

ESTRUTURA DAS SESSÕES DE TREINAMENTO TÉCNICO-TÁTICO DE EQUIPES DE FUTSAL SUB-13 E SUB-15 AO LONGO DA TEMPORADA ESPORTIVAMichel Angillo Saad¹, Valmor Ramos², Michel Milistetd³, Jorge Both⁴, Juarez Viera do Nascimento⁵**RESUMO**

O objetivo deste estudo descritivo-exploratório foi caracterizar a estrutura das sessões de treinamento técnico-tático de equipes de futsal sub-13 e sub-15 ao longo da temporada esportiva. Participaram deste estudo 34 jogadores de futsal de Santa Catarina, pertencentes a duas equipes na categoria sub-13 e sub-15 respectivamente e, quatro treinadores das equipes correspondentes. Foram observadas na totalidade, 96 sessões de treinamento, sendo 48 sessões no período preparatório e 48 sessões no período competitivo. Para identificar a existência de diferenças significativas entre os períodos, foi empregado o teste *t* pareado. Os dados foram analisados no programa SPSS for Windows, versão 17.0, com nível de significância de 5%. Os resultados demonstraram que há diferenças no tempo empregado: o treinamento técnico ($p=0,001$) foi realizado mais no período preparatório e, o treinamento tático ($p=0,001$), no período competitivo. As atividades de aprimoramento de um elemento técnico apresentaram maior ênfase no período preparatório ($p=0,001$), jogadas preestabelecidas ($p<0,001$) e jogo condicionado ($p<0,001$) apresentaram maiores valores de tempo despendido no período competitivo. Pode-se concluir que na preparação das equipes investigadas, os meios de treinamento técnico-táticos assumem um papel de destaque, independentemente do período do planejamento da temporada esportiva. Todos os treinadores privilegiaram as ações técnico-táticas, diferenciando somente na sua abordagem, seja através de jogo recreativo, formal, condicionado ou estruturas funcionais.

Palavras-chave: Treinamento Esportivo. Pedagogia do Esporte. Futsal.

1-Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis-SC, Brasil.

2-Universidade do Estado de Santa Catarina, Florianópolis-SC, Brasil.

3-Universidade Estadual do Centro Oeste do Paraná, Guarapuava-PR, Brasil.

ABSTRACT

Structure and organization of technical and tactical training sessions futsal teams of sub-13 and sub-15 along the sorts season

The aim of this descriptive exploratory study was to characterize structure the technical and tactical training sessions futsal teams of sub-13 and sub-15 sports throughout the season. The study included 34 futsal players of Santa Catarina, belonging to two teams of the U-13 and U-15 respectively and four coaches of the teams involved. Were observed in total, 96 training sessions, in preparatory period 48 sessions and 48 sessions in the competitive period. To identify the existence of significant differences between periods, we employed the paired t test. Data were analyzed using SPSS for Windows, version 17.0, with a significance level of 5%. The results showed that there are differences in time spent: technical training ($p = 0.001$) was conducted over the preparatory period and tactical training ($p = 0.001$) in the competitive period. While improvement activities of one technical element showed greater emphasis on preparatory period ($p = 0.001$), preset strategy movements ($p < 0.001$) and game conditioning ($p < 0.001$) showed higher values of time spent in the competitive period. It can be concluded that the preparation of the teams investigated the means of technical and tactical training play a role, regardless of the period of planning the sports season. All coaches favored the technical and tactical actions, differing only in their approach, either through recreational play, formal, conditioning or functional structures.

Key words: Sports Training. Sport pedagogy. Futsal.

4-Universidade Estadual de Londrina, Londrina-PR, Brasil.

5-Universidade Federal de Santa Catarina, Florianópolis-SC, Brasil.

INTRODUÇÃO

O treinamento de modalidades esportivas coletivas, mais especificamente organização das sessões de treinamento técnico-tático, passa necessariamente pela capacidade do treinador em selecionar cuidadosamente aquelas atividades que melhor atinjam os objetivos definidos e que assegurem o mais alto nível de desenvolvimento (Queiroz, 1986).

Nessa perspectiva, a estruturação das atividades e das tarefas executadas nas sessões de treinamento assume especial importância no quadro de planificações e condução do processo de ensino-aprendizagem-treinamento.

Apesar dos inúmeros fatores que podem afetar o processo de ensino-aprendizagem-treinamento na formação esportiva, pouco se sabe da forma como o tempo utilizado nas atividades influencia em um processo eficaz de ensino-aprendizagem-treinamento, não havendo distinção sustentada entre os períodos do planejamento esportivo.

A ênfase de tempo gasto nos diferentes tipos de atividades empregadas nas sessões de treinamento apresenta indicativo do tipo de tendência metodológica de ensino-aprendizagem-treinamento utilizada pelo treinador (Giménez, 2005; Silva, 2007).

Os estudos realizados durante os diferentes momentos do planejamento esportivo são necessários para o entendimento das particularidades das modalidades esportivas, e tais informações podem auxiliar na adequação do treinamento e na especificidade competitiva, condição importante para a preparação dos jogadores (Braz; Borin, 2009).

Levando em consideração que o tipo de tarefa e a forma como são estruturadas as sessões de treinamento reflete as intenções do treinador (Harrison e colaboradores, 2004), bem como este contexto de intervenção do treinador, o estudo que se apresenta tem como objetivo caracterizar a estrutura e organização das sessões de treinamento técnico-tático de equipes de futsal sub-13 e sub-15 ao longo da temporada esportiva.

MATERIAIS E MÉTODOS

Este estudo descritivo-exploratório teve como participantes 34 jogadores de futsal de dois clubes de Santa Catarina, pertencentes a duas equipes na categoria sub-13 e duas equipes na categoria sub-15, bem como 4 treinadores responsáveis pelas equipes correspondentes.

A escolha dos clubes ocorreu de forma intencional, tendo como critérios a tradição das equipes no cenário competitivo catarinense, reconhecidas pela contribuição na formação de atletas integrantes de seleções. Além disso, os treinadores possuem significativa experiência na modalidade e apresentam bons resultados competitivos no estado.

Na coleta dos dados utilizou-se o procedimento e protocolo adaptado para o futsal de Moreira e Greco (2005) e Saad (2002).

A coleta consistiu na observação sistemática das sessões de treinamento, com o emprego de filmadora, e na posterior transcrição em ficha específica de observação.

A análise das sessões de treinamento concentrou-se nos tipos de atividades que foram classificadas em: aquisição do gesto técnico (exercícios de introdução de gesto técnico dos elementos de condução, passe, recepção, finalização, entre outros), aprimoramento do gesto técnico (exercícios aprendizagem-treinamento do gesto técnico dos elementos de condução, passe, recepção, domínio, entre outros elementos técnicos), jogadas preestabelecidas (atividades táticas para as situações de defesa ou ataque, cobrança de falta, lateral e canto), situações especiais (atividades táticas de utilização do goleiro-linha, marcação de goleiro-linha, situação de inferioridade numérica por jogador expulso, situação de superioridade numérica por jogador adversário expulso, entre outras), estruturas funcionais do jogo (exercícios de situações organizadas do jogo que envolve condições de superioridade, igualdade ou inferioridade numérica, ou ainda com a participação de curingas, tais como 1x1, 1+1x1, 2x1,...), jogo recreativo (jogos estruturados ou semiestruturados, normalmente praticados com fins recreativos e, em alguns casos, como instrumento para desenvolver a inteligência tática através da solução de problemas), jogo condicionado (jogos com o objetivo de desenvolver

situações específicas, nas quais a finalidade é repetir essas situações por diversas vezes, através de situações nas quais se pratica o jogo e suas relações com o ataque e a defesa), jogo reduzido (jogos nos quais se regulam as restrições, reduzindo a complexidade do jogo e potencializando contextos situacionais, tanto em espaços como em número de jogadores), jogo formal (jogo propriamente dito, realizado entre os jogadores da mesma equipe, com o objetivo de simular situações e comportamentos de uma partida oficial).

A coleta dos dados ocorreu durante “semanas típicas de treinamento”, no período preparatório e no período competitivo de uma temporada esportiva, em dias e horários predeterminados e em situação natural de treinamento. A escolha destes períodos justifica-se em razão do período preparatório anteceder dois meses consecutivos de competições regionais e estaduais, por sua vez, no período competitivo a carga dos treinamentos é reduzida e direcionada a preparação dos jogos.

Antes de iniciar a coleta de dados, foi solicitada autorização junto aos diretores ou coordenadores dos clubes selecionados, dos respectivos treinadores, bem como dos pais ou responsáveis pelos jogadores para a realização da investigação. Além disso, a pesquisa foi submetida à aprovação do Comitê de Ética para Pesquisa com Seres Humanos

da Universidade Federal de Santa Catarina (Processo 125/08).

Foram observadas 48 sessões de treinamento em cada período (preparatório e competitivo), sendo 24 sessões de duas equipes da categoria sub-13 e 24 sessões de duas equipes da categoria sub-15, em um total de 96 sessões de treinamento observadas. Todas as equipes da categoria sub-13 e sub-15 apresentou frequência semanal de três sessões de treinamento e cada sessão teve a duração aproximada de 60 minutos.

A análise descritiva dos resultados foi realizada por meio do agrupamento dos dados obtidos, para determinação de média e desvio padrão do tempo das atividades realizadas nas sessões de treinamento. Para identificar a existência de diferenças significativas entre os períodos preparatório (pré-teste) e competitivo (pós-teste), foi utilizado o teste *t* pareado.

Os dados foram organizados na planilha de cálculo *Excel*, do sistema operacional *Windows*, versão XP, e analisados no programa *Statistical Package for the Social Science (SPSS) for Windows*, versão 17.0. O nível de significância utilizado foi de 5%.

RESULTADOS

Para a apresentação dos resultados, foram consideradas a média e o desvio padrão do tipo de atividade realizada nos diferentes períodos de treinamento adotados pelos treinadores, tabela 1.

Tabela 1 - Comparação dos tipos de atividade (em segundos) em relação aos períodos de treinamento.

Dimensão	Tipos de Atividades	Períodos	
		Preparatório Média (DP)	Competitivo Média (DP)
Técnico	Aprimorar o gesto técnico de 1 elemento	181,25 (411,34)*	80,00 (240,11)
	Aprimorar o gesto técnico de 2 ou mais elementos	571,25 (394,13)	597,50 (325,34)
Tático	Jogadas preestabelecidas	232,50 (309,40)	316,25 (438,24)*
	Situações especiais	177,50 (334,47)	243,75 (352,43)
Técnico Tático	Estruturas funcionais	1005,00 (501,33)	771,25 (495,25)
Jogo	Jogo recreativo	40,83 (149,07)	54,17 (181,58)
	Jogo condicionado	237,50 (307,49)	315,63 (415,68)*
	Jogo reduzido	–	–
	Jogo formal	955,42 (686,34)	1049,58 (723,25)
Total		3446,81 (1040,97)	3428,13 (1032,49)

Ao analisar os tipos de atividades realizadas nas sessões de treinamento nos diferentes períodos de planejamento (Tabela 2), constatou-se que as atividades de aprimoramento de um elemento técnico apresentaram maior ênfase no período preparatório (*) ($p=0,001$). As atividades de jogadas preestabelecidas (*) ($p<0,001$) e jogo condicionado (*) ($p<0,001$) apresentaram maiores valores de tempo despendido no período competitivo.

Atividades que privilegiam o aprimoramento do gesto técnico são mais realizadas no período preparatório, no qual os treinadores buscam aprimorar elementos da técnica individual dos jogadores, geralmente através de treinamento técnico, como incremento das ações a serem desenvolvidas nas atividades do período competitivo, através dos treinamentos táticos e jogos.

Verificou-se também que as atividades de jogos reduzidos estiveram ausentes das sessões de treinamento. Quando os treinadores privilegiavam situações com o número reduzido de jogadores ou em espaços menores, eram através de situações especiais ou de estruturas funcionais.

DISCUSSÃO

A forma como cada treinador distribuiu o tempo nos segmentos do treinamento e nas atividades realizadas durante a sessão, permitiu identificar as prioridades estabelecidas em cada período do treinamento.

Em relação à predominância de treinamento técnico no período preparatório e, de treinamento tático no período competitivo, verificado nos resultados deste estudo, pode-se afirmar que este é um dos princípios do treinamento que norteia o planejamento de uma temporada esportiva. Ainda mais, a ocorrência de maior tempo despendido no relaxamento final no período competitivo pode representar o entendimento dos treinadores acerca de um maior desgaste dos jogadores em relação aos componentes do rendimento esportivo nesse período do planejamento (Platonov, 2008).

Nos resultados obtidos sobre a comparação dos segmentos de treino, verificou-se que o jogo, seguido do treinamento técnico-tático, foi o segmento que mais tempo ocupou nas sessões observadas,

tanto no período preparatório como no período competitivo.

Em outros estudos, também na modalidade de futsal (Perfeito, 2009; Cavichioli e colaboradores, 2011, Saad, 2012), o jogo se destacou como o principal segmento das sessões de treinamento, corroborando os presentes dados. Nos estudos citados, o treinamento técnico mostrou-se como o segmento que mais tempo ocupava nas sessões destas investigações, depois do jogo. As evidências encontradas podem ser interpretadas como preocupações que os treinadores apresentam quanto ao desenvolvimento harmônico dos componentes técnicos e táticos do jogo, nas categorias de formação no futsal, como sugere a literatura contemporânea.

Nos resultados a respeito dos tipos de atividades e, da ausência no uso do jogo reduzido por parte destes treinadores, deve-se destacar que no âmbito do processo de ensino-aprendizagem-treinamento, reduzir a complexidade do jogo é potencializar contextos situacionais que, por sua vez, significam que treinar de várias formas reduzidas (tanto em espaços com em número de jogadores) torne-se uma das formas mais pertinentes na abordagem didático-metodológica do jogo, assim como no desenvolvimento qualitativo do mesmo, através da melhoria das competências técnico-táticas dos jovens (Holt, Streat e Beagoechea, 2002).

O treinador pode, assim, acrescentar, diminuir ou, de forma geral, manipular o jogo para que sua equipe saliente aspectos de ataque ou defesa no jogo. Esse tipo de jogo proporciona uma maior motivação aos jogadores, assim como auxilia o treinador na melhoria da organização do treino (Cook e Shoulder, 2006; Hastie e Curtner-Smith, 2006), promovendo o aumento da participação dos jogadores no jogo (Baldi, 2014).

Neste sentido, a valorização do uso de jogos recreativos e condicionados pelos treinadores da categoria sub-13 evidencia as suas intenções em estimular o gosto pela prática do futsal e, conseqüentemente, sustentar a afiliação dos atletas na modalidade.

O uso do jogo deliberado nas idades iniciais de envolvimento esportivo favorece a motivação intrínseca, na qual o prazer e o divertimento possibilitam a compreensão das

Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbff.com.br

ideias, funções e a natureza das regras dos jogos, características essenciais para o desenvolvimento cognitivo no esporte (De Bruin e colaboradores, 2008, Mesquita e Colaboradores, 2005).

Ao caracterizar a estrutura e organização das sessões de treinamento técnico-tático de equipes de futsal sub-13 e sub-15 ao longo da temporada esportiva, considerando os períodos do planejamento esportivo dos treinadores, as evidências encontradas permitiram concluir, que as variações observadas no tempo requerido para o desenvolvimento da cada atividade estiveram intimamente relacionadas com a determinação dos treinadores, especialmente em função das metas estabelecidas em cada período do planejamento.

As atividades mais aplicadas nas sessões de treinamento, em ambas as categorias e períodos, foram o jogo.

De um modo geral, isso demonstra a preferência dos treinadores por tarefas que desenvolvam as ações técnicas e táticas em ambientes similares aos do jogo.

Em relação aos tipos de atividades, os treinadores gastaram mais tempo com jogo formal e estruturas funcionais, sendo que, no período preparatório, há predomínio na aplicação de estruturas funcionais, e no período competitivo, de jogo formal. Também no período competitivo, houve acréscimo no tempo despendido com jogadas pré-estabelecidas e jogo condicionado, em relação ao período preparatório.

De modo geral, pode-se afirmar que todos os treinadores procuram privilegiar as ações técnico-táticas, diferenciando somente na sua abordagem, seja através de jogo recreativo, jogo formal, condicionado ou estruturas funcionais.

CONCLUSÃO

Assim, pode-se concluir que o planejamento técnico-tático dos treinadores investigados apresenta tendência no envolvimento dos componentes do rendimento esportivo com os períodos de preparação para a temporada esportiva.

REFERÊNCIAS

1-Abraham, A.; Collins, D.; Martindale, R. The coaching schematic: validation through expert

coach consensus. *Journal of Sports Sciences*. London. Vol. 24. Num. 6. 2007. p.549-564.

2-Baldi, M.F. Treino Tático no Futebol: efeito das modificações de jogos reduzidos. Universidade Federal de Santa Catarina. Dissertação de Mestrado. UFSC-SC. Florianópolis. 2014.

3-Bloom, G.A.; Schinke, R.J.; Salmela, J.H. The development of communication skills by elite basketball coaches. *Coaching and Sport Science Journal*. Rome. Vol. 2. Num. 3. 1997. p. 3-10.

4-Braz, T.V.; Borin, J.P. Análise quantitativa dos jogos de uma equipe profissional da elite do futebol mineiro. *Revista da Educação Física/UEM*. Vol. 20. Num. 2. 2009. p.33-42.

5-Cavichioli, F.R.; Cheluchinhak, A.B.; Capraro, A.M.; Marchi Junior, W.; Mezzadri, F.M.; O processo de formação do atleta de futsal e futebol: análise etnográfica. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. São Paulo. Vol. 25. Num. 4. 2011. p. 631-647.

6-Cook, M.; Shoulder, J. Treinos de Futebol: jogos, exercícios e práticas de preparação física. Lisboa. Europa-América. 2006.

7-De Bruin, A.B.; Smits, N.; Rikers, R.M.; Schmidt, H.G. Deliberate practice predicts performance over time in adolescent chess players and drop-outs: a linear mixed model analysis. *British Journal of Psychology*. Vol. 1. Num.99. 2008. p.473-497.

8-Estero, J.L.A. El proceso de formación deportiva em la iniciación a los deportes colectivos fundamentado em las características Del deportista experto. *Retos*. Murcia. Vol. 13. Num. 1. 2008. p.28-32.

9-Ford, P.R.; Ward, P.; Hodges, N.J.; Williams, A.M. The role of deliberate practice and play in career progression in sport: the early engagement hypothesis. *High Ability Studies*. Vol. 20. Num. 1. 2009. p. 65-75.

10-Gréghaigne, J.P.; Guillon, R. L'Utilisation des jeux d'Opposition à l'école. *Revue de l'Education Physique*. Vol. 2. Num. 32. 1992. p.51-67.

Revista Brasileira de Futsal e Futebol

ISSN 1984-4956 *versão eletrônica*

Periódico do Instituto Brasileiro de Pesquisa e Ensino em Fisiologia do Exercício

www.ibpex.com.br / www.rbff.com.br

11-Hastie, P.A.; Curtner-Smith, M.D. Influence of a hybrid Sport Education –teaching Games for Understanding unit on one teacher and his students. *Physical Education and Sport Pedagogy*. Vol. 11. Num. 1. 2006. p.1-27.

12-Harrison, J.M.; Blakemore, C.L.; Richards, R.P.; Oliver, J.; Wilkinson, C.; Fellingham, G. The effects of two instructional models-tactical and skill teaching-on skill development and game play, knowledge, self-efficacy, and student perceptions in volleyball. *The Physical educator*. Early winter. Vol. 61. Num. 4. 2004. p.186-199.

13-Holt, N.L.; Streat, W.B.; Beagoechea, E.G. Expanding the teaching games for understanding model: New avenues for future research and practice. *Journal of Teaching Physical Education*. Vol. 21. Num. 2. 2002. p.162-176.

14-Marcon, M. F.; Saad, M.A. Estilo de tomada de decisão dos treinadores de equipes de futsal e futebol das categorias de base. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*. Vol. 5, Num. 17. 2013. p. 205-212.

15-Mesquita, I.; Graça, A.; Gomes, A.R.; Cruz, C. Examining the impact of a step game approach to teaching volleyball on student tactical decision making and skill execution during game play. *Journal of Human Movement Studies*. Vol. 48. Num. 6. 2005. p.469-492.

16-Mesquita, I. *Pedagogia do treino: a formação em jogos desportivos colectivos*. Lisboa. Livros Horizonte. 1997. p. 100.

17-Moreira, V.J.P.; Greco, P.J. Estudo Comparativo da estruturação dos treinos de Futsal na categoria pré-mirim. *FIEP Bulletin*. Foz do Iguaçu. Vol. 20. Num. 1. 2005. p.23-27.

18-Perfeito, P.J.C. *Metodologia de treinamento no Futebol e Futsal: Discussão da tomada de decisão na iniciação esportiva*. Universidade de Brasília. Dissertação de Mestrado. UNB-DF. Brasília. 2009.

19-Platonov, V.N. *Tratado geral de treinamento desportivo*. São Paulo. Phorte. 2008. p.888.

20-Saad, M.A. *Estruturação das sessões de treinamento técnico-tático nos escalões de formação do Futsal*. Universidade Federal de Santa Catarina. Dissertação de Mestrado. UFSC-SC. Florianópolis. 2002.

21-Saad, M.A. *A formação técnico-tática de jogadores de futsal nas categorias sub-13 e sub-15: análise do processo de ensino-aprendizagem-treinamento*. Universidade Federal de Santa Catarina. Tese de Doutorado. UFSC-SC. Florianópolis. 2012.

22-Saad, M.A.; Nascimento, V.J.; Both, J.; Milistetd, M. Impacto das metodologias empregadas pelos treinadores no desenvolvimento técnico-tático individual dos jogadores de futsal das categorias sub-13 e sub-15. *Revista Brasileira de Ciência e Movimento*. Brasília. Vol. 22. Num. 2. 2014. p. 96-105.

23-Silva, M.; Greco, P.J. A influência dos métodos de ensino-aprendizagem-treinamento no desenvolvimento da inteligência e criatividade tática em atletas de futsal. *Revista Brasileira de Educação Física e Esporte*. São Paulo. Vol. 23. Num. 3. 2009. p.33-45.

E-mail:

michel.saad@ufsc.br

valmor.ramos@udesc.br

michel_canhoto@hotmail.com

jorgeboth@hotmail.com

juarez.nascimento@ufsc.br

Endereço para correspondência:

Michel Angillo Saad

Rua Cel. Passos Maia, 955 apto. 101.

Centro, Xanxerê - SC.

CEP: 89820-000.

Fone: 49-34333465

Recebido para publicação em 24/10/2014

Aceito em 12/03/2015