



SEMINÁRIO
DESPORTO E
CIÊNCIA

2018

20 e 21 de Abril de 2018

COLÉGIO DOS JESUÍTAS
UNIVERSIDADE DA MADEIRA

Seminário Internacional Desporto e Ciência 2018

Comissão Organizadora

Catarina Fernando, Helder Lopes, João Prudente, Rui Trindade, Ricardo Alves, Hélio Antunes, Ana Luísa Correia, Duarte Sousa e João Noite.

Comissão Científica

Hélder Lopes, João Prudente, Catarina Fernando, Duarte Freitas, Rui Ornelas, Jorge Soares, Élvio Gouveia, Ricardo Alves e Ana Rodrigues

Ficha Técnica

Livro de Atas Seminário Internacional Desporto e Ciência 2018

ISBN: 978-989-8805-38-6

Coordenação da Edição: Catarina Fernando, Hélder Lopes, João Prudente, Rui Ornelas

Editor: Universidade da Madeira

2018 - Funchal, Portugal

Suporte: Eletrónico

Formato: PDF/PDF/A

Futebol: agredir para transformar

Football: aggression to transform

Vicente, A.⁽¹⁾; Fernando C.⁽²⁾; Lopes, H.⁽²⁾

(1) Universidade da Beira Interior – CIDESD; (2) Universidade da Madeira - CIDESD

Resumo

A intervenção hoje no Desporto (e no Futebol em particular) não se pode já fazer sem compreender a modalidade, conhecer o Homem e dominar um conjunto de ferramentas operativas (materiais e conceptuais).

O conhecimento do Homem, enquanto ser vivo e orgânico, é essencial para podermos atuar transformando-o no sentido pretendido através do Futebol. O Homem é um ser que se transforma e adapta quando é agredido, quando é levado aos seus limites.

A intervenção no Futebol deve hoje assentar numa individualização que procure o estímulo apropriado a cada pessoa para que a reação possa ser a pretendida visando assim gerar a agressão que levará à adaptação e transformação pretendidas.

É o que nos propomos com este trabalho onde discorreremos sobre alguns aspetos que julgamos indispensáveis para que a intervenção no Futebol possa provocar transformações personalizadas que sejam interessantes e úteis contrariando assim uma tendência que nos parece muito pouco rentável (em termos desportivos e humanos) por visar ainda a massificação.

Palavras-Chave: Futebol, Agressão, Transformação, Metodologia, Intervenção

Abstract

Today's intervention in Sport (and Football in particular) cannot be done without understanding the modality, getting to know Man and mastering a set of operational tools (material and conceptual).

The knowledge of Man, as a living and organic being, is essential to act by transforming it in the intended sense through Football. Man is a being that transforms and adapts when it is attacked, when it is taken to its limits.

Intervention in Football must now be based on an individualization that seeks the appropriate stimulus to each person so that the reaction can be the one intended in order to generate the aggression that will lead to the desired adaptation and transformation.

This is what we aim with this work where we discuss some aspects that we consider essential so that the intervention in Football can bring personalized transformations that are interesting and useful, thus counteracting a tendency that seems very unprofitable (in terms of sport and human development) by still aiming massification.

Key-words: Football, Aggression, Transformation, Methodology, Intervention

Introdução

Os tempos mais recentes têm sido férteis em situações de violência no futebol. Não raras são as situações de violência entre adeptos, entre dirigentes ou mesmo entre jogadores, árbitros ou treinadores. O futebol foi tomado por alguns como um tabuleiro de guerra onde o jogo em si parece o menos importante. A própria linguagem vulgarizada neste contexto é reveladora e fértil em metáforas bélicas (ou mesmo obscenas e rudes) que por demasiadas vezes se têm vindo a concretizar em ações que em nada dignificam o futebol enquanto desporto. Talvez tal assim seja porque de facto será este o que menos os diversos personagens conhecem, sobre o que menos sabem ou se interessam: o jogo de futebol (esse desconhecido).

O futebol é um meio privilegiado de transformação do Homem. É um instrumento de formação de pessoas, que lhes pode dar competências e ferramentas para que possam ter uma vida melhor. Para tal é essencial conhecer o futebol.

O futebol atrai para o esforço (muitas vezes desmesurado) o que traduz uma elevada motivação. O futebol aproxima aos limites, mesmo com riscos elevados. É frequente vermos no futebol ações e comportamentos que dificilmente veríamos em outros contextos ou situações.

Se conhecer a modalidade é essencial para se saber onde atuar, não menos importante é conhecer funcionalmente o Homem. Este é um Ser com uma história de milhões de anos de evolução que foi moldando as suas características e que capacidades. Um Ser com uma enorme capacidade de transformação. Mas importa perceber como a transformação se pode operar. E como podemos fazê-la através do Desporto.

É o que nos propomos com este breve trabalho onde procuramos discorrer sobre alguns aspetos que julgamos indispensáveis serem tidos em consideração na intervenção no Futebol para provocar transformações que sejam interessantes e úteis contrariando assim uma tendência que nos parece significativa e muito pouco rentável (em termos desportivos e humanos).

Desenvolvimento

Para intervir hoje no futebol já não basta mandar correr, dar uma bola e mandar jogar ou muito menos simplesmente gritar. Os jogadores não são marionetas ou simples joguetes ao dispor de um qualquer treinador para que este possa atingir os fins que deseja (ou lhe impõem). O conhecimento hoje disponível e facilmente acessível faz com que os desportistas tenham ao seu alcance informação que lhes permite, com um sentido crítico, refletir, questionar e compreender a sua prática e suas eventuais implicações. Assistimos assim a uma tendência para futebolistas cada vez mais interessados, conhecedores e críticos para com o que fazem e os que com eles trabalham, permitindo-lhes obter maiores rendimentos (considerando aqui a relação entre os capitais investidos (tempo, esforço, dinheiro, materiais, equipamentos, etc.) e os lucros obtidos (prestação desportiva, prazer obtido, dinheiro ganho, etc.)).

Intervir no Futebol (com o melhor rendimento possível – considerando novamente a referida relação entre capitais investidos e lucros obtidos) implica hoje: Conhecer a Modalidade; Conhecer o Homem e; Dominar Ferramentas Operativas (conceituais e materiais).

Vejamos cada uma destas vertentes um pouco mais em detalhe.

Conhecer a Modalidade:

Conhecer a Modalidade, neste caso específico, o Futebol, implica ir à essência do mesmo. Mais do que conhecer os gestos técnicos, as táticas mais usuais, as capacidades físicas ou condicionais mais requeridas ou os aspetos psicológicos mais determinantes, importa entender o que solicita este desporto no Homem.

Fernando Almada, com a sua proposta de modelos taxonómicos, permite-nos ir além dos aspetos superficiais e compreender os comportamentos que as atividades desportivas solicitam predominantemente.

De acordo com o Modelo Taxonómico dos Desportos Coletivos proposto por Fernando Almada (Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A., & Vitória, M., 2008), estes Desportos (através do qual o Futebol pode ser compreendido) privilegiam a divisão do trabalho por diferentes elementos de um grupo, implicando o desempenho de funções específicas e o domínio da dinâmica das suas coordenações (dinâmica de grupos). Os objetivos são convencionados, isto é, definidos por mutuo acordo entre as partes. As principais variáveis em jogo nestes Desportos são a função a desempenhar no grupo e o domínio da dinâmica do grupo. Este Modelo é representado, de uma forma simplificada, por $t \geq t'$, podendo-se considerar t o tempo da ação ofensiva, e t' o tempo da ação defensiva.

Segundo este Modelo dos Desportos Coletivos, e de uma forma muito simplificada, numa situação de Passe no Futebol podemos considerar o t como o tempo que a bola, depois de tocada, demora a chegar ao companheiro de equipa, e o t' o tempo que o adversário (que pretende intercetar o passe) demora a percorrer o espaço até ao possível ponto de interceção com a bola para a evitar que o passe seja bem sucedido. Nesta situação, se t for menor que t' ($t < t'$) então a bola chega ao companheiro de equipa num tempo inferior ao tempo do defensor o que significa que o passe é bem sucedido. Pelo contrário, se t for maior ou igual a t' ($t \geq t'$) quer isso dizer que o defensor obtém vantagem nesta situação e consegue assim intercetar o passe.

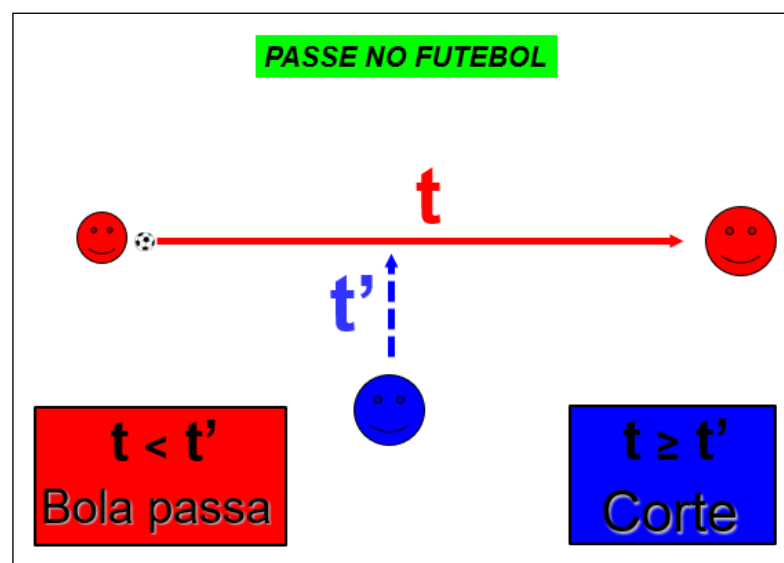


Figura 1. Modelo dos Desportos Coletivos aplicado ao passe no futebol.

Dominar Ferramentas Operativas (conceituais e materiais):

Compreendendo a modalidade, importa também para poder atuar sobre a mesma, conhecer e dominar um conjunto de ferramentas que nos possibilitem intervir para alcançar os objetivos e efeitos pretendidos.

Existem diversas ferramentas, umas mais de cariz concetual que nos permitem conhecer e compreender estruturando a nossa intervenção, e outras mais de cariz material que possibilitam a materialização da intervenção.

Não sendo este o espaço para aprofundar esta temática, limitamo-nos de momento a referenciar um conjunto de ferramentas que se tornam hoje indispensáveis a uma intervenção mais rentável no futebol, tais como a noção de tempo de reação, de tendências evolutivas contraditórias, de forças e cadeias cinéticas, de acumuladores e transformadores de energia, as entradas sensoriais / tratamento central / saída motora, entre muitas outras.

Conhecer o Homem:

O Homem, tal como já referimos, é o produto de uma evolução que se tem vindo a operar ao longo de milhões de anos. Neste sentido, sabemos hoje que, de uma forma muito simplificada, o Homem se adapta para sobreviver quando se aproxima dos seus limites (quaisquer que sejam: psicológicos, fisiológicos, sociológicos, etc.). E que atrofia as suas capacidades não solicitadas para economizar (relembremos o que acontece aos músculos quando imobilizamos um membro durante algumas semanas, por exemplo).

O Homem é um Ser que se transforma e adapta quando é agredido, quando é levado aos seus limites.

A agressão solicita reações que, dentro de determinados limites (abaixo não tem efeito, e acima dá lesão), provocam efeitos nos indivíduos transformando-os. Temos assim que a agressão é produzida por um estímulo que na dose certa provoca uma adaptação. Se o estímulo ultrapassar os limites que o individuo consegue suportar irá sofrer os efeitos de tal sobredosagem (lesão, por exemplo). Mas se o estímulo ficar abaixo dos limites do individuo não terá qualquer efeito, não produzirá a agressão.

De uma forma muito simplificada falamos numa relação que pode ser representada com o que apresentamos na figura seguinte (2):

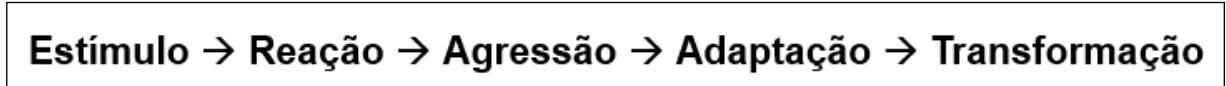


Figura 2. Processo de Estímulo - Reação - Agressão - Adaptação - Transformação.

As transformações que se dão no Homem são o resultado de reações.

O Homem, enquanto ser vivo e orgânico, recebe os estímulos que lhe provocam reações. Dentro de determinados limites, esses estímulos levam a reações que, porque agrirem o organismo durante determinados períodos, provocam adaptações que levam à transformação do Homem.

Sendo necessariamente simplistas na forma como apresentamos este processo, podemos afirmar que o Homem procura estímulos para ter determinadas reações.

Ora sabendo-se que os estímulos provocam reações, é fácil entender que, no que ao desporto diz respeito, por exemplo, se pretendermos bater um determinado recorde ou marca, tal deve ser feito num contexto que permita que tal reação possa acontecer (será entendível assim porque não se batem recordes em contextos calmos ou ambientes serenos). No futebol, torna-se assim mais compreensível a dificuldade os bons jogadores sentirão para ter prestações elevadas contra adversários que percecionam como inferiores ou mais acessíveis.

Fica assim evidente que as adaptações pretendidas dependem das agressões corretas.

As modalidades desportivas são contextos que vão possibilitar a agressão para provocar os efeitos, as adaptações, as transformações pretendidas.

Tal como referimos anteriormente, no Futebol (como em diversas outras atividades desportivas) as pessoas dispõem-se a desafios, atividades, situações que dificilmente o fariam em outros contextos ou atividades (basta recordar através do futebol nos dispomos a correr atrás de um objeto redondo à chuva, frio, na lama, colocando em causa a integridade do corpo na disputa com outras pessoas, para no final nos limitarmos a pretender colocar esse objeto (a bola) para lá de uma linha por entre dois marcos que se chamam balizas – e a alegria que se vive quando tal acontece connosco ou a tristeza quando o mesmo é feito contra nós).

Mas é preciso compreender o que a modalidade desportiva solicita, o que cada atividade pode provocar no Homem que a faz, qual o estímulo e a agressão que pode provocar.

Tal como já referimos, o Futebol tem como características mais marcantes (de acordo com a proposta de Fernando Almada que apresentámos de forma necessariamente simplificada anteriormente) a solicitação de comportamentos de diálogo e a divisão de funções específicas e o domínio das suas coordenações (dinâmica de grupo).

Parece-nos assim evidente que no futebol a relação que se estabelece entre as pessoas vai provocar reações que podem provocar agressões que implicarão adaptações.

E há ainda que considerar que a reação própria da pessoa a determinado tipo de estímulos não é sempre a mesma (veja-se por exemplo como é bem diferente ir sentado num autocarro em hora de ponta ao lado de uma pessoa ou ir nesse mesmo autocarro sentado ao lado dessa mesma pessoa mas ao fim da noite e com o autocarro vazio, ou numa situação de futebol, como é bem diferente jogar contra uma mesma equipa em nossa casa (com o estádio cheio de apoiantes) ou em casa do adversário).

De igual modo como não podemos também ignorar que o mesmo estímulo pode provocar reações distintas em diferentes pessoas (recordemos como jogadores diferentes, por exemplo, reagem de modo diferente a uma decisão da equipa de arbitragem, a um estímulo do público ou do adversário).

Ora se há uma reação própria de cada pessoa a cada estímulo, e reações distintas de pessoas distintas ao mesmo estímulo, então porque fazem ainda todos o mesmo no Futebol? Porque continuamos a ver treinos iguais para jogadores diferentes? Porque se prepara de igual forma jogos contra adversários diferentes? Porque terão todos os jogadores de fazer o aquecimento da mesma forma?

Estamos assim perante a necessidade de uma rutura. De passar de um treino igual para todos (standard) para um treino adaptado às especificidades (individualização) de cada jogador. A individualização é cada vez mais uma necessidade quando se visa obter o melhor rendimento possível procurando ajustar o estímulo a cada pessoa.

Fica assim evidente que hoje, no futebol, exigem-se decisões adaptadas a cada situação e jogador. Acabou o tempo da massificação. Já há muito tempo que os futebolistas despedem os treinadores (precisamente por terem já percebido isto). E agora parece até que os jogadores já perceberam que podem também despedir os dirigentes quando estes não lhes permitem estar num processo adaptado às suas necessidades e exigências. E teremos também já os jogadores a escolher e contratar os treinadores, aqueles que lhes permitam (pelo conhecimento que têm, pelas ferramentas que dominam) maximizar as suas capacidades e potencialidades promovendo a sua prestação desportiva da forma mais rentável possível.

Conclusões

Destacámos, de forma necessariamente breve, a importância de intervir de uma forma mais rentável permitindo obter maiores ganhos e evitando desperdícios, compreendendo o funcionamento do Homem enquanto ser vivo e orgânico.

Treinar é transformar o indivíduo. E não há transformação sem agressão. A agressão resulta de um estímulo que provoca uma reação.

É assim essencial para provocar as transformações pretendidas, conhecer os estímulos e as reações que podem provocar em determinada pessoa para que a agressão se dê e a adaptação se concretize. E, claro, conhecer a modalidade desportiva (o que esta provoca) assim como dominar um conjunto de ferramentas operativas (conceituais e materiais).

Referências bibliográficas

Almada, F., Fernando, C., Lopes, H., Vicente, A. & Vitória, M. (2008). *A Rotura – A Sistemática das Actividades Desportivas*. Torres Novas: VML.