

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS  
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

**JONATHAN ANTONIO ALVES DA SILVA**

---

---

**PERIODIZAÇÃO TÁTICA:**

**A visão de treinadores de futebol de base sobre esse  
modelo de treinamento**

---

---

Campinas  
2017

**JONATHAN ANTONIO ALVES DA SILVA**

---

---

**PERIODIZAÇÃO TÁTICA:**

**A visão de treinadores de futebol de base sobre esse modelo de treinamento**

---

---

Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) apresentado à Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas para obtenção do título de Bacharel em Educação Física.

**Orientador: Prof. Dr. Renato Buscariolli de Oliveira**

Campinas  
2017

## FICHA CATALOGRÁFICA

## **COMISSÃO JULGADORA**

Prof. Dr. Renato Buscariolli de Oliveira

**Orientador**

Prof. Dr. Alcides José Scaglia

## DEDICATÓRIA

*Dedico este trabalho a minha família e amigos pelo carinho e apoio desde o início da minha trajetória na universidade.*

## **AGRADECIMENTOS**

Agradeço minha família pelo apoio em todos os momentos. Em especial minha irmã Dayana que foi a responsável pelo início dessa caminhada.

Minha mãe Rosalina, mulher guerreira que me ensinou a encarar a vida com determinação e que nunca me deixou faltar nada.

Minha linda esposa Julia, mulher que me encanta a cada dia. Obrigado por cuidar tão bem da nossa filha e por me fazer tão feliz. Ao seu lado eu sinto a vida vibrar. Te amo Jubinha!

Minha filha Laura, fonte de motivação diária para levantar cedo e trabalhar para buscar o melhor para você. A Mulher da minha vida! Que me mudou para melhor em todos os sentidos. Papai te ama filha!

Ph, eterno mestre! Você me ensinou tudo que sei sobre treinamento. Me sinto especial por ter sido seu aluno. Obrigado!

Flavio grande amigo e parceiro das resenhas bolsão! Me ajudou muito durante todo o curso e inclusive nesse trabalho. Sou muito grato pela sua amizade!

Cledivam, eterno amigo e parceiro de pelada e jogos no Morumbi. Exemplo de humildade e seriedade. Você é fera!

Agradeço aos companheiros da FCBESCOLA pela grande amizade e companheirismo diário.

Aos amigos da sala 010 noturno, em especial Fernando Lovato, obrigado pelas risadas! E aos parceiros nos times de futsal e futebol da FEF. Pude aprender muito com todos, em especial Conrado, Porpeta, Pagode, Bob, Nakata e Diegão! Foi um prazer jogar com vocês e certamente para vocês também foi um grande prazer jogar com o melhor que a Unicamp já viu! Abraço do J11!

Por fim agradeço ao meu orientador Renato Buscariolli, pelo aceite em me orientar mesmo tendo uma vida tão atarefada. Você é um grande profissional, foi uma honra!

SILVA, Jonathan Antônio Alves. **Periodização Tática**: a visão de treinadores de futebol de base sobre esse novo modelo de treinamento. 76f. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) -Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2016.

## RESUMO

O futebol é um fenômeno complexo que engloba diversos aspectos. Com o objetivo de aprimorar a preparação das equipes para as competições, novos modelos de treinamento vêm sendo apresentados. Em 2000, Vitor Frade propôs uma nova concepção metodológica do treinamento em futebol denominada Periodização Tática. A fim de possibilitar uma melhor formação para os atletas, os treinadores escolhem metodologias que possibilitem um caminho mais adequado para o sucesso esportivo. Neste sentido a periodização tática pode ser utilizada como uma das metodologias aplicadas ao treinamento e tem como intenção a criação de um modelo de jogo da equipe em função da dimensão tática, a qual sistematiza todo o processo de treinamento. A partir destes dados os objetivos desta pesquisa são: diagnosticar quão difundido está o conceito de Periodização Tática entre treinadores de futebol de base do Campeonato Paulista; verificar o nível de conhecimento destes acerca dessa nova metodologia; identificar quais metodologias de treinamento são aplicadas em seus clubes. O procedimento metodológico estabelecido se consubstancia na realização de entrevistas semiestruturadas com cinco treinadores das categorias de base do Campeonato Paulista. Os dados resultantes das entrevistas foram considerados a partir da metodologia de análise de conteúdo. Os resultados da pesquisa evidenciaram que a periodização tática como metodologia de treino não se estabeleceu na totalidade dos treinadores. Há divergências acerca do nível de conhecimento e domínio dessa ferramenta de treinamento entre os treinadores. E em decorrência de questões culturais e de acesso aos conhecimentos mais recentes sobre a periodização tática, esta não se estabelecerá no cenário futebolístico brasileiro.

**Palavras-chave:** Treinamento; Periodização Tática; Futebol; Categorias de base; Campeonato Paulista

## ABSTRACT

Football is a complex phenomenon that encompasses many aspects. In order to improve the preparation of the teams for the competitions, new training models have been presented. In this context, in 2000, Vitor Frade proposed a new methodology concept of soccer trainings called Tactical Periodization. In order to provide a better training for athletes, coaches choose methodologies that allow a more adequate path for sports success. In this sense, a methodology of post-production and creation of a game model of the tactical dimension team, a quality of the whole training process. From these data the objectives of the research are: diagnosis, how widespread is the concept of Tactical Periodization among youth football coaches of the Paulista Championship; verify knowledge about the new methodology; identify which coaching methodologies are applied in their clubs. The methodological procedure established consists of conducting semi-structured interviews with five coaches of the base categories of the Paulista Championship. The data resulting from the interviews were designed from the content analysis methodology. The results of the research evidenced that the tactical periodization as a training methodology was not established in the totality of the trainers. There is disagreement about the level of knowledge and mastery of this training tool among coaches. And because of cultural issues and access to the latest knowledge on tactical periodization, it will not be established in the Brazilian football scene.

**Key Words:** Training; Tactical Periodization; Soccer; Basic categories; Paulista championship

## LISTA DE TABELAS

Tabela 1 .....	16
Tabela 2 .....	65

## LISTA DE FIGURAS

Figura 1 .....	18
Figura 2 .....	20
Figura 3 .....	28
Figura 4 .....	29
Figura 5 .....	30
Figura 6 .....	33
Figura 7 .....	36
Figura 8 .....	46

## **LISTA DE SIGLAS E ABREVIATURAS**

PT - Periodização Tática  
JDC - Jogos Desportivos Coletivos

## SUMÁRIO

<b>1 INTRODUÇÃO</b> .....	13
<b>2 CARACTERIZAÇÃO DO FUTEBOL</b> .....	15
2.1 Aspectos Fisiológicos .....	15
2.2 Futebol incluído aos Jogos Desportivos Coletivos .....	17
2.3 Abordagem sistêmica .....	19
<b>3 MODELOS DE PERIODIZAÇÃO DO TREINAMENTO E A PERIODIZAÇÃO TÁTICA</b> .....	23
<b>4 MODELO DE JOGO: o jogar que se pretende</b> .....	32
<b>5 OS PRINCÍPIOS DE JOGO, A ESPECIFICIDADE E A CRIAÇÃO DE HÁBITOS</b> .....	35
5.1 A Especificidade na Periodização Tática .....	37
5.2 A criação de hábitos .....	39
<b>6 PRINCÍPIOS METODOLÓGICOS E O MORFOCICLO PADRÃO DA PERIODIZAÇÃO TÁTICA</b> .....	41
6.1 Princípio das Propensões .....	41
6.2 Princípio da Progressão Complexa .....	43
6.3 Princípio da Alternância Horizontal em Especificidade .....	44
6.4 Morfociclo padrão de treinamento .....	45
<b>7 A PESQUISA</b> .....	48
7.1 Material .....	48
7.2 Método .....	49
7.3 Pré-análise: etapa de elaboração do questionário .....	50
7.4 Descrições analítica: etapa de composição das informações .....	50
<b>8 RESULTADOS</b> .....	52
8.1 Interpretação inferencial individual .....	52
<b>9 DISCUSSÃO</b> .....	65
9.1 Interpretação inferencial coletiva .....	65
9.2 Índice de Frequência de Convergência .....	66
<b>10. CONSIDERAÇÕES FINAIS</b> .....	70
<b>REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS</b> .....	71

## 1 INTRODUÇÃO

O Futebol, institucionalizado em 1863 pela *Football Association*, é uma modalidade desportiva de fortíssima prática e divulgação. Através de sua natureza intrinsecamente atraente e contagiante, esse esporte atrai milhões de pessoas (REILLY et al, 1993; GARGANTA, 1997). Por englobar inúmeros aspectos, pode ser considerado um fenômeno complexo. Os jogadores e as equipas procuram resolver em situação, várias vezes e simultaneamente, cascatas de problemas que encerram uma elevada imprevisibilidade (METZLER, 1987 apud GARGANTA & GREHAIGNE, 1999). A imprevisibilidade que concorre para o alto rendimento das equipas e jogadores, colocam-nos diante de uma série de problemas que nos levam a pensar sobre a necessidade de refletir sobre a metodologia de treino utilizada.

Sabemos que a máxima expressão das capacidades do jogador requer ótimas condições de preparo e realização. Com intuito de organizar e trabalhar de maneira mais efetiva as equipas para as competições, procedimentos, técnicas, sistemas e métodos de treinamento foram emergindo ao longo do tempo (ROMERO CERREZO, 2000).

Nesse contexto os treinadores de futebol escolhem metodologias de treinamento que indiquem caminhos mais operativos às vitórias de suas equipas no evento esportivo. Na busca pela elaboração de um modelo de planejamento e periodização mais específico para o processo de treinamento no futebol, que reflete uma existência direta com o modelo de jogo do treinador, Vitor Frade, professor aposentado da Universidade do Porto-Portugal, desenvolveu a denominada Periodização Tática (LIMA, 2014).

Esta metodologia visa a criação de um modelo de jogo da equipe em função da dimensão tática, a qual sistematiza todo o processo de treinamento. A tática torna-se o parâmetro do treinamento condicionando o físico, técnico, emocional e cognitivo em especificidade visando um “jogar específico” para o jogo. O Modelo de Jogo visa nortear a equipe em aspectos coletivos e individuais promovendo a criação de uma identidade tática coletiva, que condicione a equipe

nos diferentes momentos do jogo de futebol: organização ofensiva e defensiva, transições ofensivas e defensivas. Os benefícios da Periodização Tática são adquiridos durante as unidades de treinos, organizadas pelo chamado, morfociclo padrão. Com ele, um eficiente patamar de rendimento é adquirido de acordo com a construção de um padrão semanal de treino (OLIVEIRA et al., 2006).

Um dos maiores expoentes da Periodização Tática é o treinador português, José Mourinho. O treinador obteve seu primeiro contato com o professor Vitor Frade quando era seu auxiliar técnico e se tornou um adepto da metodologia. Ele utilizou e utiliza até hoje essa filosofia de trabalho, conquistando inúmeros títulos coletivos e individuais. Associa-se assim o seu sucesso a essa nova metodologia de trabalho, até então desconhecida (DIAS RODRIGO, 2013). Nesse contexto, essa metodologia pode auxiliar o treinador no processo de organização da equipe e na operacionalização de um modo de jogar que seja vitorioso.

Ao longo da concepção da pesquisa, buscamos outros trabalhos que auxiliassem no debate posterior em relação à forma como a periodização tática é vista por treinadores de futebol. Encontramos poucas produções acadêmicas sobre o tema o que permite compreender que este é ainda um tema pouco explorado dentro da produção de conhecimento das modalidades coletivas esportivas. Uma das referências encontradas se estabelece na pesquisa realizada por Antunes; Melo (2009) intitulada “Análise da concordância dos treinadores das categorias de base a respeito da periodização tática no futebol”. Realizada no município de Brasília, esta pesquisa buscou compreender de que forma os treinadores de categorias de base compreendiam a periodização tática e quais metodologias de treino estes treinadores utilizavam. A pesquisa contou com a participação de dez treinadores e utilizou um questionário de características qualitativas descritivas. Como considerações, os autores apresentam que os treinadores discordam de aspectos da periodização tática e em sua maioria optam em usar um treino integrado quanto à preparação.

## 2 CARACTERIZAÇÃO DO FUTEBOL

### 2.1 Aspectos Fisiológicos

O futebol, do ponto de vista fisiológico, é considerado um esporte com características intermitentes solicitando diferentes fontes energéticas durante a sua prática (ARRUDA, HESPANHOL, 2009). Do ponto de vista físico, é considerado uma modalidade que intercala períodos de alta e baixa intensidade. (SVENSSON, DRUST, 2005). É um esporte que depende do rendimento físico e habilidades técnicas e táticas (GOMES, SOUZA, 2008), força, velocidade, agilidade e resistência (BARROS, GUERRA, 2004). De acordo com Weineck (2004), essas capacidades possuem um caráter condicional. Devido ao tempo de duração, o jogo de futebol é considerado um esporte predominantemente aeróbio, com características determinantes anaeróbias, sendo aproximadamente 88% das atividades aeróbias e 12% de atividades anaeróbias (BARROS, GUERRA, 2004).

A relação entre a quantidade de atividades de caráter aeróbio (andar, trotar e corrida em baixa intensidade) e anaeróbio (corrida em alta intensidade) realizadas numa partida é um parâmetro importante já que pode ser usado tanto para caracterização fisiológica do jogo como também para estruturação e distribuição das cargas físicas de treino ao longo da temporada (SILVA NETO, 2006). Apesar da predominância do caráter aeróbico no futebol, as ações decisivas do jogo são eminentemente anaeróbias, como nos *sprints*, saltos para cabeceio de bola, mudanças de direção e disputas corpo a corpo (STOLEN et al., 2005 apud GONÇALVES, 2009).

As diferenças fisiológicas encontradas nos futebolistas estão diretamente relacionadas à posição desempenhada pelo jogador no time (BARROS e GUERRA, 2004). Nesse sentido, é preciso indicar os valores das distâncias médias percorridas, de acordo com a especificidade de cada posição. Os zagueiros são os jogadores que trabalham na zona de defesa e se posicionam entre a bola e a linha do gol. Possuem como característica básica a eficácia na marcação, fato que exige do atleta bons níveis de potência muscular,

velocidade e capacidade de recuperação de esforços de curta duração. Os meio-campistas e laterais são os jogadores que percorrem as maiores distâncias nos jogos. Em geral são atletas de grande movimentação e que atuam na maior parte do campo com função de dar assistência ao ataque, finalizar quando necessário, marcar desde a zona intermediária do campo adversário até o próprio campo. Os atacantes são os jogadores que operam na zona de ataque do campo e que apresentam como características básicas eficiência nos dribles, fintas, finalização, condução da bola em velocidade, domínio e assistências (SILVA NETO, 2006). A tabela 1 traz dados sobre aos deslocamentos mais presentes no jogo de acordo com as posições:

<b>Posições</b>	<b>Andando (%)</b>	<b>Deslocamento Lateral (%)</b>	<b>Trote (%)</b>	<b>Corrida (%)</b>	<b><i>Sprint</i> (%)</b>
Defensores	23,7	8,9	45	14,5	7,9
Meio-de-campo	21,9	7,8	49,9	15,1	5,3
Ataque	29,8	10,1	44,4	10	5,8

Tabela 1: Distâncias percorridas nas movimentações no futebol por posição tática. (ARRUDA, HESPANHOL, 2009)

De acordo com Silva Neto (2006) o estilo de jogo é outro fator que pode intervir na taxa de trabalho dos futebolistas. Uma maior ênfase na posse de bola, um ritmo de jogo menos veloz e a calma ao realizar movimentos de ataque até a infiltração na linha defensiva são padrões táticos aplicados em momentos de vantagem no placar. Já em situações de desvantagem, geralmente tem-se um ritmo de jogo com aumento da velocidade, transferência rápida da bola da zona defensiva para a zona ofensiva com muita verticalização, utilização de passes longos e marcação pressão sobre o adversário. Tais nuances do estilo de jogo acarretarão em diferenças nas distâncias percorridas em baixa intensidade, na relação entre estímulo e pausa, e na frequência e tempo de deslocamento dos futebolistas em baixa, média e alta intensidade. Ou seja, uma equipe que está em vantagem no placar não se esforçará da mesma

maneira que em uma situação de desvantagem (Bangsbo, Norregaard e Thorsoe, 1991; Ekblom, 1986; Ali e Farraly, 1991).

Nesse sentido, por se tratar de uma modalidade com um alto grau de complexidade, tanto os aspectos fisiológicos, como as questões técnico-táticas da modalidade interferem na sua dinâmica. Em seguida, procuraremos abordar o futebol dentro do prisma dos jogos desportivos coletivos, a fim de possibilitar uma melhor compreensão desta modalidade.

## **2.2 Futebol incluído aos Jogos Desportivos Coletivos**

Os Jogos Desportivos Coletivos (JDC) constituem-se por um sistema de referências, com vários elementos como adversário, colega de equipe, bola ou disco, campo de jogo, etc., que permitem aos jogadores relacionar-se entre si em um ato de cooperação e também de se confrontarem em um ato de rivalidade desportiva (MENESES, 2010). Para este autor o jogar em equipe é algo essencial nos JDC, pois a dinâmica destes jogos proporciona vantagens para quem joga de forma coletiva. E para se cumprir a lógica do jogo (que é vencer), torna-se necessário buscar o auxílio dos companheiros da equipe.

Segundo Bayer (1994 apud LEONARDO et al, 2009) existe nos esportes coletivos uma lógica funcional comum, que se baseia na articulação de seis princípios operacionais, sendo eles três de ataque e três de defesa, tendo como ponto inicial de análise a posse da bola, conforme Quadro 1.

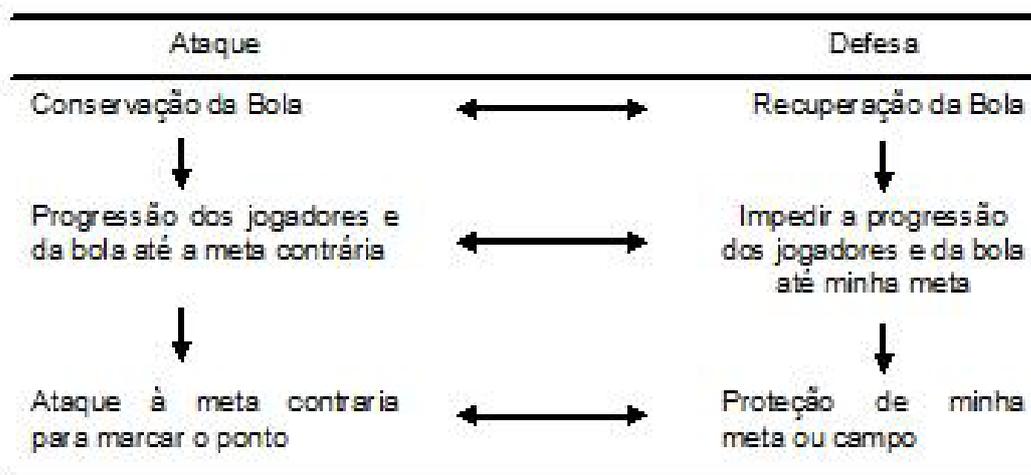


Figura 1 - Princípios operacionais dos jogos desportivos coletivos (BAYER, 1984 adaptado por LEONARDO et al. 2009)

De acordo com a Figura 1 e examinando a matriz organizacional desses seis princípios, nota-se que qualquer manifestação dos esportes coletivos possui uma mesma lógica funcional – no momento ofensivo, a equipe busca conservar a posse de bola, progredir no sentido da meta contrária e por fim, tenta marcar um ponto; e no momento defensivo, busca proteger seu alvo, impedir a progressão adversária e recuperar a posse da bola (LEONARDO et al, 2009).

O jogo pode ser considerado a matriz básica no conhecimento da natureza e estrutura dos JDC (BALBINO, PAES, 2007). Segundo Scaglia (2003, p. 53) “o jogo é complexo, logo, ordem e desordem, certezas e incertezas, confusão e clareza, coabitam um mesmo sistema, que não prevê apenas soluções, mas, problemas, sem eliminar a simplicidade e tampouco a complexidade”. Ainda de acordo com o mesmo autor (2003, p. 53) “o jogo é ambientado, devido à subjetividade – interna – predominante, a qual influencia e é influenciada pela objetividade – externa -, criando assim, um ambiente próprio, específico, de jogo”.

Segundo Garganta e Gréhaigne (1999) vários autores têm defendido que a construção do conhecimento sobre o futebol se deve edificar a partir de

perspectivas que tenham seu enfoque na lógica interna ou na natureza do jogo. Corroborando com esta ideia Leitão (2009, p. 52) defende que “o jogo então, tem, a partir da forma como se organiza, uma lógica, interna e inerente a ele”. Nesse contexto, torna-se necessário conhecer a lógica do futebol para poder intervir com mais propriedade no jogo.

Analisando a natureza do jogo de futebol o modelo de jogo se justifica no sentido de orientar as decisões dos jogadores ao propósito de jogo estabelecido, fazendo que suas ações contribuam para gerir de maneira ótima a imprevisibilidade inerente às características caóticas de um jogo de futebol. (PIVETTI 2012).

### **2.3 Abordagem sistêmica**

Considerando o futebol como um sistema que compõe diversos elementos em constantes interações é possível decompor o jogo da seguinte maneira (GARGANTA, GRÉHAIGNE, 1999):

- O macrossistema jogo, identificado a partir do nível de confronto global entre duas equipes, consideradas as zonas de ação dos jogadores e o espectro da equipe;
- O subsistema equipe, primeiro subsistema fundamental do macrossistema, cujos elementos, baseando-se num código de comunicação comum, definem um determinado nível de cooperação e confronto;
- O subsistema (microssistema) confrontos parciais que contribui para a transformação do jogo, materializado na oposição entre uma parte das duas equipes numa dada zona do terreno;
- O subsistema (infrassistema) confrontos elementares cuja expressão se confina às situações de um contra um e aos duelos (1x1 com contato físico). Estes infrassistemas modificam de forma pontual o sistema dos confrontos parciais.

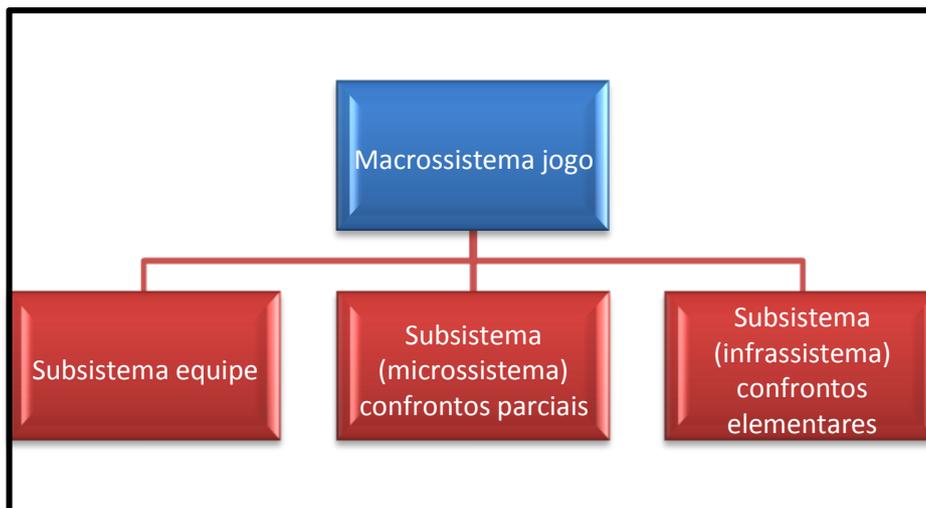


Figura 2. Futebol como sistema – decomposição do jogo (SANTOS, 2012)

Muitos são os autores que trabalham no viés da teoria sistêmica. Para Morin (1998) o sistema é um todo constituído pelas relações dos seus constituintes. Von Bertalanffy diz que o sistema é constituído por complexos elementos em interação. De acordo com Saussure (1931) o sistema é “uma totalidade organizada por elementos solitários, que podem definir-se apenas uns em relação aos outros, em função do seu lugar nesta totalidade”.

Corroborando com os outros autores, Castelo (1996, p.8) diz que:

“O futebol contém em si uma enorme complexidade secundada por numerosas variáveis, devendo ser encarado como um sistema aberto - conjunto de elementos em mútua interação dinâmica, possuindo uma estrutura que consubstancia várias características importantes”.

A autora Gomes (2008, p. 23) reforça a ideia de interação dos elementos:

“Apesar de tradicionalmente se entender as ações numa relação linear de causa-efeito, o conceito de sistema leva-nos para um outro entendimento, ou seja, deixa de se analisar os comportamentos dos jogadores como uma ação para ser reconhecida como uma INTERAÇÃO. De acordo com esta lógica, a ação de um jogador influencia a dinâmica do sistema e, portanto, nas intenções e decisões dos demais. ”

Leitão (2009, p. 27) enuncia que:

“No jogo de futebol, o tempo todo ocorrem interações complexas em que situações de desequilíbrio e de equilíbrio se alternam de forma indissociável. Com base em Tonello; Freire (2007), podemos dizer que durante um jogo, seja ele qual for, conforme a configuração dessas interações vai se modificando, modifica-se também a organização da equipe em um processo permanente auto organizativo em resposta às necessidades individuais e coletivas que vão aparecendo.”

Assim é possível associar o jogo de futebol como um sistema que possui relação com o ambiente externo. Pivetti (2012) elucida essa ideia afirmando que em um sistema, é necessário perspectivar sua totalidade a partir da integração entre os elementos que o constituem, onde este tem relação recíproca com seu ambiente externo, ou seja, tanto ele influencia o seu ambiente como também é influenciado. O próprio autor apresenta um exemplo dessa relação. Um lateral da linha de defensiva no momento defensivo do jogo terá responsabilidades de proteção e marcação, e nos momentos ofensivos serve de suporte para posse de bola e como uma válvula de escape para jogadas de contra-ataque. Se este jogador, que desempenha uma verdadeira função sistêmica não cumprir suas ações, ele sofrerá com as consequências e sua equipe também como um todo devido uma ação em cadeia. Assim pode-se dizer que “cada parte que compõe o todo é absolutamente autonômica, mas também indissociável do sistema geral” (PIVETTI, 2012, p.57).

Diante disso é um importante esclarecer que cada jogador da equipe possui uma função específica que influencia no jogo. Para Pivetti (2012) independentemente da posição ou função de um jogador na equipe, este é integrante e determinante do todo que constitui o padrão comportamental de sua equipe diante da ação do adversário durante um jogo de futebol. Pivetti diz que “cada elemento da totalidade sistêmica reflete as características emergenciais do todo” (Pivetti, 2012, p.76). O autor apresenta mais um exemplo que elucida essa perspectiva. Se um jogador atrasa a circulação de bola por uma condução exagerada, acaba desorientando como um todo as características da equipe no

momento ofensivo, visto que todas informações transmitidas no treinamento remetem à circulação em um ritmo e intensidade rápidos para criar desequilíbrios na defesa adversária.

Nesse sentido entende-se que se cada jogador faz parte de um todo e está em constante interação com seus companheiros e influenciando (no ponto de vista funcional) o jogo, é preciso que os mesmos sejam estimulados a direcionar suas interações da maneira com que a equipe deve jogar, afim de resolver os problemas encontrados no jogo. Pivetti diz que: “o jogador deve treinar por meio da resolução de problemas de maneira consciente das necessidades e das características da equipe, sendo o processo de treino um modo de se adquirirem princípios contextuais por meio da prática intencional daquilo que se pretende. ”

Antes das ideias, conceitos e termos expostos, torna-se imprescindível a formação de uma periodização com visão alargada do processo de treinamento, ou seja, que inclua todas as conjecturas do jogo e suas dimensões. Dessa maneira, o conceito de periodização em futebol deve apresentar dinâmica e abrangência de modo englobar todo o processo de preparação da equipe e interação de seus jogadores.

### 3 MODELOS DE PERIODIZAÇÃO DO TREINAMENTO E A PERIODIZAÇÃO TÁTICA

A evolução do treino e da competição no Futebol não será alheia a convicção de que os resultados desportivos, ao invés de dependerem de forças misteriosas, deverão ser construídos com base num trabalho devidamente programado, assumindo-se o treinador não como um mestre do improvisado, mas como um elemento permanentemente disponível para utilizar todo o seu saber, intuição e arte, em função dos objetivos a atingir. (GARGANTA, 1993, p. 259).

O treinamento requer grande reflexão e aplicação diante da complexidade que é a elaboração de um planejamento bem concebido, é preciso conhecer as dificuldades que existem para atingir altos rendimentos desportivos (BARBANTI, 1997).

De acordo com (MARQUES 1993 apud GOMES, 2004): “A Metodologia do Treino Desportivo, nomeadamente a periodização no Futebol, em nosso entender merece ser "alvo" de investigação. De fato, a periodização é um instrumento decisivo na organização do treino e da qual depende, em última análise, o controle do desenvolvimento da capacidade de prestação desportiva.

Para Gomes (2002) a periodização do processo de treinamento desportivo consiste em criar um sistema de planos para distintos períodos que perseguem um conjunto de objetivos diretamente anexados. O plano de treino consiste em um sério trabalho científico, o qual prevê perspectivas possíveis a curto, médio e a longo prazo.

Para Sander e Buscariolli (2008, p. 1)

A palavra “periodização” deriva da palavra “período” e nada mais é do que a divisão do tempo em pequenos seguimentos, ou ciclos de treinos, com características e objetivos específicos determinados de acordo com a especificidade de cada desporto. O objetivo desta divisão

é facilitar a organização e adequação das cargas de esforço para cada momento do ano competitivo visando o aumento da performance.

O processo de periodização do treino em futebol tem sido inspirado ao longo do tempo por diferentes modelos. A periodização do treino é um conceito desenvolvido pelo soviético Lev P. Matveev, a partir dos anos 60-70, tomando como referência as fases da síndrome geral de adaptação de Hans Selye (GARGANTA, 1993). Tal modelo proposto por Matveev conhecido como “periodização convencional” foi inicialmente elaborado para os desportos individuais, principalmente o atletismo, sendo posteriormente adotado pelos desportos coletivos, dentre eles o futebol (CARDOSO, Fernando 2006). Tem como característica a divisão da temporada desportiva em períodos, com a pretensão de atingir “picos” de forma física em determinadas fases da competição. A preparação especial deve ter sua base criada na preparação física geral, fundamentando-se no fato desta garantir o desenvolvimento múltiplo da força, velocidade, resistência, flexibilidade e agilidade, que são capacidades imprescindíveis para a criação de condições básicas para o aperfeiçoamento de uma determinada modalidade. (LIMA, 2014).

Após o modelo proposto por Matveev, surgiu o padrão de Verkhoshanski na década de 80, denominado estrutura de treino em “blocos”. Este modelo também teve aplicação privilegiada para o atletismo e para modalidades onde a capacidade força explosiva era considerada dominante (GARGANTA, 1993). Recomenda a concentração de cargas unilaterais, os chamados blocos específicos de treino. Execução de uma interligação lógica e racional, através do conceito de "sucessão/interconexão (aproximação dos trabalhos que se complementam, e afastamento dos trabalhos incompatíveis). (LIMA, 2014)

Ainda nos anos 80 surgiram outras propostas de periodização que visavam solucionar o conflito entre a curta duração do período preparatório e a longa duração do período de competições no futebol (GARGANTA, 1993). Tudor Bompa propôs um modelo de “prolongado estado de rendimento”, que se

caracteriza pela predominância do treino de formação especial e pela consequente redução da formação geral, através de procedimentos ondulatórios centrados nas pequenas ondas de treino (GOMES, J. 2004). Ainda nessa década vieram os modelos de Seirul-lo Vargas, denominado “cognitivista” e direcionado para desportos de oposição e cooperação. Este modelo tem uma visão baseada nas características dos jogadores e utiliza-se de conceitos como: a especificidade, a personalidade e a temporalidade.

Na busca por uma maior eficiência do processo e modelo de treino, autores contemporâneos como Leitão (2009), Scaglia (2003) e Freire (2002) fundamentam-se em uma metodologia de treino, que tem como núcleo central de preparação, o jogo. Objetivando o desenvolvimento (subordinado à lógica do jogo) da inteligência circunstancial individual e coletiva.

De acordo com Sander e Buscariolli (2008) novas propostas de periodização emergiram buscando adequar a preparação dos atletas às necessidades requeridas no futebol atual e a tentativa de integrar as diferentes áreas do conhecimento ligadas à modalidade, como o modelo de “Cargas Ondulatórias” (TSCHIENE, 1990) e o modelo de “Cargas Seletivas” (GOMES, 2002). Essas novas propostas podem se encaixar em uma tendência designada “Treino Integrado” - onde os aspectos físicos, técnicos e táticos são desenvolvidos simultaneamente. Tal modelo de treino tem grande semelhança com a competição e deu grande importância à especificidade do jogo, no entanto não possui relação com a maneira da equipe atuar em campo (MARTINS, 2003 apud GOMES, M. 2008).

Nesse sentido, Oliveira, J. (2004) afirma que os exercícios e conteúdo que fazem parte do processo de ensino e treino devem representar a especificidade do jogo que se pretende, ou seja, o modelo de jogo que o treinador busca para sua equipe. A presença no treino desta representatividade do sentido que se busca para o jogar da equipe (modelo de jogo), leva-nos à uma lógica de “redução sem empobrecimento”, onde o todo está nas partes que estão no todo. (GOMES, M. 2008; MACIEL, 2008; OLIVEIRA, B. et al. 2006). Nesse sentido, a Periodização Tática parece apresentar-se como uma ajustada

metodologia para compreensão do fenômeno futebol, já que leva em conta a abordagem sistêmica, adotando procedimentos diferentes e rompendo com os métodos tradicionais de treino (MACIEL, 2008).

Segundo Gomes (2008) a Periodização Tática confere primazia à Tática, ou seja, regula-se no desenvolvimento de uma organização coletiva que domina a variável física, técnica e psicológica. O processo se dá na aquisição de determinadas regularidades no “jogar” da equipe por meio da operacionalização dos princípios do Modelo de Jogo.

Para Martins (2003 apud GOMES, M. 2008) foi importante o surgimento de uma nova orientação metodológica do processo de treinamento no futebol, visto que nenhum dos modelos de periodização anteriores à Periodização Tática satisfaz às reais exigências do jogo de futebol.

A Periodização Tática objetiva a operacionalização de um método de treino que promova o surgimento de uma maneira de jogar na equipe, onde as intenções assumam um perfil coletivo e inerente a todos os elementos da equipe. Com isso, espera-se que os jogadores possam assimilar não apenas um “saber fazer” (que é um hábito que se adquire na ação), mas sim um “saber sobre esse saber fazer” (que não se limita apenas ao automatismo, ou seja, confere um sentido, uma consciência tática em relação aos princípios e o modelo de jogo adotado). (ALMEIDA, 2009; MACIEL, 2008; OLIVEIRA, B. et al. 2006; PIVETTI, 2012).

Para Maciel (2011 apud ESTEVES, 2011) a Periodização Tática é uma metodologia de treino que ilustra princípios metodológicos próprios, que rompem com o que se vê habitualmente no treino de futebol presente nas periodizações convencionais. O processo de treino como um processo de ensino-aprendizagem, onde o propósito principal é adquirir uma forma de jogar de acordo com um modelo de jogo adotado e seus respectivos princípios.

Segundo Carvalhal (2003 apud OLIVEIRA, R. 2005) a Periodização Tática se destaca por alguns fatores como:

- Ter como primazia uma contextualização do jogo.
- A componente tática surge como o núcleo central de preparação do treino.
- O modelo de jogo adotado coordena todo o processo, onde a dimensão tática tem grande importância e subcondiciona as dimensões técnica, física e psicológica.
- O princípio da Especificidade é quem dirige a Periodização Tática.
- Os exercícios Específicos são utilizados como meio de operacionalizar o modelo de jogo desde o primeiro dia de treino. Estes exercícios são desenvolvidos com intensidade em concentração, de acordo com o modelo de jogo adotado, sendo, portanto, o meio mais eficaz para adquirir uma forte relação entre mente e hábito.
- Impõe-se uma inversão no binômio volume-intensidade, a intensidade é quem "comanda", e o volume é o somatório de frações de máxima intensidade (volume da qualidade) de acordo com o modelo de jogo adotado.
- Esta periodização reclama o princípio da Estabilização, o que significa adquirir um patamar de rendimento durante toda a temporada.
- Consegue-se a estabilização da forma desportiva com base na estruturação de um determinado microciclo, onde o grau de desgaste semanal seja similar entre uma semana e outra.
- Desenvolvimento de uma forma desportiva coletiva, pois está ligada ao jogar bem de acordo com o modelo de jogo adotado.

Segundo Pivetti (2012) os modelos tradicionais de periodização contradizem as reais necessidades inerentes ao futebol de alto nível. Pivetti (2012) ainda afirma que com a evolução do futebol, alguns fatores explicam o argumento de que as periodizações tradicionais não atendem a realidade atual do futebol de rendimento, os quais são: período preparatório reduzido e com exigências competitivas elevadas; período competitivo muito extenso; competições em simultâneo; elevado número de jogos e necessidade de alto rendimento durante toda a temporada. Dessa forma, as características do futebol atual mencionadas e as tendências evolutivas "indicam que os componentes

tático-técnicos e cognitivo-emocionais sejam aqueles que direcionam o processo de treino subjugado ao modelo de jogo” (PIVETTI, 2012, p. 126).

Para Oliveira, R. (2005) são várias as diferenças entre a periodização convencional e a Periodização Tática. Algumas delas são ilustradas nas seguintes figuras:

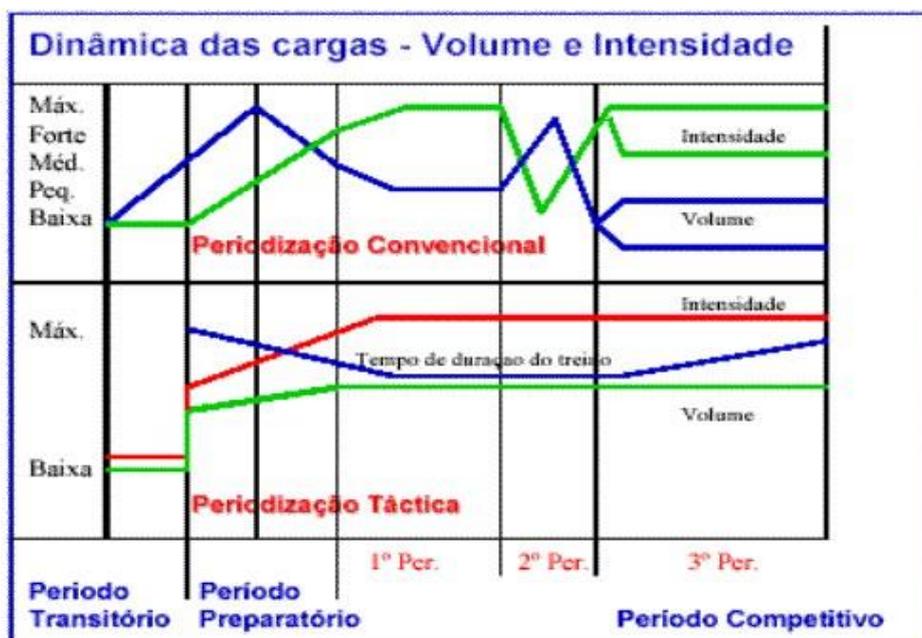


Figura 3. Dinâmica das cargas – volume e intensidade (Mourinho, 2001 apud OLIVEIRA, R. 2005).

Na figura 3 fica evidente que o trabalho de pré-temporada na perspectiva da Periodização Tática deve ser iniciado com cargas de intensidade e volume relativamente altas desde o início dos treinamentos, alcançando um nível máximo que deve ser mantido por toda a temporada (OLIVEIRA, R. 2005). O mesmo autor aponta que a intensidade do exercício deve simular a intensidade de jogo, respeitando assim o princípio da Especificidade, enquanto o volume de trabalho é interpretado como o número de repetições e não como o tempo de duração do exercício como é normalmente proposto nas periodizações convencionais. A Forma Desportiva também é interpretada de maneira diferente nesta concepção, conforme a Figura 4.

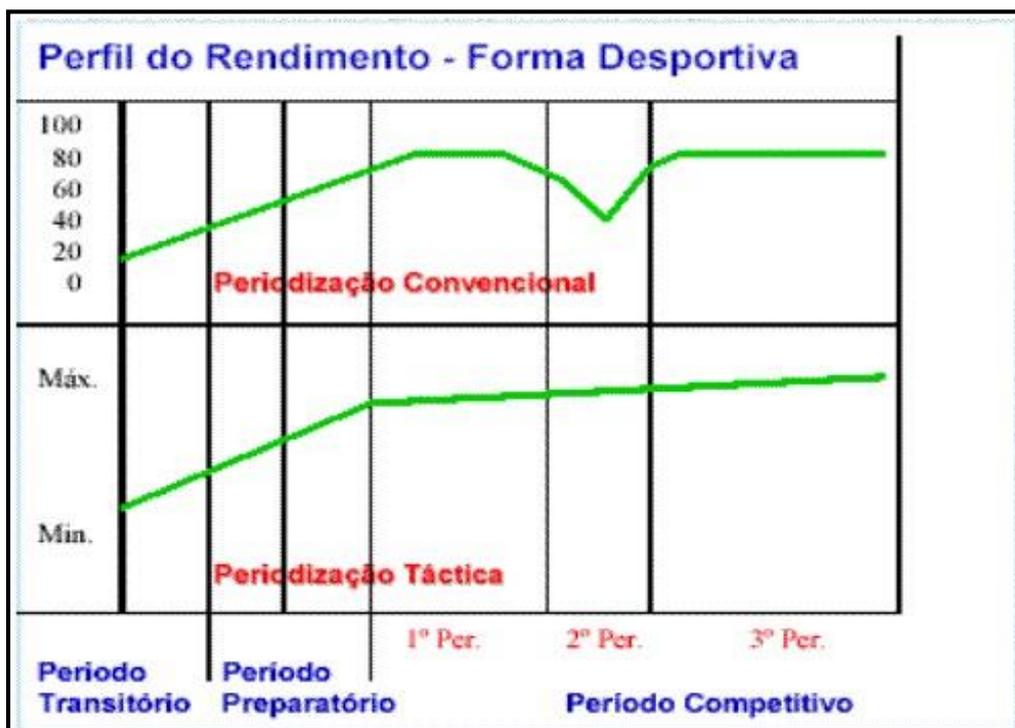


Figura 4. Perfil do rendimento – forma desportiva (Mourinho, 2001 apud OLIVEIRA, R. 2005).

Observando a figura 4 é possível depreender que na Periodização Tática o objetivo é alcançar um patamar de desempenho ótimo para a equipe ao longo da temporada e que o foco nesse caso está no aspecto coletivo e não no indivíduo. Para Mourinho (2001, apud OLIVEIRA, R. 2005) a forma desportiva pode ser entendida sobre uma perspectiva coletiva e que a ideia de estar em forma significa jogar bem.

Para a Periodização Tática o rendimento é analisado sobre uma forma qualitativa, diferente do convencional, onde é analisado de forma quantitativa através de testes físicos (OLIVEIRA, R. 2005). Na figura 5 observa-se que os treinos específicos perduram durante toda a temporada de modo a garantir o desenvolvimento do modelo. Nesse sentido, a componente tática surge como coordenadora de todo o processo, e a preocupação é a evolução constante do modelo de jogo pretendido (OLIVEIRA, R. 2005).

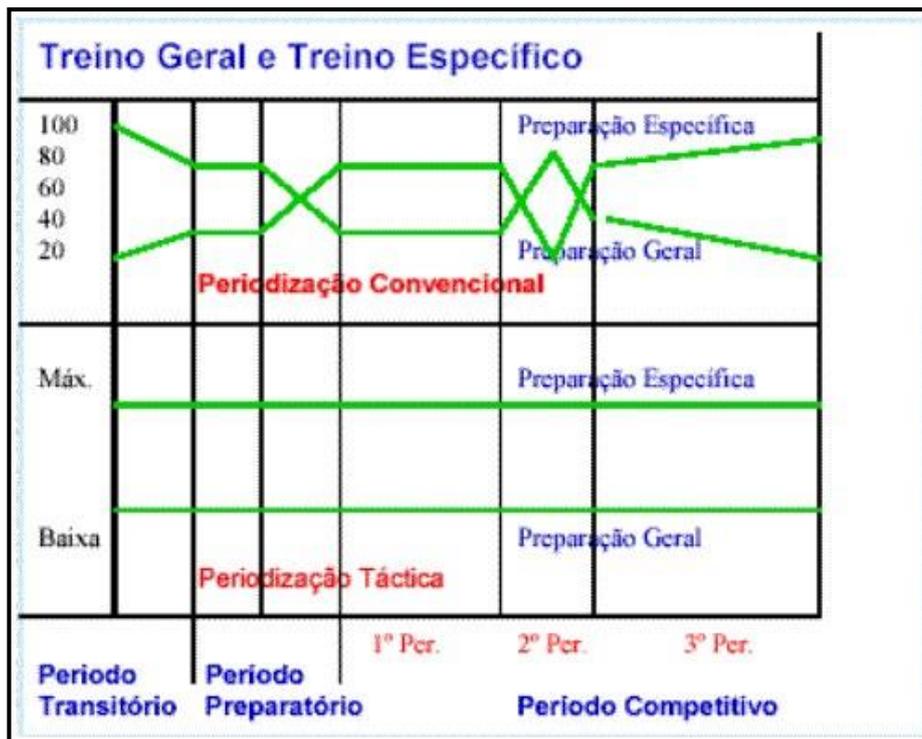


Figura 5. Treino geral e treino específico (Mourinho, 2001 apud OLIVEIRA, R. 2005).

Para Pivetti (2012) os conceitos de divisão da temporada, dominância da componente física e picos de forma não se aplicam nesta metodologia. Visto que na Periodização Tática o objetivo é a busca de uma identidade de jogo da equipe através de um processo de ensino-aprendizagem que compreende princípios específicos referentes ao modelo de jogo adotado pelo treinador.

A Periodização Tática também possui uma percepção diferente em relação às periodizações convencionais em relação aos conceitos de intensidade e volume de treino. A intensidade de uma ação tática não é estabelecida pelo desgaste físico, mais sim pela intensidade de concentração exigida para a realização daquela tarefa (OLIVEIRA, B. et al. 2006; PIVETTI, 2012). Assim, nota-se que o conceito de intensidade é relativo à *performance* tática máxima do jogador em suas ações, e o conceito de volume é a densidade das intensidades máximas verificadas em uma unidade de treino, representando o processo de aquisição dos princípios de jogo referentes ao modelo adotado (OLIVEIRA, B. et al. 2006; PIVETTI, 2012).

A Periodização Tática tem como maior objetivo operacionalizar um método de treinamento que faça surgir na equipe um modo de jogar onde as intenções assumam um caráter coletivo e são comuns a todos os elementos da equipe.

Corroborando com essa ideia Campos (2007 apud MOURINHO, 2005) diz:

“Exercitamos o nosso Modelo de Jogo, exercitamos os nossos princípios e sub-princípios de jogo, adaptamos os jogadores a ideias comuns a todos, de forma a estabelecer a mesma linguagem comportamental. Trabalhamos exclusivamente as situações de jogo que me interessam, fazemos a sua distribuição semanal de acordo com a nossa lógica de recuperação, treino e competição, progressividade e alternância. Criamos hábitos com vista à manutenção da forma desportiva da equipa, que se traduz por um frequente «jogar bem»”

Diante dos conceitos apresentados, está claro que a periodização tática tem a pretensão de criar um modelo de jogo respeitando as características dos jogadores. Em seguida iremos apresentar melhor o conceito de modelo de jogo e suas particularidades.

## **4 MODELO DE JOGO: o jogar que se pretende**

Para Garganta (1997), é possível, observando equipes e jogadores no decorrer de vários jogos, detectar padrões de organização, que permitem sintetizar conclusões em relação ao comportamento esportivo de atletas e equipes. Tal comportamento tem relação com as características construídas pelo grupo, especialmente com seu sistema organizacional.

Conforme apresentado anteriormente, o Modelo de Jogo é ferramenta indispensável para a Periodização Tática. Teodorescu (1984) diz que o modelo de jogo é uma referência construída desde outras referências que tenham um rendimento maior e que promovem um conjunto de ações coletivas e individuais dos jogadores e da equipe. Para Mourinho (2006 apud OLIVEIRA, B et al. 2006) o mais importante em uma equipe de futebol é ter um modelo de jogo, e defini-lo como um conjunto de princípios que deem organização à equipe.

Segundo Oliveira, J. (2004), o modelo de jogo é uma ideia de jogo elaborada por princípios, subprincípios, subprincípios dos subprincípios, que se unem criando uma organização funcional própria, denominada de identidade, que condicionam a equipe nos diferentes momentos do jogo. Nesse viés muitos autores definem o jogo de futebol contendo quatro momentos: momento de organização ofensiva, momento de transição ofensiva (defesa-ataque), momento de transição defensiva (ataque-defesa) e momento de organização defensiva (OLIVEIRA, B. et al. 2006; OLIVEIRA, J. 2004; PIVETTI, 2012). A figura 6 ilustra o exemplo de um modelo de jogo.

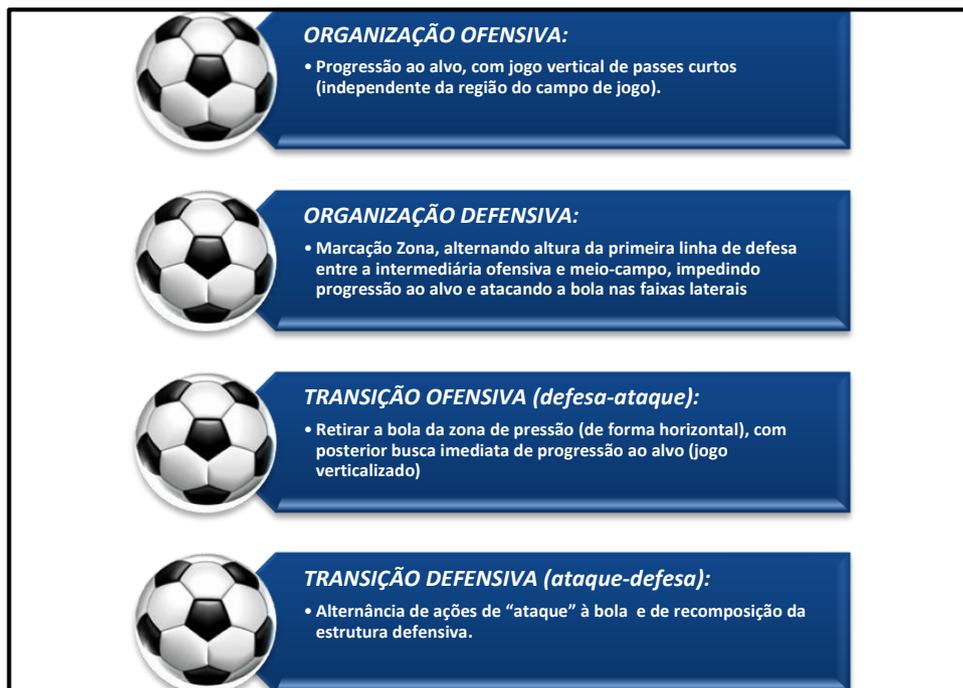


Figura 6. Exemplo de um modelo de jogo. (SANTOS, 2012)

O professor Frade (1985 apud SALGADO, 2009) aponta que apesar de o modelo de jogo ser caracterizado por ser uma referência, ou seja, algo que se pretende alcançar, existe a necessidade de estar sempre visualizando e construindo este modelo de acordo com os objetivos almejados, revelando-se então um processo em constante atualização. Castelo (1996) defende que em todo o caminho que se percorre para a construção de um modelo de jogo, é muito importante fases intermediárias de questionamento aos atletas, para entender suas necessidades e saber suas opiniões sobre as maneiras de jogar da equipe, pois assim poderão surgir aspectos importantes para modificar o processo de modelação adequando à melhor maneira de compreensão por parte dos jogadores.

Para Almeida (2009) o processo de ajuste do modelo de jogo apresenta momentos de estabilidade, momentos de crescimento mais lentos e mais rápidos e até momentos de regressão. Para ele o modelo precisa de uma certa estabilização para que surja um sentido que oriente os jogadores para um

jogar melhor, pois se houverem repetidas mudanças pode prejudicar a qualidade da operacionalização do modelo objetivado.

Para Pivetti (2012) o modelo de jogo de uma equipe não deve ser cópia de outros modelos de equipes bem-sucedidas anteriormente, e sim, um modelo próprio construído a partir de seu entendimento de jogo. Pontuando a importância do treinador nesse processo, Pereira (2006) diz que ele deve definir exatamente como quer que sua equipe atue e os comportamentos individuais e coletivos que deseja em seus jogadores, tornando assim o processo de treino melhor estruturado e organizado. Pereira (2006) alega que as capacidades do treinador são de grande importância no processo de construção do modelo de jogo. O conhecimento sobre o futebol e a experiência do treinador são determinantes para o desenvolvimento do trabalho, uma vez que não se pode desenvolver e implementar algo do qual não se tem domínio e segurança.

De acordo com perspectiva do modelo de jogo, entende-se que as ideias de jogo do treinador devem ser operacionalizadas durante os treinamentos. Com isso, torna-se importante a exercitação dos princípios de jogo, a criação de hábitos nos jogadores e o surgimento de comportamentos individuais e coletivos para alcançar uma estruturação sólida do modelo de jogo objetivado.

## 5 OS PRINCÍPIOS DE JOGO, A ESPECIFICIDADE E A CRIAÇÃO DE HÁBITOS

Como vimos o modelo de jogo não é restrito ao plano conceitual ou ideológico do jogo (GOMES, M. 2008), ou seja, “compreende igualmente o lado prático, sendo essa a justificativa dos jogadores de vivenciarem o modelo a todo instante por meio da aquisição dos princípios subjacentes em uma dinâmica de treinamento” (PIVETTI, 2012, p. 82).

Para Pivetti (2012, p. 81) “os princípios de jogo são as linhas orientadoras do pensamento tático dos jogadores [...] os quais participam da resolução operacional, isto é, tático-técnico dos diferentes problemas que evidenciam as diversas situações de jogo”. Seguindo este pensamento, Gomes, M. (2008) considera que os princípios de jogo são referências intencionais do treinador para resolver os problemas que aparecem durante o jogo e assim expressam-se no comportamento dos jogadores. Pivetti (2012) ainda acrescenta que esses princípios ao se manifestarem com regularidade, conferem identidade e funcionalidade ao modelo de jogo da equipe nos vários momentos do jogo.

Os princípios podem ser organizados em diferentes níveis, sendo eles (PIVETTI, 2012):

- Grandes princípios: contornos gerais da identidade de jogo própria (macro).
- Subprincípios: as partes intermédias que suportam e dão corpo a essa identidade (meso).
- Subprincípios dos subprincípios: aspecto referente aos pormenores a priori desconhecidos, pois surgem pela dinâmica do processo e manifestam-se pelos níveis de maior complexidade, ainda que sem perda da identidade (micro).

No entanto, Oliveira, B. et al. (2006, p. 38) chama a atenção para que não se confundam princípios de jogo com princípios metodológicos. Os princípios de jogo e os subprincípios, subprincípios dos subprincípios que lhes

dão corpo são o complexo de referências comportamentais que balizam a ideia de jogo do treinador. Os princípios metodológicos balizam a lógica processual subjacente à metodologia de treino [...].

A Figura 7 exemplifica uma organização dos princípios de jogo de uma equipe no momento de transição ataque-defesa:



Figura 7. Princípios de jogo no momento de transição ataque-defesa (GOMES, M. 2008).

Para ALMEIDA (2009) é necessário que o treinador defina uma série de comportamentos que deseja que a equipe assuma em termos coletivos e individuais de cada jogador; onde esses comportamentos podem ser gerais do jogo que o treinador criou (princípios) e também podem ser mais específicos deste modo de jogar (subprincípios).

O modelo de jogo é, no fundo, um complexo de referências coletivas e individuais, referências essas que são os princípios de jogo concebidos pelo treinador. Os princípios de jogo são referências de ação, ou referências comportamentais, que levam a que os jogadores joguem em equipe. São eles que fazem aparecer com regularidade a coordenação coletiva, vulgo entrosamento. São eles que dão organização à equipe. (OLIVEIRA, B. et al. 2006, p. 37).

Uma equipe só poderá ter uma boa organização coletiva dentro de campo, se a ação técnico-tática de cada jogador presente no time estiverem de acordo com o modelo de jogo, revelando uma ideia comum a todos da equipe e respeitando um referencial coletivo de jogo (PEREIRA, 2006).

### **5.1 A Especificidade na Periodização Tática**

Para Frade (1998 apud MACIEL, 2008) deve-se considerar a Especificidade como um princípio que direciona a periodização para um determinado jogar, ou seja, a tática da equipe. Oliveira, J. (1991 apud ALMEIDA, 2009) diz ainda que o princípio da Especificidade deve assumir um papel de “princípio dos princípios”, devido a sua importância em dirigir toda a metodologia da Periodização Tática. Nesse sentido, Resende (2002 apud ALMEIDA, 2009) afirma que o princípio da Especificidade emerge como coordenador de todo o processo de construção do modo de jogar da equipe, desta forma o pressuposto inicial da Periodização Tática.

A Periodização Tática, segundo Tamarit (2007), fundamentada no conceito de Especificidade pensa o treinamento como um diálogo, onde os diferentes momentos do jogo (ataque, defesa e transições) interagem sem uma ordem estabelecida. Postula-se que o treinamento seja uma simulação mais real possível da maneira de jogo almejada. Ainda para o mesmo autor, deve-se conseguir que o maior número possível de jogadores pense da mesma maneira diante de uma situação apresentada, isto é, que tenham um objetivo claro que vá de encontro ao modelo de jogo pretendido pelo treinador.

A Periodização Tática trabalha sempre em Especificidade, não tendo espaço para exercícios analíticos e descontextualizados com a maneira de jogar da equipe. Por isso não há treinamentos físicos ou técnicos separados do modelo de jogo, uma vez que esta situação poderia conduzir a uma inEspecificidade (TAMARIT, 2007). Segundo (OLIVEIRA, J. 2004) o treino só é verdadeiramente específico quando acontecer uma constante e permanente

relação entre as variáveis físicas, coordenativas, psico-cognitivas, tático-técnicas coletivas e individuais em correlação com o modelo de jogo e os princípios de jogo que lhe são próprios.

[...] A Especificidade do Treino conduz ao Entrosamento que aprimora a inteligibilidade da comunicação linguística Específica da Equipe levando-os a outros patamares de complexidade, a uma nova «des»ordem, a um jogar cada vez mais qualitativo, por isso neste meio, pode ocorrer muitos incidentes podendo ser criadas ao acaso, mas que levem os Jogadores a manifestarem comportamentos padrões, caracterizando a Equipe (ALMEIDA, 2009, p. 156).

Por meio do princípio da Especificidade do treino, objetiva-se uma preparação mais ajustada à competição e a indução de adaptações Específicas como uma maneira de direcionar o processo durante a competição com maior eficácia (GARGANTA, GRÉHAIGNE, 1999).

Segundo Campos (2008, p. 53):

Quando, na operacionalização do treino, queremos ter presente a especificidade temos que repetir sistematicamente os comportamentos que queremos implementar. Esta repetição sistemática está envolta em regras que permitem que os seus efeitos sejam os desejados, ou seja, não é uma repetição abstrata sem um fio condutor que conduzirá à manifestação do padrão de jogo idealizado.

Somente operacionalizar exercícios Específicos não é o suficiente para que o conceito de Especificidade seja alcançado (FERREIRA, 2010). É de suma importância que ocorra uma intervenção pontual do treinador no processo de treino visando o modelo de jogo objetivado (FERREIRA, 2010; SILVA, 2008). Esta intervenção interativa do treinador com os exercícios propostos para os jogadores deve acontecer em três momentos diferentes, que são (OLIVEIRA, J. 2004):

- Primeiro momento: anterior à realização do exercício, onde o treinador expõe aos seus jogadores o sentido do exercício e o contexto que ele está inserido, e quais os comportamentos desejados e os efeitos que esses comportamentos terão no desenvolvimento dos conhecimentos coletivos e individuais e na qualidade do desempenho.

- Segundo momento: durante a execução do exercício, onde o treinador deve atuar como catalisador positivo dos comportamentos desejados, associando-lhes emoções positivas e coibindo os comportamentos inadequados, associando-lhes com emoções negativas.
- Terceiro momento: ao final do exercício, onde o treinador deverá salientar os aspectos positivos e os aspectos negativos que ocorreram ao longo do treinamento.

## **5.2 A criação de hábitos**

Segundo Freitas (2004 apud MACIEL, 2008) a ideia de hábito é algo fundamental no processo de treino, pois é por meio do hábito que os princípios de um determinado modelo de jogos são enraizados. Para Almeida (2009) os hábitos são concebidos em Especificidade, tornando-se uma condição mais dinâmica que busca alcançar um nível de complexidade cada vez maior, no qual os jogadores encontram-se mais habituados a níveis superiores de um jogar. Concordando com a ideia, Campos (2008, p. 89) diz “[...] a aquisição de hábitos é potenciada através da vivencia dos contextos de exercitação especificamente direcionados”

Segundo Damásio (2007) o automatismo, ou criação de hábitos é resultado da criação de imagens mentais, que são formadas a partir de experiências anteriores do indivíduo, conscientes ou não, que ficam registradas na memória e viabilizam decidir rapidamente a uma situação problema.

De acordo com Gomes (2008) a criação de hábitos objetiva que os jogadores sejam habilitados a agir de maneira espontânea na concretização dos princípios de jogo da equipe, através do desenvolvimento de determinados automatismos comportamentais. Isso leva a uma cultura comportamental. Contudo, o mesmo autor diz que para que se estabeleça uma cultura comportamental na equipe é necessário que os princípios adotados permitam que os jogadores tenham êxito na resolução dos problemas que surgem durante a partida. Do contrário, os jogadores deixam de acreditar no funcionamento do

modelo de jogo. Pivetti (2012) afirma que os jogadores devem confiar nos princípios de jogo da equipe e, mais importante, vivenciar sucessos com o cumprimento dos hábitos referentes ao modelo de jogo do treinador.

No entanto, o conceito de hábito não pode ser entendido como um conjunto de comportamentos mecânicos por parte dos jogadores. É importante dentro do modelo de jogo perspectivado ter espaço para o jogador inventar e criar na concretização dos princípios de jogo adotados (GOMES, 2008).

O treino tem a função de desenvolver e estimular determinados comportamentos, para que estes, sendo inicialmente conscientes, se possam construir como hábitos, tornando-se desta forma comportamentos não conscientes. [...], no entanto, aquilo que se pretende a partir do processo de treino não é uma sistematização exaustiva de determinadas ações de jogo, convertendo o jogador num “robô”, ou seja, não se pretende a criação de hábitos fechados, uma vez que o contexto de jogo revela um caráter aberto onde os jogadores são constantemente confrontados com situações diversas (FERREIRA, 2010, p. 34).

Como visto, o desenvolvimento dos princípios de jogo durante os treinamentos pode gerar comportamentos e hábitos nos jogadores. Porém, os cenários dos treinos criados em campo devem estar coerentes como a ideia de jogo perspectivada pelo treinador e pautados em princípios metodológicos bem definidos, que se encaixam no padrão semanal de treinamento. A seguir iremos observar quais são esses princípios propostos e como eles se enquadram no padrão semanal de treinamento proposto pela periodização tática.

## 6 PRINCÍPIOS METODOLÓGICOS E O MORFOCICLO PADRÃO DA PERIODIZAÇÃO TÁTICA

Durante a operacionalização do processo de treino de uma equipe o treinador deve conhecer os três princípios metodológicos que legitimam e direcionam o morfociclo padrão semanal da periodização tática (ALMEIDA, 2009). Para (TAMARIT, apud TOBAR. J, 2012) a Periodização Tática está baseada em Princípios Metodológicos que são fundamentais e que a diferenciam claramente das outras metodologias. Sem sua correta compreensão e domínio, durante a operacionalização do processo de treino, não existe Periodização Tática.

Portanto, os Princípios Metodológicos são... e repare que durante muito tempo, 90% da gente que falava sobre Periodização Tática, nem se quer falava dos Princípios Metodológicos e é onde eu mais martelo com os alunos, por que uma ideia de jogo toda a gente tem, para jogar de uma determinada maneira, depois sistematizando mais ou menos, mas como é que se fabrica isso?! Eu digo que a especialização todos os cozinheiros têm, e então porque é que uns são melhores que outros?! Então, é porque a feitura tem qualquer coisa de concreto, de diferente, de original e isso tema ver com as doses, ah pois tem! Basta você exagerar na dose de qualquer ingrediente que a coisa já não dá. Isso é a causalidade não linear. Sabe que já era o tema da minha tese de doutoramento, a causalidade não linear na estrutura acontecimental do rendimento superior. (FRADE, apud TOBAR. J, 2012).

Os princípios da alternância horizontal em Especificidade, da progressão complexa e das propensões, são os pilares da repetição sistemática e só uma interação bem contextualizada entre os três permitirá que se treine em Especificidade (CAMPOS, 2008, p. 54). Portanto o conhecimento e domínio desses três princípios tornam-se indispensáveis na metodologia da Periodização Tática.

### 6.1 Princípio das Propensões

O princípio das propensões caracteriza-se por fazer emergir um grande número de vezes os comportamentos que são desejados aos jogadores assimilarem, realizando assim uma repetição sistemática no treinamento. Criam-se situações onde os princípios que se pretende treinar aparecem com grande

densidade, de modo que os jogadores realizem esses comportamentos com elevada frequência (OLIVEIRA, B. et al. 2006).

Este princípio tem esse nome, pois nele se deseja criar um contexto que seja propenso a determinada aquisição de princípios de jogo. Este contexto tem que ter um sentido associado, pois a aquisição desses princípios por parte dos jogadores só ocorre quando se sabe o que está fazendo (ALMEIDA, 2009).

Seguindo nesta mesma linha, Maciel (2011 apud ESTEVES, 2011) diz que a ideia de propensão tem a ver com o fato de se criar um ambiente mais propício para ocorrência de determinados comportamentos. E por isso o mesmo autor refere a necessidade de se modelar os contextos, para que se facilite a aquisição dos propósitos desejados; possibilitando um aumento da densidade do que se pretende manifestar com regularidade no treinamento.

O princípio das propensões possibilita que o caos seja de fato determinístico pela modelação de contextos de exercitação. O propósito é criar circunstâncias relativas a uma identidade de jogo que permitam um aumento de densidade do que se deseja como regularidade, isto é, interações que, ao acontecerem, façam emergir exponencialmente os critérios subjacentes aos princípios de jogo. O que se busca é modelar a situação de modo que esta catalise os propósitos desejados, para que o que se manifestar seja condizente com aquilo que se deseja. Porém, vale ressaltar que a decisão sempre será dos jogadores, e, sendo assim, o intuito não é treinar ou instituir comportamentos, mas libertar os jogadores por meio de interações determinadas e suportadas por critérios preestabelecidos (PIVETTI, 2012, p. 52).

Neste princípio, o treinador deve levar em conta determinado contexto, para que no treino ocorra repetidamente a manifestação desses princípios de jogo referentes ao modelo de jogo que ele pretende treinar. Por isso é tarefa do mesmo buscar estratégias na construção dos exercícios que permitam exacerbar os comportamentos dos jogadores que conduzam à assimilação do jogo que se pretende (FERREIRA, 2010). Campos (2008) concorda dizendo que é no respeito a este princípio que o treinador vai potencializar na organização semanal do seu treino a aquisição dos princípios de jogo de acordo com o modelo escolhido.

Na descoberta guiada “o treinador leva os jogadores a chegar às suas convicções, inerentes ao modelo de jogo, em função de uma construção dialética do padrão de atuação da equipe nos diferentes contextos de jogo” (PIVETTI, 2012, p. 196). Maciel (2011 apud ESTEVES, 2011) acrescenta que o treinador deve criar nos jogadores um desejo pelo desconhecido, que, no entanto, trata-se de um desconhecido que o treinador quer sobre determinar, ou seja, o mesmo alimenta este desconhecido direcionando para a forma que ele quer que os jogadores descubram.

## **6.2 Princípio da Progressão Complexa**

Este princípio atribui uma grande importância na hierarquização dos princípios de jogo, tentando evitar a concorrência entre os mesmos, visando aumentar a complexidade ao longo do processo de treino, evoluindo à medida que os jogadores vão assimilando as referências (MONTENEGRO, 2008).

Há que ter a noção de que, para se poder progredir, é também preciso ordenar, hierarquizar. Isso é que leva ao operacionalizar! Mas, atenção, não é a convencional progressão do geral para o específico, do volume para a intensidade, do aeróbico para o anaeróbico. É uma progressão que diz respeito à hierarquização dos princípios de jogo [...], por um lado, e aquela que acontece com a diferenciação do esforço ao longo da semana, por outro (OLIVEIRA, B. et al. 2006, p. 109).

Ferreira (2010) verifica neste princípio metodológico uma “montagem” e “desmontagem” dos princípios de jogo e a hierarquização dos mesmos durante o padrão semanal e ao longo do processo de treino, conforme a evolução da equipe. Em concordância, Almeida (2009) diz que o princípio das propensões se refere à hierarquização dos princípios de jogo do treinador e aos diferentes tipos de esforços que os jogadores realizam ao longo da semana.

Contudo para Maciel (2011 apud ESTEVES, 2011), na Periodização Tática hierarquizar não significa catalogar sequências de acontecimentos que sirvam como referências de ação dos jogadores, isso acarretaria em uma robotização dos mesmos. Para Maciel (2001 apud ESTEVES, 2011) a hierarquização dos princípios de jogo é no sentido de

perceber o que é prioridade em cada momento do processo do treino nas situações que os jogadores vivenciam.

A progressão neste princípio ocorre de maneira não linear, de acordo com os diferentes princípios em relação ao contexto presenciado na equipe, ou seja, o processo desenvolve-se de maneira espiralada em virtude de constantes avanços, mas também de retrocessos em relação ao referencial determinado (MACIEL, 2011 apud ESTEVES, 2011; PIVETTI, 2012).

Este princípio representa uma ênfase na qualidade, isto é, nas relações e na intensidade, ao invés de quantidade, referida pelo volume (MACIEL, 2011 apud ESTEVES, 2011). É necessário, no processo, obedecer a uma lógica que vai do menos complexo para o mais complexo, sempre tendo como base uma determinada intenção de quais referências se pretende que os jogadores assimilem na operacionalização. Trata-se de uma progressão complexa, pois se constrói uma complexidade inicial fazendo-a evoluir para um nível maior de complexidade (MACIEL, 2011 apud ESTEVES, 2011).

### **6.3 Princípio da Alternância Horizontal em Especificidade**

O princípio da alternância horizontal em Especificidade consiste na necessidade de equilibrar a dialógica entre desempenho e recuperação (ALMEIDA, 2009). O mesmo diz que a operacionalização deste princípio ao longo do morfociclo passa pela alteração das diferentes dimensões do jogar de uma equipe durante a semana de treinamento. Com esta alteração também existem variações ao nível da dimensão física, através de mecanismos como a descontinuidade do treino e diferentes tipos de contrações musculares predominantes de acordo com o dia da semana.

De acordo com Oliveira, B. et al. (2006), neste princípio procede-se uma alternância do padrão de contração muscular dominante, alternando também entre treinos mais descontínuos e treinos menos descontínuos, mas sempre em Especificidade com níveis de complexidades variados de acordo com o objetivo do dia. Seguindo nesta mesma linha, Montenegro (2008) diz que este princípio defende a necessidade da existência, de uma alternância ao longo dos dias da

semana (por isso o nome horizontal) ao invés de misturar diferentes conteúdos em uma mesma unidade de treino (alternância vertical), observando-se o nível da contração muscular dominante, de acordo com suas variáveis de tensão, velocidade e duração, mas sem nunca esquecer a Especificidade do jogar da equipe.

Segundo Maciel (2011 apud ESTEVES, 2011) este princípio metodológico permite que a alternância realizada ao longo do morfociclo padrão seja feita de maneira conveniente, possibilitando através de sua repetição continuada, que o conteúdo possa ser diverso, constituindo o morfociclo em uma invariante metodológica. O mesmo autor aponta que esta alternância deverá ser implementada desde a primeira semana de treinos, com o objetivo de conduzir os jogadores para uma adaptação nessa matriz metodológica, tornando-se uma regularidade e assim possibilitar que os desempenhos coletivos também sejam regulares.

A alternância horizontal em especificidade é nada mais que a habituação a uma invariância metodológica proporcionada pelo morfociclo padrão. O principal intuito é salvaguardar a relação ótima entre estímulo e recuperação, para que o jogador atinja níveis ótimos de rendimento na competição propriamente dita, pela evolução do jogo específico nas diferentes unidades de treino propostas. Assim, busca-se induzir uma adaptabilidade em nível individual que possibilite a manifestação qualitativa de uma intencionalidade coletiva. Essa adaptação individual é determinada por propósitos coletivos, e não necessariamente em contexto individualizados (PIVETTI, 2012, p. 51).

#### **6.4 Morfociclo padrão de treinamento**

O treinamento na Periodização Tática é organizado através de um morfociclo padrão semanal, que possui determinados propósitos com o objetivo de assegurar uma estabilização do processo de treino (ALMEIDA, 2009). Segundo Maciel (2011 apud ESTEVES, 2011) o morfociclo padrão permite que a maneira de jogar pretendida para a equipe ganhe vida e possa emergir. Segundo o mesmo autor, por ser considerada uma periodização em curto prazo (pois se dá entre o ciclo de dois jogos) que contém a presença de uma intencionalidade coletiva do jogar da equipe, o morfociclo padrão deve ser

entendido como um fractal pertencente a um nível mais macro que é a Periodização Tática.

A criação dos exercícios é feita de acordo com os critérios definidos como fundamentais para o aumento do nível de desempenho coletivo da equipe. Portanto o objetivo é fazer com que os princípios de jogo subjacentes ao modelo de jogo da equipe sejam consolidados nas ações dos jogadores durante os diferentes momentos do jogo, mas sempre dando abertura para a capacidade criativa dos jogadores (PIVETTI, 2012). Outro aspecto importante na programação semanal do treino é a análise detalhada do desempenho na partida anterior e a elaboração de estratégias para o próximo jogo, de acordo com as características do adversário. Assim o padrão semanal de treino tem como objetivo preparar a equipe para o próximo jogo, levando em consideração as informações coletadas no último jogo e o que se perspectiva para o jogo seguinte (GOMES, M. 2008; PIVETTI, 2012), conforme podemos ver na Figura 8.

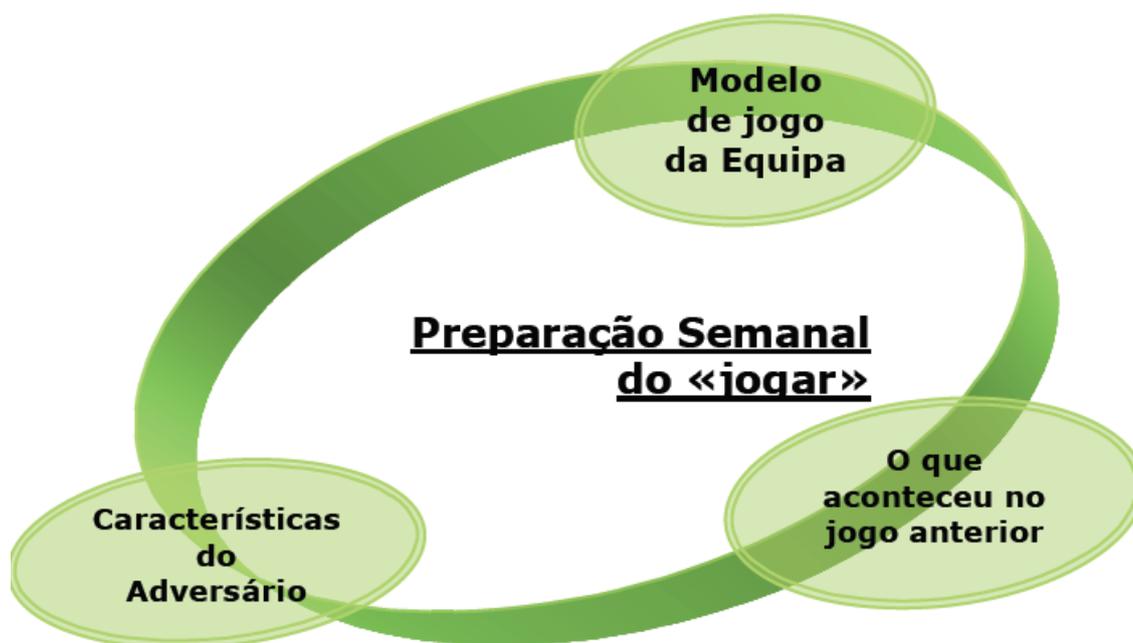


Figura 8. Definição dos objetivos do padrão semanal (GOMES, M. 2008)

“No morfociclo padrão, há uma vivência hierarquizada dos princípios de jogo inerentes ao modelo a ser criado. A prática é hierarquizada uma vez que o nível de complexidade dos exercícios se altera durante a semana [...]” (PIVETTI, 2012, p. 198). Portanto, é necessário que se contemple a hierarquização dos exercícios tendo em vista às necessidades de evolução do modelo de jogo da equipe, para que assim a estruturação do morfociclo padrão caminhe para a perfeição (PIVETTI, 2012). Nessa perspectiva, o mesmo autor afirma que a operacionalização dos exercícios exige uma boa liderança do treinador e o estabelecimento de uma relação de confiança com os jogadores, para assim alcançar o sucesso.

Depois de percorrer todo o percurso teórico do presente trabalho, apresentando as características e particularidades do jogo de futebol e especificamente ao modelo de treinamento proposto pela periodização tática. Iremos apresentar a seguir os reais objetivos desse trabalho.

## **7 A PESQUISA**

Os objetivos deste trabalho são: 1- Diagnosticar quão difundido está o conceito de Periodização Tática entre treinadores de futebol de base do Campeonato Paulista; 2- Verificar o nível de conhecimento destes acerca dessa nova metodologia; 3- Identificar quais metodologias de treinamento eles utilizam em suas equipes.

Para a realização deste trabalho, foi feita uma pesquisa de campo com profissionais que atuam em equipes de base do Campeonato Paulista. Os dados levantados foram preparados e analisados de acordo com as teorias que delimitam a metodologia de pesquisa denominada análise de conteúdo. Para coleta dos dados, foi realizada uma entrevista semiestruturada visando garantir um meio veemente de acolhimento das informações necessárias para o trabalho. Tal pesquisa possui um caráter de investigação qualitativo, que visa absorver o máximo de informações provindas dos discursos orais dos treinadores e suas respostas nos questionários.

Muitos são os questionamentos sobre as novas tendências de treinamento no futebol e os trabalhos científicos que abordam essas vertentes ainda são incipientes. Assim, o presente trabalho mostra-se de suma importância para refletir sobre esses novos modelos que a cultura do treinamento vem adotando e promover um diagnóstico sobre a opinião dos profissionais que atuam no futebol acerca dessas novas tendências.

O presente trabalho foi submetido ao Comitê de Ética em Pesquisa da Universidade Estadual de Campinas.

### **7.1 Material**

Para a realização deste trabalho foi adotado o método análise de conteúdo que segundo Triviños (1987), valoriza a presença do pesquisador e permite que o entrevistado fique mais livre para poder acrescentar e agregar informações a pesquisa. Os sujeitos entrevistados foram treinadores de futebol de clubes do Campeonato Paulista, das categorias Sub 17 (n=2) e Sub 20 (n=3)

no ano de 2017. Para a coleta de dados foi realizada uma entrevista semiestruturada onde os relatos foram captados por um gravador de áudio. Após a gravação, as entrevistas foram transcritas e arquivadas. Todos os entrevistados receberam o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido com o objetivo de saberem a respeito da pesquisa e que todas as informações concedidas seriam usadas exclusivamente para tal fim.

As entrevistas foram gravadas em sua maioria nas residências e ambiente de trabalho dos treinadores (Centro de Treinamento dos clubes) localizados nas cidades de Campinas, Paulínia e Porto Feliz. A duração das entrevistas variou entre trinta e quarenta minutos.

## **7.2 Método**

Segundo Scaglia (1999) o método de análise de conteúdo pode ser utilizado tanto em pesquisa qualitativa quanto quantitativa. Tal método possui três etapas para a concretização do processo:

- pré-análise: se trata da organização do material. Esta etapa visa determinar, por exemplo, como serão recolhidos os dados e as informações que serão analisadas.
- descrição analítica: é um momento de pré-análise; acerca dos documentos que formam o corpo do trabalho é feito um estudo aprofundado, definido pelas hipóteses e teorias de suporte.
- interpretação inferencial: nessa etapa os argumentos da fase anterior ganham maior intensidade. Neste momento da pesquisa é preciso aprofundar a análise e desvendar os conteúdos latentes presentes no discurso.

### 7.3 Pré-análise: etapa de elaboração do questionário

Nessa fase foi construído questionário de seis perguntas abertas que foi aplicado aos treinadores. Destas foram extraídos os conteúdos relevantes para a pesquisa.

O questionário possui três cenários. No primeiro (*Cenário 1*) os treinadores apresentam seu conhecimento sobre a metodologia Periodização Tática. No segundo (*Cenário 2*) apontam as diferenças em relação aos demais modelos. No terceiro (*Cenário 3*) revelam quais metodologias utilizam em suas equipes. A divisão dos questionamentos em três cenários facilitou a descrição analítica e, portanto, a posterior análise inferencial. O questionário aplicado aos entrevistados se encontra nos apêndices no final do trabalho.

### 7.4 Descrições analítica: etapa de composição das informações

Após a transcrição dos áudios e o recolhimento dos conteúdos revelados nas entrevistas, foi separado os conteúdos relevantes para a análise e descartadas as informações que não dizem respeito diretamente à pesquisa.

Antes das entrevistas, foram copiladas informações referentes aos dados pessoais dos entrevistados. Entretanto, em nome da ética científica, os nomes dos entrevistados não serão revelados. Segue abaixo os dados pessoais dos entrevistados. Vale destacar que todos eram do sexo masculino e formados em Educação Física.

#### **Entrevistado 1**

**Idade:** 36 anos

**Instituição na qual se formou:** PUC Campinas

**Experiência profissional em categorias de base:** 11 anos

**Clube e categoria atuais:** Grêmio Novorizontino / Sub 20

**Tempo de entrevista:** 25:27 minutos

### **Entrevistado 2**

**Idade:** 35 anos

**Instituição na qual se formou:** UNICAMP

**Experiência profissional em categorias de base:** 10 anos

**Clube e categoria atuais:** Ponte Preta / Sub 20

**Tempo de entrevista:** 30:15 min

### **Entrevistado 3**

**Idade:** 30 anos

**Instituição na qual se formou:** Universidade do Oeste de Santa Catarina - UNOESC

**Experiência profissional em categorias de base:** 12 anos

**Clube e categoria atuais:** Desportivo Brasil/ Sub 17

**Tempo de entrevista:** 35:10 minutos

### **Entrevistado 4**

**Idade:** 37

**Instituição na qual se formou:** Faculdade de Jaguariúna - FAJ

**Experiência profissional em categorias de base:** 8 anos

**Clube e categoria atuais:** Amparo/ Sub 17

**Tempo de entrevista:** 31:07 minutos

### **Entrevistado 5**

**Idade:** 37

**Instituição na qual se formou:** METROCAMP Campinas

**Experiência profissional em categorias de base:** 13 anos

**Clube e categoria atuais:** Rio Branco/ Sub 20

**Tempo de entrevista:** 36:20 minutos

## 8 RESULTADOS

### 8.1 Interpretação inferencial individual

Nessa fase, serão revelados os conteúdos das entrevistas com os treinadores. A inferência é a interpretação por meio de raciocínio lógico, em que o pesquisador expõe os seus argumentos e hipóteses acerca do objeto estudado.

A seguir iremos apresentar os discursos de todos os treinadores referentes ao *Cenário 1 O conhecimento sobre a Periodização Tática*, ou seja, o nível de conhecimento deles acerca da referida metodologia.

#### Entrevista 1

##### *Cenário 1: O conhecimento sobre a Periodização Tática*

O entrevistado 1 define a Periodização tática como uma metodologia na qual você treina sua equipe através do modelo de jogo. Por ser nova no Brasil e não priorizar como método o exercício analítico e com isso facilitar o desenvolvimento do jogar que o treinador almeja, a metodologia se tornou um divisor de águas no futebol brasileiro.

O entrevistado 1 diz que compreende o conceito de modelo de jogo e o define como as ações que sua equipe irá tomar nos cinco momentos do jogo: organizações ofensiva e defensiva, transições ofensiva e defensiva e a bola parada.

Ele diz que o conhecimento acerca da PT está aumentando entre os treinadores, porém muitos ainda não entendem como se aplica a metodologia. Por esse fato e pela cultura do treinamento convencional enraizada no futebol brasileiro o entrevistado acredita que a PT não será estabelecida totalmente no

Brasil. Será preciso muitas mudanças estruturais e ideológicas para que isso ocorra.

## **Entrevista 2**

### *Cenário 1: O conhecimento sobre periodização tática*

O entrevistado 2 define a metodologia como um conceito em constante transformação. Para ele o professor Vitor Frade (1985) buscou integrar as quatro dominantes do treinamento desportivo (física, técnica, tática e psicológica) visando que estas surjam juntas durante os exercícios em busca da construção de um modelo de jogo.

Para ele o modelo de jogo é o norteador do processo de treinamento, onde a partir dele todos os exercícios são construídos, desde a primeira até a última sessão do ano. Ele define o modelo de jogo como referências que são construídas nos quatro momentos do jogo que norteiam o jogador no atacar, no defender, ao perder a bola e ao recuperar a bola.

Acredita que a metodologia busca uma condição de rendimento permanente para equipe, não estabelecendo um platô de desenvolvimento, de modo que durante o processo de treinamento o treinador consegue dar ênfase em determinadas dimensões, sem deixar que todas se desenvolvam. Afirma conhecer os princípios metodológicos da periodização tática, mas apenas definiu um deles, o Princípio das Propensões, que para ele se trata dos comportamentos táticos que mais se manifestam durante o processo de treinamento.

O entrevistado 2 afirma que a evolução do desempenho se dá em três níveis: dia (sessão de treino), semana (morfofociclo) e ano (temporada de jogos). Segundo ele, no processo de controle de estímulo e recuperação ao longo do morfofociclo padrão devem ser mensuradas a tensão, duração, densidade e o volume dos exercícios para que a equipe seja intensa durante a semana toda, gerando adaptações positivas e permanentes nos atletas.

Trazendo uma abordagem complementar da metodologia, o entrevistado 2 afirma que a periodização tática possui um viés ideológico e filosófico, pois não se debruça somente no treinamento, mas também nos aspectos humanos do atleta. Alega que a metodologia não irá se estabelecer no futebol brasileiro por uma questão cultural. Para ele ninguém trouxe a essência pura da metodologia para o Brasil e por ser treinadores brasileiros que a utilizam ela nunca será desenvolvida por completo. Por se tratar de algo novo o entrevistado 2 acredita que a estrutura política dos clubes brasileiros não permitiria a entrada de algo “estranho” nesse atual momento.

### **Entrevista 3**

#### *Cenário 1: O conhecimento sobre a Periodização Tática*

O entrevistado 3 define a metodologia como o desenvolvimento de uma forma de jogar pautada por princípios metodológicos predeterminados que não são negociáveis. Afirma que a PT abrange uma complexidade enorme, pelo fato de estar em constante desenvolvimento. Para ele a metodologia respeita muito o contexto que a equipe está inserida, o binômio desempenho – recuperação e por isso possui uma lógica semanal estruturada que visa deixar o jogador em condições propícias para o jogo, o chamado morfociclo padrão. Para ele esse morfociclo possui princípios metodológicos com dominâncias diárias que se relacionam entre as sessões de modo que as vertentes bioenergéticas, contrátil e de progressão de conteúdos visam deixar a equipe “fresca” do ponto de vista coletivo para o jogo e assim obter o melhor desempenho.

O entrevistado 3 conhece o conceito de modelo de jogo e alega que para desenvolvê-lo é preciso conhecer a cultura do local onde a equipe está inserida, as características dos jogadores e a estrutura que o clube oferece para o treinador. Além disso é preciso adequar o nível de complexidade da ideia de jogo do treinador aos seus jogadores. A partir dessa constatação inicial e dentro

dos cinco momentos do jogo (organizações ofensivas e defensivas, transições ofensivas e defensivas e a bola parada) busca-se desenvolver uma forma de jogar mais correta e propícia possível ao entendimento dos jogadores. Para ele, somente a partir desses processos que se deve operacionalizar o padrão semanal e a treinabilidade diária do modelo de jogo com a criação de exercícios específicos. O entrevistado 3 ressalta a importância de o treinador respeitar o nível de entendimento de jogo dos atletas e alega encontrar dificuldades de assimilação nas suas equipes ao passar conteúdos complexos. Afirma que é preciso contextualizar o modelo de jogo ao entendimento do atleta.

Acredita que a PT ainda levará um tempo para entrar no cenário do futebol brasileiro como uma ferramenta metodológica por questões culturais. Ele afirma que o treinador europeu possui uma abertura maior para aquilo que a PT propõe. O entrevistado 3 afirma ainda que alguns treinadores se dizem entendedores do método e não conhecem nem mesmo o morfociclo padrão e toda a lógica bioenergética, contrátil e mental. A ideia da fadiga mental, onde cada treino carrega sua carga emocional específica são poucos treinadores que conhecem. Para ele é preciso parar de pensar que PT é somente desenvolver um modelo de jogo.

O entrevistado 3 diz que ninguém no Brasil operacionaliza o método em sua plenitude, no máximo 80 por cento, pois para desenvolvê-la por completo é preciso ter um conhecimento profundo da metodologia, vivenciar o contexto de Portugal, estudar assuntos que fogem do treinamento esportivo, como neurociências por exemplo e ter acesso aos periódicos publicados pelo Prof. Vítor Frade. Ele diz que somente com essas competências e com estudo diário dos treinadores a PT poderá ser estabelecida no Brasil.

## **Entrevista 4**

### *Cenário 1: O conhecimento sobre a Periodização Tática*

O entrevistado 4 define a PT como uma metodologia que visa organizar o treinamento de forma que ele alcance uma condição mais próxima da realidade do jogo e para desenvolvê-la é preciso muito tempo de estudo. Ele entende que pela ideia de resultados imediatos do futebol brasileiro a PT ficaria irreal de ser aplicada. Porém acredita que o método seja ideal como ferramenta para as categorias de base, pensando no processo de formação.

Para ele o conceito de modelo de jogo se trata da organização da ideia de jogo do treinador, que deve ser totalmente adaptável ao material humano e a estrutura de treinamento que o treinador possui na sua equipe.

O entrevistado 4 diz que a PT pode se estabelecer no futebol brasileiro, entretanto seria preciso ajustes e mudanças na sua concepção, devido a cultura do treinamento no Brasil. Ele acredita que na Europa os jogadores são atletas e encaram o treinador como um professor e se esforça para executar de maneira correta o que está sendo passado; no Brasil os jogadores são “boleiros” e desenvolvem os conceitos de treino do jeito e ritmo deles. Então por essa questão cultural dos atletas o modelo da PT não se estabelecerá completamente no futebol brasileiro.

## **Entrevista 5**

### *Cenário 1: O conhecimento sobre a Periodização Tática*

O entrevistado 5 entende que a PT é o modelo de treinamento mais organizado que ele já estudou. Afirma não ter visto algo voltado para o futebol de alto rendimento que seja tão sistematizado. Alega ter alguns conflitos metodológicos com a metodologia. Para ele o morfociclo padrão engessa o processo de ensino-aprendizagem, pois no Brasil a estrutura de treinos na

maioria dos clubes é muito precária, o que dificulta operacionalizar algo tão padronizado. A inquietação do entrevistado 5 também se encontra com o Princípio de Alternância Horizontal que defende a adaptação biológica do atleta nos níveis de tensão, contração e densidade. Para ele, do ponto de vista biológico, esse princípio não acarreta adaptações morfológicas mais rápidas, como produção de enzimas, por exemplo.

Nesse sentido o treinador encontra dificuldades se quiser adaptar o jogador do ponto de vista físico ao modelo de jogo e também sustentar os momentos difíceis de uma partida onde a intensidade do jogo aumenta, pois, o princípio horizontal não fornece um ganho nesse sentido.

Entretanto existem princípios que o entrevistado 5 diz utilizar, como a criação de princípios e subprincípios na organização da equipe. O princípio das propensões e a ideia de aparecer mais vezes na semana aquilo que o treinador quer que o atleta desenvolva em determinado momento do jogo.

O entrevistado 5 entende o conceito de modelo de jogo proposto pela PT como a organização da equipe nos cinco momentos do jogo, onde os jogadores se organizam ofensivamente e defensivamente, nas transições (perda ou conquista da bola) e nas bolas paradas. Ao mesmo tempo critica a forma como o modelo de jogo é tratado pela PT, na sua visão ele se torna algo rígido. O entrevistado 5 diz que se uma equipe possui padrões bem definidos fica fácil identificar o que é forte e fraco e equacionar o padrão de jogo dessa equipe. Isso faz com que o jogo da equipe fique menos aleatório e imprevisível, logo mais fácil de ser vencido.

Para o entrevistado 5 a PT é uma tendência muito forte no futebol contemporâneo. Pois enquanto algumas pessoas estudam o viés de sistematização do treinamento do futebol, a PT já possui isso pronto e bem definido. Porém ele diz que a metodologia não vai estabelecer no Brasil por características culturais do futebol brasileiro.

Diante dos argumentos dos entrevistados a respeito do seu conhecimento sobre a periodização tática, iremos agora trazer à tona o *Cenário 2* e observar o que para os treinadores difere a PT das outras metodologias convencionais.

### **Entrevista 1**

#### *Cenário 2: Periodização Tática x modelos convencionais*

Para o entrevistado 1 a PT se diferencia dos outros modelos pelo fato da otimização do tempo de treinamento, pois na PT tanto a dimensão física como a vertente tática já estão sendo desenvolvidas conjuntamente. Ao invés de fragmentar o trabalho no campo, o treinador operacionaliza tudo ao mesmo tempo, otimizando seu tempo e preparando sua equipe taticamente para posteriormente desenvolver seu modelo de jogo. Ele diz que nos outros modelos se perde um tempo de preparação tendo que desenvolver outras vertentes do jogo de forma fragmentada e não específica.

### **Entrevista 2**

#### *Cenário 2: Periodização Tática x modelos convencionais*

O entrevistado 2 entende que a PT transcende alguns conceitos da periodização tradicional para o futebol. O primeiro é o fato dela possuir uma visão interdisciplinar e os modelos convencionais possuem um olhar multidisciplinar do treinamento. Para ele, o próximo passo seria uma concepção transdisciplinar, porém a PT não alcança isso. Ele afirma que muitos treinadores optam por utilizá-la pelo fato dela propor um fator do jogo que se busca muito no futebol contemporâneo, que é a estética de jogo e não somente o ganhar jogos. O entrevistado 2 diz que a PT está preocupada em desenvolver um modelo de jogo atrativo e não somente vencedor.

### Entrevista 3

#### *Cenário 2: Periodização Tática x modelos convencionais*

Segundo o entrevistado 3 a diferença da PT com os modelos convencionais está no seu objetivo de estabilizar a equipe de maneira complexa a partir do modelo de jogo deixando os jogadores adaptados para todos os jogos. A PT não trabalha com ciclos, picos de forma ou padrões preestabelecidos, essas questões para ele estão ultrapassadas. A grande diferença da PT é que ela está preocupada em deixar a equipe em condições propícias para o próximo jogo em termos bioenergéticos e psicológicos. Ele diz que os outros modelos não estão preocupados com o descanso mental do jogador e nem em mantê-los mentalmente preparados para a próxima partida.

Outra diferença que o entrevistado 3 aponta está na questão física do jogo. Ele diz que a PT tem o objetivo de criar um desenvolvimento específico da condição física do jogador. Nas periodizações convencionais busca-se picos de rendimento individual e a PT quer pico de desempenho coletivo, o objetivo está em alcançar um patamar de rendimento ótimo a cada jogo.

O entrevistado 3 aponta mais uma divergência entre os modelos que é a utilização de salas de musculação para desenvolvimento de força. Ele diz que a PT em sua essência não utiliza esse método, pois defende a ideia de que a lógica processual dos treinamentos já recruta uma quantidade ideal de fibras diante de uma especificidade almejada, que não necessita de complementos com carga. O entrevistado 3 termina dizendo que o jogar específico que a PT propõe já absorve todas essas questões e que o padrão semanal sendo bem delineado já estabelece todas as adaptações necessárias.

## Entrevista 4

### *Cenário 2: Periodização Tática x modelos convencionais*

Para o entrevistado 4 a PT se difere das outras periodizações pelo fato de aproximar o contexto do jogo nos treinamentos diários. Ele diz que as periodizações convencionais utilizavam treinos descontextualizados com jogo, o que na PT não ocorre. Nela os treinamentos são pautados em uma lógica específica do jogo.

## Entrevista 5

### *Cenário 2: Periodização Tática x modelos convencionais*

O entrevistado 5 entende que a PT possui uma organização metodológica que não existe em nenhum outro modelo de periodização voltado para o futebol. A periodização convencional possui uma sistematização de como gerar adaptações ao longo de um macro ciclo, porém não abrange a preparação tática estratégica do jogo de futebol. E para ele a PT alcança essa questão, pelo fato de possuir uma diretriz muito bem organizada.

Iremos agora analisar o *Cenário 3 As metodologias aplicadas pelos treinadores* onde os entrevistados revelam quais metodologias de treinamento utilizam em suas equipes.

## Entrevista 1

### *Cenário 3: As metodologias utilizadas pelos treinadores*

O entrevistado 1 afirmou utilizar a metodologia Integrada, onde conjuntamente com seu treinador adjunto desenvolve um modelo de jogo onde a vertente física será adequada aos exercícios com bola. Fragmentando apenas

a capacidade de força, pois esta é desenvolvida de maneira convencional na academia, separada dos treinos com bola. Para ele não existe um método de treinamento ideal para o futebol. O treinador deve acreditar numa ideia de trabalho e transmitir isso para os jogadores. Se eles entenderem o modelo de jogo proposto e conseguirem desenvolver certamente a equipe terá bons resultados.

## **Entrevista 2**

### *Cenário 3: As metodologias aplicadas pelos treinadores*

O entrevistado 2 diz aplicar uma metodologia pautada na complexidade. Onde se tem uma visão mais construtivista do processo, alternando momentos em que a sua abordagem como treinador surja mais e momentos onde os jogadores reflitam sobre o que está sendo trabalhado. O entrevistado 2 assume que metodologicamente o seu modelo de periodização não possui um nome e revela que ele está pautado em áreas do conhecimento que vem estudando nos últimos anos, como: matemática, física, linguística, teoria do caos, teoria dos jogos, neolinguística, didática e gestão de pessoas.

O entrevistado 2 diz que busca reunir esses conhecimentos e diante disso transformar a sua metodologia cada vez mais simples, para que ela resolva melhor os problemas do jogo. O seu objetivo com isso é garantir ao atleta um acesso a informações mais ricas, simples, objetiva e que isso ajude-o a resolver os problemas que ele encontra durante o jogo e que também o faça comprar a ideia de jogo desenvolvida por ele (treinador) mais rápido.

Para ele não existe método ideal de treinamento para o futebol, porém é fundamental que o treinador tenha um método definido. Ele afirma que a abordagem do treinador é muito importante e esse aspecto deve ser desenvolvido permanentemente. O treinador deve se enriquecer de conteúdo para se tornar mais “sedutor” aos jogadores e assim garantir que estes se

cativem pela sua ideia de jogo; tudo isso sem deixar de possuir um método de treinamento coerente.

### **Entrevista 3**

#### *Cenário 3: As metodologias aplicadas pelos treinadores*

O entrevistado 3 diz utilizar a periodização tática como ferramenta desde 2008 quando treinava equipes de futsal em clubes onde a tarefa era estimular aspectos técnicos simples, pois a qualidade técnica dos jogadores era limitada. E segundo ele, a PT oferece uma abertura para isso, independentemente do nível da equipe e do cenário que o treinador está inserido, a PT vai ajudar o treinador a melhorar a performance dos atletas a partir da lógica coletiva.

O entrevistado 3 revela que no seu atual clube é desenvolvido apenas 70% da essência da PT, pois o contexto brasileiro é diferente de Portugal onde a metodologia foi criada e operacionalizada 100%. Ele alegou utilizar treinamentos de musculação com o objetivo de desenvolver equilíbrio muscular e potência nos atletas, ainda na essência da PT esses treinamentos não sejam postulados. O entrevistado 3 diz que a questão cultural do treinamento brasileiro foi respeitada e por isso os treinos de musculação foram mantidos.

O entrevistado 3 acredita que a metodologia ideal para o futebol seja a PT e ainda revela que o referido método é o mais coerente para qualquer modalidade esportiva, até mesmo as individuais, como o atletismo.

## Entrevista 4

### *Cenário 3: As metodologias aplicadas pelos treinadores*

O entrevistado 4 diz aplicar uma metodologia que está sempre pautada na organização da equipe e na formação de jogadores inteligentes, onde os jogadores reflitam sobre o que estão realizando no jogo e não somente executem.

O entrevistado 4 diz utilizar muitos conceitos da periodização de jogo (Leitão, 2009) como ferramenta, pelo fato de aplicar métodos de jogos reduzidos e jogos específicos durante os treinamentos de sua equipe.

Sobre a metodologia ideal para o futebol, para o entrevistado 4 o melhor modelo é aquele que possibilita ajustes no modelo de jogo, onde é possível detectar falhas e durante o microciclo semanal estabelecer melhorias para atingir uma evolução na performance coletiva.

## Entrevista 5

### *Cenário 3: As metodologias aplicadas pelos treinadores*

O entrevistado 5 diz utilizar a teoria dos jogos coletivos e teorias sistêmicas alicerçando com seu conhecimento biológico para dar vida a sua metodologia. Alega utilizar muitos princípios da periodização tática e da periodização de jogo, porém não totalmente.

Para periodizar os seus treinamentos o entrevistado 5 diz que estabelece alguns ciclos: ciclo introdutório, de desenvolvimento, específico e conceitual. O entrevistado 5 diz que ciclo introdutório serve para avaliar o nível de desempenho técnico-tático dos jogadores com o intuito de identificar se eles se encaixam no seu modelo de jogo; no ciclo de desenvolvimento são

desenvolvidas as ideias de jogo da equipe; no ciclo específico a equipe começa a executar suas ideias de jogo em um ambiente mais específico do jogo formal e no ciclo contextual o entrevistado 5 diz utilizar diferentes contextos que serão encontrados nos jogos, onde os jogadores devem estar adaptados à eles para resolver melhor os problemas que serão deparados com eles no jogo.

O entrevistado 5 diz não acreditar em metodologias ideias para o futebol, mas afirma que é preciso se ter um método de trabalho. Ele revela que a didática transcende o método e que o treinador deve saber muito bem o que quer para sua equipe e saber como operacionalizar esse processo.

## 9 DISCUSSÃO

### 9.1 Interpretação inferencial coletiva

Com o intuito de possibilitar uma melhor compreensão acerca das concepções dos entrevistados, construímos a Tabela 2 contendo as principais categorias/pontos de convergência e divergência. Neste sentido os três cenários foram contemplados e buscou-se elucidar as questões prementes em relação ao tema pesquisado.

<b>Entrevistados</b>	<b>Cenário 1</b>	<b>Cenário 2</b>	<b>Cenário 3</b>
<b>1</b>	- PT - Modelo de jogo  - <b>Morfociclo padrão</b> – <u>Não compreende</u>  - <b>Princípios Metodológicos da PT</b> – <u>Não compreende</u>	- PT – Otimiza o tempo de treinamento	- Metodologia integrada
<b>2</b>	- PT - modelo de jogo  - <b>Morfociclo padrão</b> – <i>compreende</i>  - <b>Princípios Metodológicos da PT</b> - <i>compreende</i>	- PT- Visão interdisciplinar e compromisso com a estética do jogo	- Metodologia sistêmica
<b>3</b>	- PT - modelo de jogo  - <b>Morfociclo padrão</b> – <i>compreende</i>  - <b>Princípios Metodológicos da PT</b> - <i>Compreende</i>	- PT – Objetiva deixar a equipe em condições propícias ao jogo	- Metodologia PT
<b>4</b>	- PT - Organização do treinamento para a realidade do jogo  - <b>Morfociclo padrão</b> – <u>não compreende</u>  - <b>Princípios Metodológicos da PT</b> – <u>Não compreende</u>	- PT – Treinos contextualizados à lógica do jogo	- Metodologia Periodização de Jogo

<b>5</b>	<p>- <b>PT</b> - Modelo de jogo</p> <p>- <b>Morfociclo padrão</b> – <i>compreende</i></p> <p>- <b>Princípios metodológicos da PT</b> - <i>compreende</i></p>	<p>- <b>PT</b> – Metodologia de treino mais específica que as outras</p>	<p>- Metodologia Sistêmica</p>
----------	--	--	--------------------------------

Tabela 2. Pontos de convergência na fala dos entrevistados.

## 9.2 Índice de Frequência de Convergência

Nessa etapa quantificamos os conteúdos que se repetem nas entre os discursos dos entrevistados. Estabelecendo assim uma análise comparativa e obtendo uma perspectiva mais ampliada do estudo.

### *Cenário 1*

- 1) Periodização Tática – Modelo de Jogo (4)  
Organização do Treinamento (1)
- 2) Morfociclo Padrão – Compreende (3)  
Não compreende (2)
- 3) Princípios Metodológicos da PT – Compreende (3)  
Não compreende (2)

### *Cenário 3*

- 1) Metodologia Sistêmica (2)
- 2) Metodologia Integrada (1)
- 3) Metodologia Periodização de Jogo (1)
- 4) Metodologia PT (1)

Em relação ao índice de frequência de divergência, foi possível observar que este item se exemplificou de maneira mais frequente no cenário 2, no qual os entrevistados apresentaram concepções distintas em relação à periodização tática e sua diferenciação com os modelos de periodização, ditos

convencionais, não sendo possível realizar a aproximação entre as respostas neste cenário por se tratarem de temas distantes.

Ante das informações reveladas pelos cinco entrevistados nota-se que o conceito da periodização tática para eles não surge como algo estranho ou desconhecido. Todos demonstraram durante as entrevistas que possuem um conhecimento no mínimo superficial da metodologia. Porém existem treinadores que possuem um domínio maior sobre a PT que os outros.

Neste primeiro cenário, ficou evidente que para os entrevistados o modelo de jogo é o grande norteador da PT e que ele visa a criação de referências nos cinco momentos do jogo: ataque, defesa, transições ofensivas, defensivas e bola parada (PIVETTI, 2012). Porém nenhum dos treinadores conseguem explicar com profundidade o que são essas referências e como elas se revelam durante o treinamento. Entendemos então que o conceito de construção dos princípios, subprincípios e sub-subprincípios que servem para dar organização a equipe são conteúdos que os treinadores pouco dominam. Neste sentido pudemos observar a partir das entrevistas que por mais que os treinadores tivessem um conhecimento teórico acerca da periodização tática, na aplicação prática da mesma isto não se consubstanciava.

O mesmo ocorre com o morfociclo padrão de treinamento e os princípios metodológicos da PT, que somente são citados pelos entrevistados 2,3 e 5 e são conceituados de maneira rasa. No tocante ao morfociclo padrão de treinamento, este se concretiza como um elemento de extrema importância para a operacionalização do modelo de jogo. Autores como Frade (1985), Pivetti (2012) e Gomes (2008) ressaltam a importância do morfociclo padrão. Além da operacionalização do modelo de jogo, os princípios metodológicos são inegociáveis para a aplicação da periodização tática.

No cenário 1 ficou evidente que os treinadores possuem um domínio do que é um modelo de jogo e que ele é algo fundamental para a PT, entretanto

como ele se desenvolve durante o morfociclo padrão ainda é algo pouco claro para os treinadores. Os princípios metodológicos da PT (propensões, alternância horizontal e progressão complexa) são conceitos que apenas os entrevistados 2, 3 e 5 puderam citar, entretanto não conseguiram explicar como eles surgem em cada dia da semana do morfociclo e qual a sua funcionalidade para o desenvolvimento do modelo de jogo e na progressão da carga tática da equipe. Portanto, ao analisar estas questões podemos inferir que alguns treinadores possuem uma afinidade maior com a PT e outros nem tanto. O conhecimento acerca da metodologia se mostra difundido, porém pouco aprofundado por parte dos entrevistados.

Na relação entre a periodização tática com os outros modelos de periodização ditos convencionais, é que esta transcende outros elementos da preparação da equipe pelo fato de não estabelecer picos de forma, não se restringindo apenas à preparação física. Outras diferenciações entre PT e os modelos de periodização se consolidam na questão da não utilização de treinamentos de força na sala de musculação (FRADE, 1985). Neste ponto em relação à não utilização do treinamento de força em sala de musculação, o entrevistado 3 ressaltou que realiza tal procedimento na sala de musculação, por respeitar uma questão cultural do treinamento do futebol brasileiro, mesmo dizendo que utiliza a periodização tática como ferramenta de trabalho.

No que se relaciona à transcendência, esta se exemplifica na resposta dos entrevistados, ao analisarmos que nenhum deles se aproximou ao relatar suas concepções na referência sobre este tema. Os entrevistados apresentaram considerações distintas neste ponto ao ressaltarem a questão da otimização do tempo de treinamento, a questão estética de jogo, da forma de preparação e do treino em si. De maneira geral, quando questionados sobre a relação entre a PT e os modelos de treinamento ditos convencionais, cada entrevistado apresentou uma consideração muito própria, não possibilitando uma convergência.

No que se refere às metodologias de treinamento utilizadas pelos treinadores encontramos que dois treinadores utilizam o método sistêmico, enquanto os outros utilizam métodos diferentes. Apenas um deles se apropria

da Periodização Tática como ferramenta de trabalho, o que exemplifica a questão já discutida de que os treinadores possuem um conhecimento teórico acerca da PT, mas que não aplicam. Diversos são os fatores que podem acarretar em uma aplicação fragmentada da PT, como a questão cultural (Entrevistado 3), confrontação metodológica e conceitual (Entrevistado 5), divergência de ideologia de jogo (Entrevistado 2). Neste sentido, alguns entrevistados se apropriam de elementos da PT para seus processos de treinamento o que pode acarretar em uma não correspondência fidedigna aos conceitos da periodização tática propostos pelo professor Vitor Frade (1985).

A partir desta discussão podemos entender que a periodização tática é uma possibilidade nos processos de treinamento para futebol, mas que ainda não encontra aplicabilidade no cenário nacional.

## 10. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A presente pesquisa se originou a partir dos ensejos em relação ao tema, pela aproximação com a prática em si e o interesse em se tratar de um modelo de treino com uma aplicabilidade recente no país. A metodologia de pesquisa de entrevista semiestruturada e a discussão com o aporte teórico sobre o objetivo, permitiu atingir os objetivos propostos.

De maneira geral observamos que a Periodização Tática é um tema largamente presente no universo futebolístico, mas ainda pouco difundida no Brasil, sendo tal afirmação justificada pelas entrevistas. Neste sentido constatamos que os entrevistados possuem uma noção sobre a Periodização Tática, mas ao mesmo tempo não apresentam uma profundidade conceitual em relação à mesma.

A partir dos dados das entrevistas pudemos verificar que se na questão teórica há uma superficialidade em relação ao conhecimento, na prática a Periodização Tática é ainda menos empregada. Tal afirmativa se justifica nos dados encontrados durante a pesquisa onde todos os entrevistados alegaram que a Periodização Tática não irá se estabelecer no cenário do futebol brasileiro. De acordo com os entrevistados dois motivos não permitirão o estabelecimento: a questão cultural e a falta de acesso aos aportes teóricos da periodização.

De maneira geral podemos inferir que a Periodização Tática não se estabelece como o único caminho de preparação para as equipes de futebol, mas se concretiza como uma outra possibilidade que abarca diversos elementos da preparação e apresenta uma maior coerência com todos as questões que se

relacionam com o jogo de futebol. Pesquisas futuras poderão analisar como se estabelecerá a Periodização Tática no cenário esportivo do país e verificar a disseminação e o nível de aplicação dessa metodologia de treinamento.

## **REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

ALI, A., FARRALLY, M. Recording soccer players' heart rates during matches. **Journal of Sports Sciences** 9, 183-189, 1991.

ANTUNES, L.L., MELO, F.A.T. Análise da concordância dos treinadores das categorias de base a respeito da periodização tática no futebol. **Educação em Revista**, v.3, n.3, 2009.

ARRUDA, M.; HESPANHOL, J. E. **Treinamento de força em futebolistas**. São Paulo: Phorte, 2009.

BALBINO, H.; PAES, R. **Jogos desportivos coletivos e as inteligências múltiplas: bases para uma proposta em pedagogia do esporte**. Hortolândia: UNASP, 2007.

BANGSBO, J., Norregaard, L., Thorso, F. *Activity profile of competition soccer*. **Canadian Journal of Sports Sciences**, Jun; 16(2):110-116, 1991.

BANGSBO, J. Energy demands in competitive soccer. **Journal of Sports Sciences**.v.12, p.S5-S12, 1994b apud SILVA NETO, L. G. **Mudanças nas variáveis de aptidão física de uma equipe da 1ª divisão nacional durante uma pré-temporada**. 2006. 130f. Tese (Doutorado em Educação Física) - Faculdade de Educação Física, Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2006.

BARBANTI, V.J. **Teoria e prática do treinamento esportivo**. São Paulo: Edgard Blücher, 1997.

BARROS, T.L.; GUERRA, I. **Ciência do Futebol**. São Paulo: Manole, 2004.

BAYER, C. **O ensino dos desportos coletivos**. Lisboa: Dina Livros, 1994.

CAMPOS, C. A singularidade da intervenção do treinador como a sua impressão digital na justificação da periodização tática como uma fenomenotécnica. Monografia não publicada, Porto: Faculdade do Desporto da Universidade do Porto. 2007

CARDOSO, F. **A necessidade de contextualizar a dimensão tática no futebol**. 2006. Monografia (licenciatura em Educação Física) -Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Porto, 2006.

CASTELO, J. **Futebol: A organização do jogo**. Porto: Edição do autor, 1996.

DAMÁSIO, A. **O erro de descartes: emoção, razão e o cérebro humano**. São Paulo: Companhia das Letras, 2007.

DIAS, R.R. Periodização Tática: uma nova abordagem metodológica no futebol. Monografia (Graduação) – Universidade Estadual de Campinas – Faculdade de Educação Física. Campinas/SP, 2013.

EKBLOM, B. *Applied physiology of soccer*. **Sports Medicine**, Jan-Feb; 3(1):50-60, 1986.

FERREIRA, D. A importância de uma modelo de jogo no futebol - A especificidade vista como um veículo catalisador de todo o processo de treino. 2010. Dissertação (Mestrado em Educação Física) -Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Porto, 2010.

FRADE, V. M. da C. **Alta competição no futebol: que exigências de tipo metodológico**. Porto: ISEF. 1985.

FREIRE, J. B. Teoria do jogo. Aula do curso de especialização em pedagogia do esporte da Faculdade de Educação Física da UNICAMP. Campinas, 2002b. 62 \_\_\_\_\_. Jogo: entre o riso e o choro. Campinas: Autores Associados, 2002.

GARGANTA, J. (1993). Programação e Periodização do Treino em Futebol: das Generalidades à Especificidade. In J. Bentos & A. Marques (Eds), *A Ciência do Desporto, a Cultura e o Homem*: 259 – 270. Porto: FCDEF-UP.

GARGANTA, J. **Modelação Tática no Jogo de Futebol. Estudo da organização da fase ofensiva em equipas de alto rendimento**. Tese de Doutoramento apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Portugal, 1997.

GARGANTA, J.; GRÉHAIGNE, J.F. Abordagem Sistêmica do jogo de futebol: moda ou necessidade. **Revista Movimento**, ano V, nº 10 – 1999/1.

GOMES, A. **Treinamento desportivo: estruturação e periodização**. Porto Alegre: Ed. Artmed., 2002.

GOMES, M. **O desenvolvimento do jogar, segundo a periodização tática**. Espanha: MCSports, 2008.

GOMES, A.C., SOUZA, J. **Futebol: treinamento desportivo de alto rendimento**. Porto Alegre: Artmed, 2008.

LEITÃO, R.A.A. O jogo de futebol : investigação de sua estrutura, de seus modelos e da inteligência de jogo, do ponto de vista da complexidade. Tese (Doutorado) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. Campinas/SP, 2009.

LIMA, L. O. Novas tendências em periodização do treinamento em futebol. Monografia (Graduação) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Ciências Aplicadas. Limeira/SP, 2014.

MACIEL, J. **Espiral de AutoRenovação e Lei de Roux – Uma Perspectiva Diferente**. Artigo não publicado. 2011.

MACIEL, J. **A(In)(Corpo)r(Acção) Precoce dum jogar de Qualidade como Necessidade (ECO)ANTROPOSOCIALTOTAL - Futebol um Fenómeno AntropoSocialTotal, que «primeiro se estranha e depois se entranha» e ... logo, logo, ganha-se!** 2008. Monografia (licenciatura em Educação Física) - Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, Porto, 2008.

GARGANTA, J. Programação e periodização do treino em futebol: das generalidades à especificidade. In: BENTO, J.; MARQUES, A. (Eds.). **A ciência do desporto, a cultura e o homem**. Porto: FCDEF-UP, p.259-70. 1993

MARTINS, F. **A periodização táctica segundo Vítor Frade: mais do que um conceito, uma forma de estar e de reflectir o futebol**. 2003. Monografia (Licenciatura em Educação Física) -Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física Universidade do Porto, Porto, 2003 apud GOMES, M. **O desenvolvimento do jogar, segundo a periodização táctica**. Madrid: MCSports, 2008.

MENESES, R. **A complexidade do jogo de bola com os pés: futebol**. 2010. Trabalho de Conclusão de Curso (Graduação) -Faculdade de Educação Física. Universidade Estadual de Campinas, Campinas, 2010.

METZLER, J. Fondements théoriques et pratiques d' une démarche d' enseignement des sports collectifs. **Spirales**, n. 1 (complement), p. 143-151, 1987.

MORIN, E. **Ciência com Consciência**. Rio de Janeiro: Bertrand Brasil, 1998.

MOURINHO, J. Entrevista à revista. **Times**, n. 41, p. 5-6, mar. 2006.

MONTENEGRO, A. J. S. **A necessidade de aumentar a densidade de princípios de (INTER)acção na construção complexa de cada jogar. Um olhar diferente sobre o basquetebol**. Um estudo de caso. Dissertação de Licenciatura apresentada à Faculdade de Desporto da Universidade do Porto. Portugal, 2008.

OLIVEIRA, J. G. G.. **Conhecimento Específico em Futebol**. In: MANDELBROT, B. **Objectos Fractais**. Lisboa; Gradiva, 1991 apud OLIVEIRA, J. **Conhecimento específico em futebol. Contributos para a definição de uma matriz dinâmica do processo ensino-aprendizagem/ treino do Jogo**. 2004 Dissertação (Mestrado em Educação Física) -Faculdade de Ciências do Desporto e de Educação Física, Universidade do Porto, Porto, 2004.

OLIVEIRA, B. et al. **Mourinho: porquê tantas vitórias?** Editora Lisboa/Portugal: Gradiva. 2006.

PEREIRA, L. **Modelação do Jogo de Futebol: Comparação das percepções dos treinadores: Modelo de Jogo Ideal versus Modelo de Jogo Real.** 2006. Dissertação (Mestrado em Educação Física) -Faculdade de Ciência do Desporto e de Educação Física Universidade do Porto, Porto, 2006.

PIVETTI, B. M. F. **Periodização Tática: o futebol-arte alicerçado em critérios.** São Paulo: Phorte, 2012.

REILLY, T; CLARYS, J.; STIBBE, A. Introduction. IN: REILLY, T.; CLARYS, J.; STIBBE, A. **Science and Football II.** London: E & FN Spon, 1993.

ROMERO CERREZO, C. Hacia una concepción más integral del entrenamiento en el fútbol. **Lecturas: Educación Física y Deportes**, Buenos Aires, v.5, n.19, 2000.

SANDER, W .; BUSCARIOLLI, R. Evolução da periodização no futebol: uma questão epistemológica (Parte 1). Disponível em: <<https://universidadedofutebol.com.br/evolucao-da-periodizacao-no-futebol-uma-questao-epistemologica-parte-1/>> . Acesso em: 14 de agosto de 2017.

SANTOS, A.O. Periodização Tática: caracterização de um novo modelo de treinamento. Monografia (Graduação) – Universidade Estadual de Campinas – Faculdade de Educação Física, Campinas/SP, 2012.

SCAGLIA, A. J. O futebol que se aprende e o futebol que se ensina. Dissertação (Mestrado) – Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física. Campinas/SP, 1999.

**SCAGLIA, A.J.** O futebol e os jogos/brincadeiras de bola com os pés: todos semelhantes, todos diferentes. **Tese de Doutorado. Faculdade de Educação Física da UNICAMP. Campinas, 2003.**

**Stølen, T.; Chamari, K.; Castagna, C.; Wisløff, U..** Physiology of soccer: an update. *Sports Medicine*, **35(6):501-36, 2005.**

SVENSSON, M., DRUST, B. *Testing Soccer Players.* **Journal of Sports Sciences**, Jun; 23(6): 601-618, 2005.

TRIVIÑOS, A.N.S. **Introdução à pesquisa em Ciências Sociais: a pesquisa qualitativa em educação.** São Paulo: Atlas, 1987.

TAMARIT, X. ¿Qué és La Periodización Táctica? vivenciar el juego para condicionar el juego. Espanha: **MC Sports.**, 2007.

TAMARIT, X. Entrevista. IN: TOBAR, J. B. **Periodização tática: explorando sua organização concepto-metodológica.** Monografía apresentada à Escola superior de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul. Brasil, 2013a.

TEODORESCU, L. **Problemas de teoria e metodologia nos jogos desportivos.** Lisboa: Livros Horizonte, 1984.

TSCHIENE, P. **El estado actual de la teoria del entrenamiento.** Roma: Escuela de deportes, 1990.

WEINECK, J. **Futebol Total: o treinamento físico no futebol.** Guarulhos: Phorte, 2004.