovem, onde verificou uma relação entre o comportamento de afectividade aprovativa e a desaprovativa extremamente baixa, obtendo-se respectivamente 7,37% *vs* 4,87%.

Embora estes dados sejam controversos, os autores não retiraram qualquer tipo de conclusão relativamente às consequências do elevado nível de afectividade negativa. Torna-se assim, muito importante, estudar a influência que os diferentes tipos de instrução têm no rendimento do jogador/equipa, para que se possa afirmar convictamente quais são as características da instrução que maior eficácia promovem. Assim, Madden e Evans (1993), pretendeu analisar a instrução dos treinadores pertencentes a 36 clubes durante a competição e verificar as relações entre esta mesma intervenção e o desempenho da equipa. A modalidade desportiva escolhida foi o futebol australiano, sendo identificado nove tipos de comunicação: comentário, soluções, predições, não-específico, condicionais, questões, sugestões, crenças e ameaças. As categorias mais utilizadas foram a indicação de soluções (média de 8 unidades de informação por período de intervalo) e comentário às situações de jogo (média de 7 unidades de informação por período de intervalo). Estes autores ao correlacionarem a instrução com o desempenho da equipa, verificaram que os treinadores de maior sucesso comparativamente aos de menor sucesso são mais optimistas e utilizam maior reforço positivo com os seus jogadores e utilizam uma informação resumida em pequenos pontos informativos oportunamente emitidos.

Coté, Trudel, Guertin, Bernard, Boileau & Marcotte (1993), investigaram a instrução de 23 treinadores de jovens de hóquei no gelo em 65 jogos, relacionando também com os resultados da competição. Verificou-se assim que a grande maioria da instrução do treinador é centrada nas críticas às decisões da arbitragem, na pressão e no encorajamento para uma maior intensidade de jogo e no encorajamento para os jogadores autocontrolarem-se e respeitarem as regras. No entanto, se por um lado os treinadores quando estão a perder indicam com maior frequência aos seus jogadores a importância de respeitar as decisões do árbitro, eles próprios aumentam as informações depreciativas aos mesmos. Estas conclusões revelam precisamente a necessidade dos treinadores apresentarem coerência em toda a sua conduta, pois nesta situação o treinador ao protestar com a arbitragem irá conduzir os seus jogadores ao conflito permanente com o árbitro, desfocalizando-os completamente da tarefa, levando facilmente a equipa a um resultado negativo.

Lima (2000) refere que a intervenção do treinador durante a competição apresenta características algo diferentes quando é realizada com jovens e com adultos. Com os jovens a

conduta do treinador deve ser totalmente pedagógica, incidindo fundamentalmente na melhoria dos erros técnico-táticos, pois os jovens, segundo o autor, apresentam por natureza índices de empenho elevados. Relativamente aos adultos, a intervenção do treinador ganha também uma dimensão psicológica. Segundo o mesmo autor, a intervenção do treinador deve centrar-se na correcção dos erros individuais e colectivos, no ajustamento do plano tático-estratégico às características do adversário, podendo surpreendê-los também com outras acções individuais e colectivas, estimular os aspectos volitivos e valorizar os comportamentos dos jogadores.

Realizando uma síntese relativa a todos estes estudos, podemos referir que a instrução do treinador durante a competição continua a ser de fundamental importância, devendo por isso, ser uma continuação da instrução que ocorre durante o processo de preparação para a competição. A forma como o treinador age durante a competição pode influenciar determinantemente o rendimento do jogador, e como tal, esta intervenção deve apresentar sempre uma dominância positiva de forma a criar um bom clima, transmitindo-se a informação centrada normalmente em aspectos chave, com conteúdos técnicos da modalidade e de reforço positivo, visando uma cada vez maior motivação.

## **ANÁLISE DA INSTRUÇÃO EM COMPETIÇÃO NOS DIFERENTES MOMENTOS**

Sistematizar a instrução durante a competição em diferentes momentos permite-nos observar que existem características de envolvimento contextual diferentes, o que faz com que haja a necessidade de analisá-las separadamente.

### *Antes do jogo*

O treinador antes de iniciar o jogo propriamente dito transmite um conjunto de informações, normalmente dentro do balneário e durante os últimos minutos anteriores à entrada dos jogadores no terreno de jogo. Este momento normalmente tem uma curta duração, no entanto, para muitos treinadores é um momento de elevada importância.

O treinador deverá reunir com a equipa, antes desta se dirigir para o terreno de jogo. Deverá reunir de forma informal e com uma locução forte durante 2 a 3 minutos, pois o nível de activação adquirida com o aquecimento não deverá perder-se. Para Castelo (1996), este momento tem o objectivo de sintetizar, reforçar e ajustar as ideias-chaves que orientam todo o plano tático-estratégico da equipa, informar algumas alterações que possam ter sido percebidas na disposição tática do adversário, relembrar os ideais e a filosofia da equipa e do clube e colocar os jogadores num nível psicológico ideal.

Para Mesquita (1997) este momento deverá ser utilizado para estabelecer objectivos concretos para a concretização do plano tático-estratégico que permita a consecução do melhor

rendimento, apelar à capacidade volitiva dos jogadores, de forma a entregarem-se totalmente ao jogo, concentrando-se na tarefa sem ter medo de errar, com vista à constante superação, e fazer perceber aos jogadores que a competição é o momento onde devem expressar todas as suas capacidades (físicas, técnico-táticas e psicológicas) aprendidas, desenvolvidas e aperfeiçoadas durante o processo de preparação.

Pretende-se assim que, este momento sirva para aumentar os níveis de atenção, apelar aos conhecimentos adquiridos durante os treinos, aumentar os níveis de concentração e preparar os jogadores para os possíveis problemas que vão encontrar no jogo (Hotz, 1999).

Dias, Sarmiento e Rodrigues (1994) analisaram a instrução de dois treinadores de rugby no início e no intervalo do jogo. Relativamente ao primeiro momento, verificaram que a informação transmitida no balneário é quase exclusivamente auditiva (82,3% e 100%), dirigida maioritariamente à equipa (54,8% e 63,8%), com um conteúdo maioritariamente tático (25,5% e 51,6%) e psicológico (42,5% e 19,3%), focando fundamentalmente o comportamento do jogador (82,9% e 77,4%). Estes mesmos autores, tal como já referimos anteriormente, aconselham a que a instrução no início deverá ser curta e sucinta, sem conter partes demasiado descritivas e sem objectividade, centrada nos pontos chave colectivos e com uma conduta do treinador fortemente motivadora.

Bloom, Durand-Bush e Salmela (1997) estudaram exaustivamente 21 treinadores de quatro modalidades diferentes, através de entrevistas, com o objectivo de perceber as rotinas comportamentais do treinador antes e depois da competição. Os resultados incidem novamente numa informação dirigida para os pontos-chave do plano de jogo, preparando e ensaiando cognitivamente o mesmo, motivando fortemente todos os jogadores para um bom rendimento competitivo.

Moreno (2001) ao realizar um questionário a vários treinadores *experts* na modalidade de voleibol de forma a conceber um modelo de eficácia da instrução do treinador, conclui que antes do jogo esta mesma conduta deve ser fundamentalmente tática, com referência aos aspectos inerentes à própria equipa e à equipa adversária, sendo mais predominante ao nível do adversário, contrariamente ao que concluem outros estudos (Lombardo, Faraone e Pothier, 1982; Pina e Rodrigues, 1993; Rodrigues, 1997). A autora refere igualmente que segundo os treinadores *experts* entrevistados, a informação do treinador deve ser prioritariamente colectiva, podendo também emitir informações individualizadas mas em menor quantidade essencialmente dirigida aos atletas relevantes da equipa. Na continuação do mesmo estudo, a aplicação de um programa formativo a três treinadores verificou o aumento da informação sobre a própria equipa, de maior conteúdo tático face ao psicológico, mais descritiva do que prescritiva e a continuação de um predomínio claro da informação dirigida para o colectivo em detrimento do individual.

### *Intervalo do jogo*

Durante o intervalo do jogo de futebol, que só pode durar no máximo 15 minutos, podemos referir que o treinador tem dois objectivos principais:

1. Possibilitar a recuperação dos jogadores;
2. Transmitir um conjunto de informações válidas para os jogadores manterem ou melhoram o seu rendimento de forma a atingir o sucesso, lembrando que o jogo é constituído por duas partes e que aquilo que foi realizado anteriormente é um meio e não um fim, para atingir os objectivos previamente definidos, e que estes só se concretizam no final e não a meio do jogo.

Segundo Castelo (1996) e Lima (2000), o intervalo deve ser constituído por várias tarefas, umas de carácter mais comportamental, outras de carácter mais informativo. Sinteticamente, ao nível comportamental, o treinador deverá fazer deslocar os jogadores directamente do terreno de jogo para o balneário, de forma a estes satisfazerem as suas necessidades higiénicas e médicas (alguma lesão ou ferimento que seja necessário a intervenção do massagista/fisioterapeuta) e a repousarem do esforço realizado para conseguirem adquirir níveis fisiológicos que lhes permitam encarar eficazmente a 2ª parte do jogo (ou mais partes, consoante a modalidade). Ao nível informativo e de acordo com Castelo (1996) e Peseiro e Crispim-Santos (1999), o treinador deve aproveitar este momento para realizar as devidas correcções técnico-táticas, simultaneamente à preparação do plano tático-estratégico para a 2ª parte do jogo. Segundo os mesmos autores, a instrução deve ser curta e sucinta, pois novamente, o tempo é escasso, não devendo as instruções centrarem-se nos erros da 1ª parte, mas sim no que foi bem feito, de forma a prescrever o comportamento técnico-tático individual e colectivo que os jogadores deverão ter durante o restante tempo de jogo.

Castelo (1996) relativamente ao conteúdo informacional no intervalo do jogo ainda refere que o treinador deve fornecer informações relativas à própria equipa e à equipa adversária, de forma a compreender-se melhor a relação de forças que existiu durante a 1ª parte, fornecer as informações relativas às modificações e ajustamentos individuais ou colectivas no plano ofensivo e defensivo. Mais ainda, salientamos que o treinador deverá alertar com especial importância que o jogo não termina naquele momento e que os objectivos previamente definidos só são analisados no final do jogo, sendo por isso fundamental o comportamento da equipa durante a 2ª parte. Este apelo deve ser adequado ao resultado e ao rendimento obtido na 1ª parte, pois poderá ser necessário alterar radicalmente a forma de estar da equipa, ou então manter os mesmos níveis de performance.

Segundo Beal (1989) e Diaz (1992), citados em Moreno (2001), o treinador de voleibol, no intervalo entre os *sets*, deverá seguir as recomendações abaixo indicadas:

1. Apelar à concentração nas funções e missões individuais e colectivas de forma a não centrarem a sua atenção em factores que não controlam (ex: público, árbitros, directores, etc.);

2. Reforçar o plano tático-estratégico, revendo determinados aspectos, alterando e/ou introduzindo outros;
3. Reforçar os elementos (táticos, técnicos, físicos e psicológicos) que promovam o êxito da equipa, centrando-se na concentração e no nível psico-emocional dos jogadores, assegurando também que os jogadores quando estão a ganhar não relaxem e quando estão a perder não desanimem;
4. Quando se pretende realizar substituições, assegurar que os jogadores envolvidos conheçam profundamente o plano tático-estratégico que possa ter sido reajustado durante o intervalo;
5. Tal como anteriormente já referimos, a conduta verbal do treinador no intervalo é influenciada pela forma como decorreu a 1ª parte, ajustando-se assim a forma ideal de intervenção para que a equipa enfrente o resto do jogo com motivação, concentração e rigor.

Moreno (2001), conclui que no intervalo entre *sets*, a conduta verbal deve ser fundamentalmente de tipo tático centrada na própria equipa e no adversário, dirigida fundamentalmente para o colectivo, com uma marcada afectividade positiva. Tendo em conta que o intervalo entre *sets* no voleibol tem a duração de 3 minutos, a autora refere a partir do modelo de eficácia, que o treinador não deve referir mais de três pontos informativos.

Oliveira (1992) também realizou um questionário a vários treinadores *experts* da modalidade de andebol, inferindo as melhores estratégias de intervenção nos diferentes momentos do jogo, considerando-se que no intervalo procedem sempre a uma análise colectiva da equipa relativamente à 1ª parte, arquitectando a partir daí a estratégia da 2ª parte.

Moreno (2001) ao aplicar um programa formativo de conduta verbal em três treinadores, verificou que os mesmos aumentavam a informação dirigida para o colectivo em detrimento do individual. Também verificou que existiu progressivamente mais informação tática e centrada no adversário.

Pina e Rodrigues (1997), ao analisarem 3 treinadores de voleibol, durante os intervalos de *sets* e em descontos de tempo, verificaram uma informação com um objectivo predominantemente prescritivo, de forma auditiva, direccionada para a equipa e com um conteúdo essencialmente tático.

Rodrigues e Pina (1999) ao desenvolverem os dados recolhidos anteriormente, foram analisar o comportamento de instrução de 3 treinadores durante 12 competições com 40 *sets* disputados, onde 30 foram vencidos e 10 perdidos, e verificar a influência do resultado obtido em cada *set* nas instruções fornecidas aos jogadores. Estes autores utilizaram novamente o S.A.I.C.<sup>1</sup> (Sistema de Análise da Instrução em Competição), verificando que existe um

---

<sup>1</sup> O S.A.I.C. é um sistema que codifica todos os episódios de informação que o treinador realiza durante a competição, através de uma análise com quatro dimensões – Objectivo, Forma, Direcção e Conteúdo. Estas dimensões são desdobradas em 22 categorias e 27 sub-categorias.



predomínio de informação prescritiva, auditiva e dirigida para toda a equipa quer o *set* anterior tenha sido vencido ou perdido. Relativamente aos *sets* perdidos, verificaram que os treinadores apresentam mais informação, mas com maior negatividade, maior prescrição, mantendo maioritariamente a forma auditiva e dirigida a toda a equipa. Relativamente ao conteúdo, não foram encontradas diferenças significativas entre *sets* vencidos e perdidos, excepto na elevada informação sobre o adversário e sobre a atenção quando a equipa perde o set anterior. Independentemente do resultado, existiu um predomínio de informação sobre o adversário e com um carácter psicológico e tático.

Pina (1998), ao realizar um estudo-caso com o seleccionador nacional de voleibol, verificou que a instrução durante os descontos de tempo e intervalos entre os sets, é predominantemente prescritiva, quase totalmente auditiva, dirigida essencialmente para a equipa, com um conteúdo fundamentalmente tático, seguido do psicológico e da equipa adversária.

Por último, Dias, Sarmento e Rodrigues (1994) analisaram a instrução de dois treinadores de rugby no início e no intervalo do jogo. Relativamente ao segundo momento, verificaram que a informação transmitida é maioritariamente prescritiva (48,3% e 52,9%) e auditiva (82,3% e 100%). Contrariamente a Pina e Rodrigues (1997), a informação é dirigida em maior quantidade ao atleta (48,3% e 52,8%) em função da diminuição do colectivo (22,2% e 29,4%). Relativamente ao conteúdo, verificou-se que a informação é maioritariamente tática (33,3% e 17,6%) e psicológica (29,6% e 29,4%), focando quase sempre o comportamento (81,4% e 76,4%).

### *Durante as substituições*

Para além do conjunto de regras associadas às substituições na modalidade de futebol, cada regulamento de prova permitirá um determinado número de substituições possíveis. Este número normalmente varia entre 3 a 5 por equipa, no entanto, existem jogos em que não ocorre uma única substituição. Noutras modalidades, o processo de substituições pode ser completamente diferente, contudo, as substituições serão sempre um dos meios mais objectivos e operacionais da intervenção do treinador, durante a competição propriamente dita, de forma a modificar ou corrigir alguns aspectos inerentes aos planos de jogo.

Se aceitamos totalmente esta situação, o treinador deverá não só escolher o jogador que irá entrar e sair no jogo, com também aproveitar este momento para fornecer informação de qualidade. Esta informação poderá ser individual (dirigida ao jogador que vai entrar ou a outro jogador que permanece dentro do campo) ou colectiva (ao jogador que vai entrar de forma a transmitir aos restantes jogadores da sua equipa ou directamente à equipa). Eventualmente, poderá ser fornecida também alguma informação ao jogador que sai, de forma a que o mesmo reflecta sobre alguns aspectos inerentes ao seu comportamento em jogo ou que perceba concretamente a razão da sua substituição, pois esta continua e continuará a ser uma situação

que o jogador não encara positivamente. O treinador deve preparar antecipadamente todos os jogadores para este momento, podendo a razão inerente à substituição ser de ordem tático-estratégica, por impedimento físico ou por incumprimento de funções/missões.

Moreno (2001), conclui que durante as substituições, é recomendável que a informação seja de conteúdo tático, referindo-se quer à própria equipa, quer ao adversário (predominando a informação sobre a própria equipa), dirigida individualmente aos jogadores envolvidos na substituição, principalmente ao jogador que vai entrar. É necessário referirmos que no voleibol, a informação fornecida aos jogadores que são substituídos tem uma importância diferente da verificada no futebol, pois nesta modalidade os jogadores que saiam já não podem voltar a entrar (excepto nos regulamentos de algumas competições de escalões muito jovens – ex: escolas e infantis de futebol de sete).

### *Durante o jogo*

Quando referimos este momento, consideramos todo o tipo de informação transmitida pelo treinador durante o desenrolar do jogo propriamente dito.

“A concretização dos objectivos estabelecidos para um determinado confronto é o resultado, por um lado, da actuação eficaz dos jogadores que constituem a equipa, reflectindo o nível de preparação e evolução desta, e por outro, da hábil direcção do jogo da equipa por parte do treinador, que em última análise, se consubstancia como uma fonte de informação, estabelecendo as linhas de orientação geral e específica dos comportamentos técnico-tácticos dos jogadores.” (Castelo, 1996)

Por aqui se pode verificar que a forma como o treinador informa os seus jogadores influencia determinantemente o desenrolar do seu rendimento individual e colectivo. Um dos aspectos prioritários na direcção da equipa em competição reside na transmissão de informação da parte do treinador utilizando a instrução verbal ou não verbal. Esta deverá ser previamente conhecida traduzindo algumas adaptações no plano de jogo ou no relembrar funções/missões de determinados jogadores. Neste tipo de situação, o capitão poderá ser um interlocutor desta informação transmitindo-a seguidamente aos colegas de equipa. A informação terá de ser obrigatoriamente clara, concisa e objectiva, pois para Castelo (1996), caso aconteça o oposto será mais grave que a ausência de informação. No fundo, repete-se aquilo que referimos para a prelecção de preparação para a competição, onde o treinador deve ajudar a esclarecer e não a confundir. Seguindo o mesmo pensamento, relativo à caracterização da informação transmitida pelo treinador, Castelo (1996) refere que esta não deverá ser repetitiva e constante, pois os jogadores deixarão de a ouvir.

Tal como alguns estudos indicam (Smoll, Smith, Curtis & Hunt, 1978; Lombardo Faraone & Pothier, 1982; Smith, Zane, Smoll & Coppel, 1983; ; Isberg, 1993), o treinador deverá igualmente transmitir a informação com afectividade positiva, principalmente aos jogadores

mais inexperientes e emotivos. De acordo com a experiência vivenciada e observada, o treinador deverá também ter cuidado com a crítica ou gritos durante a competição, podendo estes tornar a relação treinador-atleta conflituosa, principalmente quando o último percebe que o primeiro não está a querer ajudá-lo, mas sim a culpabilizá-lo pelo erro. Poderá ser necessário também, responder a questões que possam ser colocadas pelos jogadores durante a competição.

Beal (1989) citado em Moreno (2001), refere igualmente que o treinador durante a competição deve recordar constantemente o plano tático-estratégico, de forma a que os jogadores não se desconcentrem das suas tarefas previamente definidas. Para além disso, julgamos que o treinador também deverá ir comentando com os jogadores suplentes a forma como eles deverão actuar caso entrem em jogo, de forma a prepará-los cognitivamente e motivacionalmente.

Reforçando o que já havia sido referido anteriormente, é importantíssimo que haja da parte do treinador uma coerência entre a instrução verbal e a não verbal (Gipson, Lowe & McKenzie, 1994) e principalmente entre aquilo que foi previamente referido na preparação para a competição e o que agora em competição se instrui.

Mesquita (1997) recomenda que a instrução do treinador em competição seja positiva, aceite as decisões do árbitro e concentre-se no jogo, fornecendo informações objectivas e precisas aos atletas, focadas principalmente no rendimento (tarefas/funções/missões) e não tanto no resultado final.

Cloes, Delhaes e Piéron (1993) verificam que o treinador apresenta menos de 10% da sua intervenção em competição dirigida para os aspectos técnico-táticos, e 25% de encorajamento/motivação para a acção, fazendo com que mais de um terço da sua instrução seja dirigida para o apoio psicológico com elevada conotação positiva.

Parece-nos que estes resultados fazem perceber que, embora o treinador seja importante no plano tático-estratégico durante a competição, será muito mais relevante na sua concepção e exposição durante o processo de preparação para a mesma, sendo mais importante durante o desenrolar do jogo, o apelo motivacional e a estabilidade psico-emocional dos seus jogadores.

Este estudo também revela outras características na instrução do treinador: direcção da informação – individualmente (50,3%), para a equipa ou grupo (28,4%), para os suplentes (13,7%); origem da informação – acções a realizar (30%), acções favoráveis (25%), acções desfavoráveis (15%), acções táticas do adversário (14%).

Com alguns estudos já realizados neste âmbito, verifica-se também alguma controvérsia sobre a vantagem ou não, do treinador transmitir informação durante o decorrer do jogo, colocando-se a seguinte questão: *será que os jogadores ouvem os treinadores, será que eles percebem?*

Alguns treinadores defendem que não deve existir informação de conteúdo tático-estratégico durante o jogo, pois esta necessita de captar a atenção do jogador, perturbando a

concentração, diminuindo a sua rentabilidade. Hotz (1999) recomenda que somente se emita informação de carácter afectivo e motivacional de forma a estabilizar o nível psico-emocional do jogador. No entanto, para nós e concordando com Moreno (2001), o treinador pode e deve transmitir informações de apelo cognitivo, de conteúdo tático-estratégico individual, durante o desenrolar do jogo, desde que esta não coincida com o momento em que o jogador esteja a realizar uma determinada acção, ou seja, quando o mesmo esteja longe do centro do jogo ou quando a bola não esteja em jogo. A informação colectiva de apelo cognitivo, como requer a atenção de um maior número de jogadores, deverá ser realizada num momento em que a bola não esteja em jogo ou num momento de paragem. Na sequência deste assunto, Quintal (2000), ao observar sete treinadores portugueses enquadrados nos escalões jovens da modalidade de futebol, registou em média 535 intervenções por jogo (6,63 intervenções por minuto), considerando que este valor é excessivo, havendo a necessidade de intervir com mais pertinência, em vez de sobrecarregar os jogadores. Ou seja, concordamos que deva existir intervenção do treinador durante o jogo, mas desaconselhamos a contínua e desregulada instrução, que em vez de motivar e prescrever comportamentos, limita e guia exageradamente todo e qualquer comportamento dos atletas.

Moreno (2001), conclui que durante o jogo a informação deverá ser prioritariamente tática, individual, de carácter fortemente positiva, centrada na própria equipa e na equipa adversária.

Na mesma lógica do anterior autor, Oliveira (1992) verificou que os treinadores *experts* na modalidade de andebol, consideram que durante o jogo, o treinador deverá intervir com alterações, correcções ou reforços de natureza colectiva.

Moreno (2001), verificou que os três treinadores ao serem sujeitos a um programa formativo de instrução verbal tornaram esta mais positiva, prescritiva e individual em detrimento da informação colectiva, e com maior referência ao adversário. Este programa formativo não permitiu os treinadores aumentarem a informação de conteúdo tático, justificado pela autora através do facto de existir elevada impulsividade, espontaneidade, tensão e nervosismo durante a competição.

Relativamente a Oliveira (1992), os treinadores observados apresentaram uma intervenção com mais mensagens gerais do que específicas (55,8% *vs* 44,2%), dirigidas quer para a equipa (36,7%), quer para o jogador (37,1%), utilizando essencialmente instruções pressionantes (54,4%) e de maior natureza defensiva (61%) face à ofensiva (39%). Parece-nos também importante registar o valor percentual das mensagens aprovativas dos treinadores que ganharam os jogos face aos que não venceram (32,4 a 41,7% *vs* 9,5%), consolidando novamente o que anteriormente havíamos referido.

Por último Quintal (2000), observou que 31,9% do total das intervenções vão no sentido de recuperar a posse de bola, solicitar passe a um companheiro ou manter o equilíbrio da organização

da própria equipa. Fora do âmbito técnico-tático, aparecem as categorias de Feedback (21,97%), Afectividade Aprovativa (7,37%) e Comportamentos desviantes do treinador (6,25%).

Resumindo a análise da literatura apresentada, verifica-se alguma variedade nas características da instrução do treinador durante o desenrolar do jogo. No entanto, existe uma tendência mais significativa para que a instrução seja predominantemente de índole motivacional, dirigida na sua maioria individualmente e mais centrada na própria equipa, mas aumentando as referências na equipa adversária em treinadores de maior sucesso.

### *Depois do jogo*

Metodologicamente, definimos este momento simplesmente como os minutos que se seguem após o término do jogo até ao momento em que a equipa juntamente com a equipa técnica abandonam o local do jogo. Portanto, este momento possível de aporte de informação ocorre logo após o jogo e tem normalmente uma curta duração.

Segundo Castelo (1996) e Lima (2000), existem algumas acções a realizar pelo treinador logo após terminar o jogo. Para além de cumprimentar o treinador adversário, rever as possíveis lesões existentes e disponibilizar-se para falar para a comunicação social, o treinador deve fazer uma curta intervenção de forma a acalmar o estado psico-emocional, evitando a euforia ou a tristeza exagerada no caso de vitória ou derrota, respectivamente. Para tal situação, o treinador deverá partilhar com a equipa o resultado alcançado, mas deve igualmente avaliar correctamente a relação entre o desempenho e o resultado que a equipa obteve, pois muito frequentemente os jogadores tiram conclusões erradas devidas ao resultado obtido (ex: vitória expressiva mas baixo rendimento ou derrota mas bom rendimento). Compete assim ao treinador neste momento, certificar-se através de uma determinada intervenção que, os jogadores percepcionem correctamente o rendimento individual e colectivo, centrando-se fundamentalmente no processo, mas também não esquecendo o “produto”, principalmente quando o nível competitivo é elevado e onde inevitavelmente o resultado tem um importância determinante no bem-estar da equipa e de todo o clube.

Segundo Mesquita (1997), o treinador deve basear a sua instrução não só na análise dos comportamentos incorrectos/negativos, de forma a consciencializar os jogadores para uma melhoria de rendimento desses mesmos comportamentos nos próximos treinos, como também nos aspectos positivos de forma a congratular os jogadores pela sua prestação.

Moreno (2001) refere que este tipo de reunião pode ser realizada em três momentos distintos: logo após o jogo, antes do 1º treino semanal ou na parte inicial do 1º treino semanal. Independentemente do resultado, o treinador deve manter a calma e a tranquilidade de forma a não prejudicar a sua intervenção, que por sua vez irá influenciar negativamente o estado psicológico dos seus jogadores.

Bloom, Durand-Bush e Salmela (1997) analisaram quatro modalidades, ao nível do comportamento dos treinadores antes e depois do jogo. Verificaram que depois da competição, os treinadores atribuem muita importância ao auto-controlo emocional conseguindo adaptar a sua instrução aos diferentes rendimentos e resultados. Segundo os autores, quando se intervém logo após o jogo, deve-se somente focar os aspectos fundamentais do jogo, deixando a análise mais aprofundada para uma reunião realizada no primeiro treino semanal.

Moreno (2001), conclui que depois do jogo a intervenção do treinador deverá ser fundamentalmente tática, direccionada a toda a equipa, embora com a possibilidade de existir também informação individual, sempre com a presença de afectividade positiva e centrada na própria equipa.

Verificamos que não existem muitos estudos centrados neste momento de intervenção do treinador durante a competição, sendo mesmo um momento de pouco aporte de informação, no entanto com a aplicação do estudo da autora supracitada, verificou-se que os três treinadores após a aplicação de um programa formativo aumentaram a informação de índole tático e do tipo prescritiva.

## CONSIDERAÇÕES FINAIS

Para finalizar, podemos referir que esta análise da literatura reflecte claramente que a comunicação entre o treinador e o atleta é talvez o principal factor que influencia o rendimento dos mesmos, sendo de fundamental importância para a liderança do treinador perante a equipa que dirige. Sendo assim, as investigações científicas apresentadas neste trabalho mostram que a direcção da equipa é composta por diferentes tarefas, onde a comunicação tem uma importância vital, quer ao nível da preparação para a competição através da prelecção para o jogo, quer ao nível da intervenção do treinador durante a competição. Como tal, sugerimos que se desenvolvam programas formativos com o objectivo de dar a conhecer aos treinadores de futebol, as características da instrução do treinador nos vários momentos que compõem a competição (antes, durante e intervalo), no sentido de uma maior eficácia na direcção da equipa, com vista à concretização dos objectivos previamente definidos.

Em suma, a instrução do treinador antes e durante a competição pretende preparar, estabilizar e modificar o comportamento dos jogadores em função dos diferentes contextos que se apresentam no jogo. O treinador ambiciona assim, antes da competição preparar cognitivamente e motivacionalmente a sua equipa, orientando-os para um determinado plano tático-estratégico de jogo, colocando todos os jogadores num estado psico-emocional óptimo para a competição.

Por outro lado, as investigações demonstram que a instrução do treinador durante a competição é predominantemente afectiva e que o conteúdo específico da modalidade é transmitido em momentos de paragem do jogo e incidindo na prescrição de soluções técnico-

táticas. É igualmente demonstrado, que o treinador tem uma importância vital na regulação do estado psicológico dos jogadores através de apelos motivacionais para manter ou melhorar o rendimento individual e colectivo.

Por estas e por outras razões, pensamos que é fundamental desenvolver mais estudos centrados especificamente na instrução do treinador de futebol, para que a curto prazo consigamos definir com maior precisão a forma eficaz de se dirigir os atletas, para que o seu rendimento seja cada vez mais elevado.

## Bibliografia

- Araújo**, J. (1997). A atitude profissional do treinador. *Treino Desportivo*, nº 1, Novembro, 3-10.
- Bloom**, G. A., **Durand-Bush**, N., & **Salmela**, J. H. (1997). Pre-and Postcompetition Routines of Expert Coaches of Team Sports. *The Sport Psychologist*, 11, 2, 127-141.
- Castelo**, J. (1996). *Futebol – A Organização do Jogo*, Edição do autor.
- Cloes**, M., **Delhaes**, J. P., & **Piéron**, M. (1993). Analyse des comportements d'entraîneurs de volley-ball pendant des rencontres officielles. *Sport*, 141, 16-25.
- Côté**, J., **Trudel**, P., **Bernard**, D., **Boileau**, R. & **Marcotte**, G. (1993). Observation of coach behaviours during different game score differentials. In *Safety in Ice Hockey: Second Volume*, ASTM STP 1212, C.R. Castaldi, P.J.p Bishop and E.F. Hoerner, Eds., American Society for Testing and Materials, Philadelphia, 78-87.
- Cruz**, J. (1997). Factores Motivacionales en el deporte infantil e asesoramiento psicológico a entrenadores y padres. In J. Cruz (Ed.), *Psicología del Deporte* (pp 147-176). Madrid: Síntesis.
- Cunha**, P. (1998). A intervenção do treinador durante o tempo morto. *Treino Desportivo*, 2, 33-38.
- Dias**, J., **Sarmento**, P., & **Rodrigues**, J. (1994). Análise do comportamento do treinador de rãguebi em competição, no início (cabine) e no intervalo (campo). *Ludens*, 14, 4, 43-56.
- Gipson**, M., **Lowe**, S., & **Mckenzie**, T. (1994). Sport Psychology: Improving Performance. In C. McGown (Ed.), *Science of Coaching Volleyball* (cap. 2, pp. 23-45). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Hotz**, A. (1999). Corrigir apenas o estritamente necessário, variar o mais possível. *Treino Desportivo*, 2, 6, 22-36.
- Isberg**, L. (1993). What does it mean to be an elite coach in team sport? Proceeding 8º World Congress of Sport Psychology. *The Sport Psychology: an integrated approach*. ISSP. SPPD. (pp. 233-236).
- Lima**, T. (2000). *Saber Treinar, Aprende-se*. Ministério da Juventude e do Desporto – Centro de Estudos e Formação Desportiva, Lisboa.
- Lombardo**, B. J., **Faraone**, N., & **Pothier**, D. (1982). The behaviour of youth sport coaches: a preliminary analysis. In M. Piéron e J. Cheffers (Eds), *Studying the teaching in physical education* (pp. 189-196). Liege: AIESEP.
- Madden**, C., & **Evans**, L. (1993). The affect of coaching communications on game outcome in Australian rules football. Proceeding of 8º World Congress of Sport Psychology. *The Sport Psychology: an integrated approach*. ISSP. SPPD. (pp. 252-255).
- Mendes**, M. (1998). Observação e análise do comportamento do treinador em futebol. *Horizonte*, 15, 85, 31-39.
- Mesquita**, I. (1997). *Pedagogia do treino. A formação em jogos desportivos colectivos*. Lisboa: Livros Horizonte.
- Moreno**, P. (2001). *Análisis y optimización de la conducta verbal del entrenador de voleibol durante la dirección de equipo en competición*. Tese de Doutoramento – Universidade de Extremadura – Faculdade de Ciencias del Deporte, Cáceres.
- Oliveira**, R. (1992). *Perfil do comportamento de treinadores de equipas femininas e masculinas de andebol*. Tese de Mestrado não publicada. UTL-FMH, Lisboa.
- Peseiro**, J. e **Crispim-Santos**, A. (1999). “*Futebol I e II*” - *Sebenta de apoio ao Curso de Treino Desportivo em Alto Rendimento da Escola Superior de Desporto de Rio Maior – Instituto Politécnico de Santarém*. Rio Maior.
- Pina**, R. (1998). *Análise da instrução do treinador em competição. Estudo das tomadas de decisão em Voleibol*. Tese de Mestrado não publicada – UTL – FMH, Lisboa.
- Pina**, R., & **Rodrigues**, J. (1993). Episódios de informação do treinador e a reacção dos atletas numa situação de competição. *Ludens*, 14, 4, Outubro-Dezembro, 1994.
- Pina**, R., & **Rodrigues**, J. (1997). Análise do comportamento do treinador em competição. Estudo dos episódios de informação em voleibol. *Pedagogia do Desporto*. Estudos 5, 71-89. Lisboa: FMHUTL.
- Quintal**, J. (2000). *O Treinador do Sector Formação em Futebol – Estudo das atitudes e comportamentos durante a competição*. Tese de Mestrado não publicada. U.M. – F.E.F.D. Funchal.
- Rodrigues**, J. (1997). *Os treinadores de sucesso. Estudo da influência do objectivo dos treinos e do nível de prática dos atletas na actividade pedagógica do treinador de voleibol*. Lisboa: FMHUTL.
- Rodrigues**, J. & **Pina**, R. (1999). Análise da instrução na competição em voleibol. *Pedagogia do Desporto*. Estudos 6, 45-53. Lisboa: FMHUTL.
- Serpa**, S. (1995). *A relação interpessoal na diade treinador-atleta. Desenvolvimento e aplicação de um inventário de comportamentos ansiogénicos do treinador*. Tese de Doutoramento. Lisboa: FMHUTL.
- Smith**, R., **Zane**, N., **Smoll**, F., & **Coppel**, D. (1983). Behavioural assessment in youth sports: coaching behaviours and children's attitudes. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 15, 3, 208-214.
- Smoll**, F., **Smith**, R., **Curtis**, B., & **Hunt**, E. (1978). Toward a mediational model of coach-player relationships. *Research Quarterly*, 49, 4, 528-541.
- Trudel**, P., & **Côté**, J. (1994). Pédagogie sportive et conditions d'apprentissage. *Enfance*, 2/3, 285-297.