

PREVALÊNCIA DO COMPONENTE COGNITIVO NAS SESSÕES DE TREINAMENTO DE FUTEBOL NAS CATEGORIAS SUB-15

Jhonatan Henrique Linhares^{1,4}, Rosimeide Francisco dos Santos Legnani^{2,4}
Valdomiro de Oliveria³, Elto Legnani^{1,4}

RESUMO

Introdução: No futebol, as capacidades táticas e os processos cognitivos são requisitos essenciais para o bom desempenho esportivo. Portanto, espera-se que tais requisitos sejam explorados nos treinamentos. **Objetivo:** Verificar a prevalência do componente cognitivo nas sessões de treinamento de clubes da categoria sub-15 de Curitiba-PR. **Métodos:** Foram avaliadas três equipes, selecionadas intencionalmente. Na coleta de dados foi utilizado o instrumento denominado protocolo de análise das sessões de treinamento aplicado e adaptado ao futebol, segmentado nas categorias: “conversa com o treinador”, “atividade inicial 1 e 2”, “treino físico”, “treino técnico”, “treino tático 1, 2 e 3” e “jogo formal”. Para as análises foram selecionadas “atividade inicial 1 e 2” e “treino tático 1, 2 e 3”, pois são nestas categorias que o protocolo permite a exploração do contexto cognitivo. Cada equipe teve cinco sessões de treino observadas (n=5). A análise dos dados foi realizada através do programa *Statistical Package for the Social Science (SPSS) for Windows*, versão 20.0, por meio da estatística descritiva (média e desvio padrão). **Resultados:** Observou-se que o componente cognitivo é pouco explorado; pois nas “atividades iniciais 1 e 2”, em apenas 13,3% das oportunidades tal componente foi trabalhado. Com respeito ao “treino tático 1”, apenas 6,7% das oportunidades o componente cognitivo foi incorporado na rotina da sessão. Enquanto no “treino tático 2 e 3”, não houve propostas de treino cognitivo. **Conclusão:** Verificou-se uma pobre exploração do componente cognitivo na rotina de treinamentos das categorias de base de clubes de futebol de Curitiba-PR.

Palavras-chave: Futebol. Treinamento Esportivo. Características técnico-táticas. Metodologias de Treinamento.

ABSTRACT

Prevalence of cognitive component in football training sessions in the category's under-15.

Introduction: In football, tactics and the cognitive processes are essential requirements for good performance. So, it's expected that such requirements are explored in training. **Objective:** Check the prevalence of cognitive component in training sessions of teams from the under-15 category of Curitiba-PR. **Methods:** Three teams were evaluated, selected intentionally. On the data collection instrument called the analysis protocol training sessions applied and adapted to football, segmented into categories: “conversation with coach”, “initial activity 1 and 2”, “physical training”, “technical training”, “tactical training 1, 2 and 3” and “formal game”. For the analyses were selected “initial activity 1 and 2” and “tactical training 1, 2 and 3”; because they are in these categories that the protocol allows the exploration of cognitive context. Each team had five training sessions observed (n=5). Data analysis was performed using Statistical Package for the Social Science (SPSS) for Windows program, 20.0 version, through the descriptive statistics (mean and standard deviation). **Results:** It was observed that the cognitive component is little explored; as in “initial activity 1 and 2”, in only 13,3% of the opportunities the cognitive component was worked. With respect to “tactical training 1”, only 6,7% of the opportunities the cognitive component was incorporated into the routine of the session. While in “tactical training 2 and 3”, no cognitive training was found. **Conclusion:** There has been a poor exploration of the cognitive component in the training routine of basic categories of football clubs of Curitiba-PR.

Key words: Football. Sports training. Technical-tactics features. Training methodologies.

1 - Universidade Tecnológica Federal do Paraná, Curitiba (UTFPR), Curitiba-PR, Brasil.

2 - Universidade Estadual de Ponta Grossa (UEL), Londrina-PR, Brasil.

3 - Universidade Federal do Paraná (UFPR), Curitiba-PR, Brasil.

INTRODUÇÃO

A tomada de decisão tem um papel fundamental em esportes coletivos, ademais é importante em qualquer competição seja ela em nível nacional ou internacional (Kaya, 2014).

Os jogos esportivos coletivos em geral possuem uma sucessão constante de situações de jogo, que envolvem tomadas de decisão que, inevitavelmente envolvem conteúdos táticos e resultam em uma relação de processos cognitivos associados aos motores (Silva, Greco, 2009).

No futebol, as capacidades táticas e os processos cognitivos subjacentes à tomada de decisão são considerados requisitos essenciais à excelência do desempenho esportivo (Garganta, 1997).

Segundo o mesmo autor, durante uma partida surgem inúmeras situações cuja frequência, ordem cronológica e a complexidade não podem ser previstas, exigindo uma elevada capacidade de adaptação e de respostas imediatas por parte dos jogadores e das equipes a partir das noções de oposição presentes em cada fase do jogo.

Este ambiente complexo também passa pela imprevisibilidade, que tem incidência na incerteza e surpresa das ações e reações dos jogadores que visam solucionar os problemas de forma inteligente e eficaz (Garganta, Cunha, Silva, 2000).

Contudo, mesmo conscientes da necessidade de se formar atletas capazes de tomar decisões de maneira rápida e eficiente e, de lidar com as condições imprevisíveis de uma partida de futebol, o que muitas vezes ainda se percebe no Brasil, são realidades amplamente tecnicistas, na qual os exercícios são previsíveis e descontextualizados, a prioridade e a ênfase dos treinamentos estão mais relacionadas as questões físicas e técnicas, do que as resoluções de problemas que envolvem as capacidades cognitivas diretamente relacionadas às tomadas de decisões cognitivas (Matta, Greco, 1996; Scaglia, 2015).

A categoria sub-15 é uma importante categoria de transição para o futebol profissional. É a partir deste momento que alguns clubes iniciam o processo de sistematização do treinamento, passam a defender a necessidade de uma abordagem pedagógica do treinamento (Oliveira, 2016).

Sendo assim, o objetivo do estudo foi verificar a prevalência do componente cognitivo na rotina das sessões de treinamento de três clubes da categoria sub-15 da cidade de Curitiba-PR e/ou região metropolitana.

MATERIAIS E MÉTODOS

O presente estudo foi aprovado pelo Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Tecnológica Federal do Paraná (CEP/UTFPR) sob o número CAE. 2.214.488.

A amostra contou com três equipes da categoria sub-15, selecionadas de forma intencional, presentes na cidade de Curitiba-PR e região metropolitana.

Para o levantamento das informações utilizou-se do instrumento de pesquisa o protocolo de análise das sessões de treinamento desenvolvido por Stefanello (1999), aplicado e adaptado ao futebol por Soares e colaboradores, (2010).

Esse protocolo permite a identificação dos seguintes parâmetros: a) Identificação, b) Complexidade Estrutural da Atividade, c) Segmento do Treino, d) Tipo de Segmento do Treino, e) Nível do Segmento do Treino.

De acordo com o instrumento original, o Segmento do Treino é definido em: conversa com o treinador, atividade inicial, treino físico, treino técnico, treino tático, jogo formal e pausa. Algumas sessões apresentaram até mesmo mais de uma atividade caracterizada como: "atividade inicial".

Sendo assim, para análise e interpretação dos resultados, as atividades realizadas primeiro foram classificadas como "atividade inicial 1", e, conseqüentemente, as atividades realizadas numa segunda etapa, foram classificadas como "atividade inicial 2".

O mesmo critério foi utilizado para reclassificar a categoria "treino tático"; uma vez que houve sessões que apresentaram até três propostas de treino tático na mesma sessão.

Para contexto de análise, foram selecionadas as categorias "atividade inicial 1 e 2" e "treino tático 1, 2 e 3"; uma vez que foram nestas categorias que o protocolo vislumbrava possibilidades de treinamento cognitivo, com ênfase no desenvolvimento da inteligência de jogo do atleta.

Cada equipe teve cinco sessões de treino observadas (n=5). A análise descritiva dos resultados realizou-se por meio do agrupamento dos dados obtidos, para determinação da prevalência dos jogos

cognitivos por meio do levantamento da média e do desvio padrão do tempo gasto com cada proposta de treino.

Os dados foram organizados na planilha do aplicativo Excel, do sistema operacional Windows, versão XP, e analisados estatisticamente no programa *Statiscal Package for the Social Science (SPSS) for Windows*, versão 20.0, por meio da estatística descritiva (média e desvio padrão).

RESULTADOS

Foram observadas 15 sessões de treinamento de três equipes de futebol da categoria sub 15. A média da duração total das sessões foi de 111,53 ($\pm 25,19$) minutos, a duração das atividades iniciais foi de 14,47 ($\pm 7,52$) minutos e a duração total do treino tático foi de 36,60 ($\pm 29,01$) minutos.

Tabela 1 - Volume da sessão de treinamento de acordo com as atividades “iniciais” (em min.) e “treino tático” (em min.), das categorias sub-15 de clubes de Curitiba (n=15).

	Mín.	Máx	Média	DP
Duração da Sessão	71	158	111,53	25,19
Duração Atividade Inicial	6	35	14,47	7,52
Duração Treino Tático	0	90	36,60	29,01

Legenda: Min=Mínimo; Max=Máximo; DP=Desvio Padrão.

Em ambas as propostas de “atividade inicial”, apenas 13,3% das oportunidades essa etapa do treinamento explorou o componente cognitivo, conforme apresenta gráfico 1.

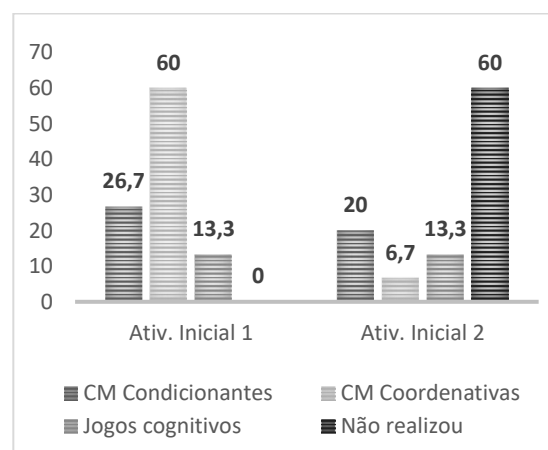


Gráfico 1 - Prevalência dos tipos de treinamentos realizados na “atividade inicial 1 e 2” (n=15 sessões).

No que diz respeito ao “treino tático”, conforme apresentado no gráfico 2, observou-se nas propostas de “treino tático 1”, apenas 6,7% das oportunidades o componente cognitivo foi contemplado na rotina da sessão.

Enquanto, nas propostas de “treino tático 2 e 3”, nenhuma atividade de caráter cognitivo foi ofertada.

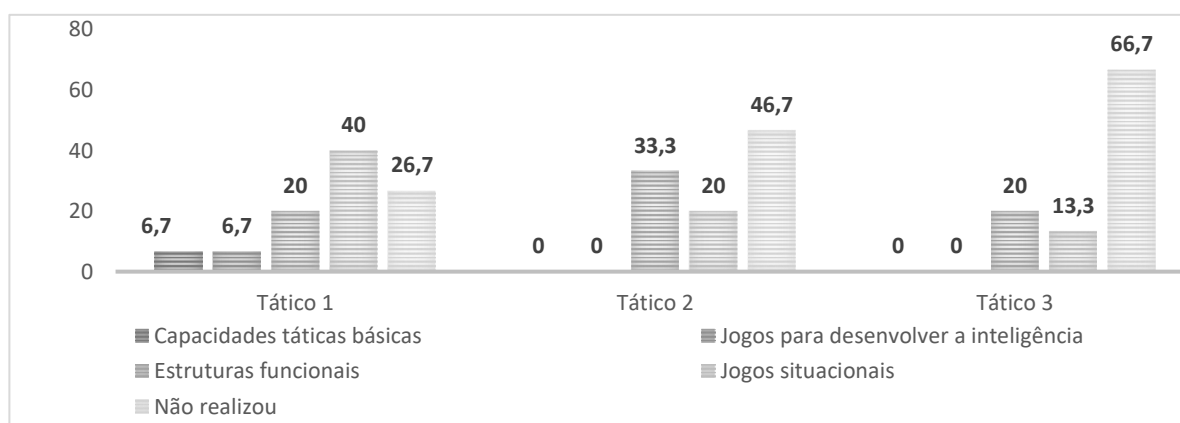


Gráfico 2 - Valores percentuais relativos aos tipos de atividades realizadas nas sessões de treinamento de acordo com as categorias “treino tático 1, 2 e 3” (n= 15 sessões).

DISCUSSÃO

A capacidade de tomada de decisão tem um papel significativo no esporte, especialmente aos atletas altamente qualificados (Kinrade, Jackson, Ashford, 2015).

Mesmo assim, constatou-se nesse estudo que o componente cognitivo é negligenciado nas rotinas e propostas de treinamento.

No estudo de Saad e colaboradores (2014), os autores ao avaliarem o desenvolvimento técnico-tático de jogadores de futsal chegaram à conclusão que as equipes que gastaram mais tempo em atividades técnico-táticas obtiveram as melhores evoluções do desempenho, tanto na categoria sub-13 quanto na categoria sub-15.

A partir das propostas de “atividade inicial” percebe-se uma baixa preocupação em desenvolver a parte cognitiva dos atletas. Isto permite verificar que os aquecimentos, sejam eles gerais ou específicos, não são explorados e valorizados como poderiam.

De acordo com Greco (1995), as exigências e as características dos esportes coletivos, como é o caso do futebol, determinam que o atleta não atue de forma automatizada e inflexível; em contrapartida, o mesmo necessita de um comportamento altamente variável, para escolher assim de maneira ágil e criativa a decisão mais prudente para determinado momento.

Este ponto de concordância reforça a necessidade de explorar durante os treinamentos o desenvolvimento emergencial e em longo prazo desta capacidade cognitiva, interpretativa e tática do atleta de futebol.

Com relação a categoria “treino tático”, a baixa exploração dos jogos para desenvolver a inteligência (6,7% apenas nas primeiras propostas), permite uma reflexão a respeito das capacidades substanciais ao jogo, que talvez não estejam sendo corretamente vivenciadas pelos jovens atletas analisados nesse estudo.

Isto porque, de acordo com Greco (1995), a capacidade de tomar decisões de forma rápida e precisa é um fator condicionante do rendimento e uma das causas das diferenças de nível entre os jogadores. Para ter sucesso taticamente é necessário que o atleta recorra aos processos cognitivos para a formatação de decisões de forma autônoma.

Dessa forma, seria imprudente esquecer que o atleta também precisa ser capaz de tomar decisões melhores, mais rapidamente, de maneira autônoma e inteligente, se adaptando as imprevisibilidades do jogo (Greco, 1995; Silva, Greco, 2009).

A negligência do componente cognitivo no processo de formação de atletas de futebol revela uma incompreensão quanto a complexidade estrutural do jogo. Uma vez que sabendo que nos jogos esportivos coletivos, decorrentes dos problemas situacionais e das exigências organizacionais das tarefas a serem realizadas, há uma alta exigência cognitiva sobre o comportamento dos atletas (Garganta, 2002).

A estruturação de um ambiente de aprendizagem orientado pelos problemas vivenciados pelos atletas no ambiente de jogo se configuraria como a melhor alternativa (Scaglia e colaboradores, 2015).

Dessa forma, repensar a importância sobre a incorporação e exploração dos processos cognitivos é fundamental para avançar enquanto profissionais que atuam especificamente com atletas de futebol.

Segundo Filgueira e Greco (2008), o ensino e o treinamento de futebol por meio de uma pedagogia de situações-problema, oportunizam que o jogador proceda em função de uma “leitura de jogo”, o que implica uma relação entre a tática e a técnica por meio de uma adequada capacidade de decisão para resolver os problemas e, assim alcançar os objetivos pretendidos.

CONCLUSÃO

Concluiu-se que as resoluções de problemas ao envolver as capacidades cognitivas diretamente relacionadas as tomadas de decisões são pouco exploradas pelos técnicos nas rotinas de treinamentos das categorias de base dos clubes de futebol de Curitiba-PR.

Neste particular, o desafio continua na perspectiva de significar e oferecer em treinamento situações cada vez mais próximas da realidade complexa e imprevisível do jogo de futebol.

REFERÊNCIAS

1-Filgueira, F. M.; Greco, P. J. Futebol: um estudo sobre a capacidade tática no processo de ensino-aprendizagem-treinamento. Rev. Bras. Futebol. Vol. 1. Núm. 2. p.53-65. 2008.

2-Garganta, J. Cunha e Silva, P. O jogo de futebol: entre o caos e a regra. Horizonte, Revista de Educação Física e Desporto. Vol. 16. Núm. 91. p. 5-8. 2000.

3-Garganta, J. Competências no ensino e treino de jovens futebolistas. Revista Digital. Universidade do Porto. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. Buenos Aires. Núm. 45. 2002.

4-Garganta, J. Modelação táctica do jogo de Futebol. Tese de Doutorado em Ciências do Desporto. Universidade do Porto. Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física. 1997.

5-Greco, P. J. O ensino do comportamento tático nos Jogos Esportivos Coletivos: aplicação no Handebol. Tese Doutorado em Educação na Área de Concentração Psicológica Educacional. Universidade Estadual de Campinas. Campinas. 1995.

6-Kaya, A. Decision making by coaches and athletes in sport. Procedia-Social and Behavioral Sciences. Vol. 152. p.333-338. 2014.

7-Kinrade, N. P.; Jackson, R. C.; Ashford, K. J. Reinvestment, task complexity and decision making under pressure in basketball. Psychology of Sport and Exercise. Vol. 20. p.11-19. 2015.

8-Matta, M. O.; Greco, P.J. O processo de ensino-aprendizagem-treinamento da técnica esportiva aplicada ao futebol. R. Min. Educ. Fis. Viçosa. Vol. 4. Núm. 2. p. 34-50. 1996.

9-Oliveira, R. B. Sub-15: o maior desafio das categorias de base? 2016. Disponível em: <<https://universidadedofutebol.com.br/sub-15-o-maior-desafio-das-categorias-de-base/>>. Acesso em: 26/11/2017.

10-Scaglia, A. J.; e colaboradores. Processo organizacional sistêmico, a pedagogia do jogo e a complexidade estrutural dos jogos esportivos coletivos: uma revisão conceitual. Congresso Internacional dos Jogos Desportivos Coletivos. Belo Horizonte. p.43-61. 2015.

11-Saad, M. A.; e colaboradores. 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. Vol. 22. Núm. 2. p. 96-105. 2014.

12-Silva, M. V.; Greco, P. J. A influência dos métodos de ensino-aprendizagem-treinamento no desenvolvimento da inteligência e criatividade tática em atletas de futsal. Rev. Bras. Educ. Fis. Esporte. São Paulo. Vol. 23. Núm. 3. p.297-307. 2009.

4 - Grupo de Pesquisa em Atividade Física, Esporte e Tecnologia (UTFPR), Curitiba-PR, Brasil.

E-mail dos autores:

jhonatan_henr.ique@hotmail.com

legnanielto@gmail.com

oliveirav457@gmail.com

legnanirosi@gmail.com

Autor para correspondência:

Jhonatan Henrique Linhares.

Rua 25 de agosto, 860-B

Boqueirão, Curitiba-PR, Brasil.

CEP: 81670-200.

Recebido para publicação em 09/09/2019

Aceito em 25/03/2020