

Introdução à Metodologia Antropológico-Tática

Autores: Sérgio Raimundo* e Felipe Roberto**

O conhecimento evolui e mesmo aquilo que é considerado uma “verdade científica absoluta” numa determinada época ou período histórico (noção de paradigma de **Thomas Kuhn**, 1991), pode não fazer sentido algum tempo ou vários anos depois. Um exemplo disso são as modificações das tendências táticas e conteúdos de treino do futebol ao longo do séculos. Os conteúdos dos livros técnicos vão caindo, na sua grande parte, em desuso e novas teorias vão surgindo, algumas sustentadas naquilo que já havia sido feito em algum momento do passado, outras são novos conceitos introduzidos provenientes da reflexão e do estudo sobre o jogo.

Por exemplo, em 1981 a afirmação do conhecido teórico e prático **Teotônio Lima** mostra qual era o pensamento vigente nessa época: *“É no âmbito da fisiologia aplicada, fisiologia do trabalho muscular e fisiologia do exercício, que a metodologia do treino desportivo tem a sua fundamentação científica”*.

No Mundial de 1986, o título foi conquistado pela seleção Argentina de Diego Armando Maradona - *El Pibe*, que chegou ao título utilizando o sistema de jogo 1-3-5-2, estruturado por uma zaga forte, consistente e um meio-de-campo estável que dava liberdade e segurança para o craque Maradona deslumbrar com o seu futebol. Na seguinte Copa do Mundo da Itália em 1990, havia 24 seleções participantes e dessas, 20 utilizaram o sistema 1-3-5-2 com que a Argentina tinha vencido a Copa anterior. Esse sistema tático foi intensamente aplicado na Europa nos anos 90, e em vários clubes brasileiros também (MANTOVANI; FRISSELLI, 1999; MELO 2001).

Nos anos 90, o futebol permaneceu em grande escala vinculado aos aspetos **físicos e táticos**, que alguns consideravam ser a *Ciência do Futebol*, devido aos estudos e investigações fisiológicas e análises táticas que dominaram essa década. **Joseph Blatter** comentou posteriormente a Copa de 90 com a seguinte afirmação: *“O nível do Mundial foi mau e mostrou todos os problemas do futebol moderno, no qual os treinadores preferem não sofrer gols a fazê-los. Os treinadores de hoje preferem a preparação atlética à técnica, e as únicas equipes onde subsistem os gestos técnicos fundamentais são aquelas em que ainda não abundam as estruturas de treino e o futebol de rua continua vivo”* (in TADEIA, 1992).

O famoso treinador italiano **Arrigo Sacchi** aplicou o inovador conceito na época, o de *“inteligência coletiva”*. O AC Milan, que treinava, era conhecido pelo rigor defensivo do 1-4-4-2 de no qual os jogadores nunca estavam separados por mais de 25/30 metros entre si, que, como referia o treinador *“onze jogadores ativos em todos os momentos da partida, seja na defesa, seja no ataque”*. Nos famosos treinamentos de Sacchi, podiam-se observar muitas vezes partidas de 90 minutos sem bola, nos quais o treinador indicava pontos imaginários e os jogadores teriam que reagir e organizar-se de acordo com esses pontos, sempre compactos, com velocidade e intensidade elevadas e na busca da armadilha do impedimento (MENICUCCI, 2015).

Luiz Felipe Scolari foi muito criticado no Mundial de 2002, mas terminou vencendo o mesmo e **Tostão** refere, numa visão um pouco mais complexa: *“a realidade nos mostrou, novamente, que a capacidade de comandar e motivar os jogadores é, muitas vezes, mais importante do que os detalhes técnicos e táticos”* (EL PAÍS, 2002; TOSTÃO, 2012).

José Mourinho introduziu noções como: a fadiga central é a importante e não a fadiga física; a intensidade não tem a ver com o desgaste energético, mas sim com a concentração e qualidade de decisão exigida; os testes físicos são uma questão de crença e não uma amostra de qualidade de trabalho; a velocidade no futebol não é igual

à medida no atletismo pois o melhor jogador é mais rápido a decidir em função das informações do contexto (posições da bola, companheiros e adversários) e não o mais rápido a percorrer distâncias sem bola; a melhor equipe não é a que tem melhores jogadores, mas a que joga mais como equipe; a parte psicológica e emocional das pessoas é muito importante pois se os jogadores não compreenderem o que o treinador lhes pede, como quer depois que o sistema de crença se instale? (LOURENÇO, 2010).

Um conhecido estratega do meio futebolístico, conhecido por aprimorar a qualidade de jogo dos seus times, **Pep Guardiola** reduz a significância dos esquemas táticos (1-4-4-2 / 1-4-3-3 etc.) afirmando "*São apenas números de telefone, não importam, não têm relevância. Gosto de homens que sabem jogar e ocupar o meio de campo (...) cada jogador é diferente e deve ser tratado de forma distinta, o segredo está em afinar o diálogo com cada um*" (PERARNAU, 2015).

Já treinador e psicólogo **Fernando Diniz** vê tudo numa perspectiva mais humana e social: "*é preciso elaborar um jeito de tirar o melhor dos jogadores e dar muito apoio para que joguem bem coletivamente. O problema está muito mais na questão humana e social que na questão tática e coletiva. A primeira coisa é dar suporte para os jogadores entenderem de onde vêm e, aí sim, se enquadrarem na coletividade. Quem tem mais escolaridade tem mais facilidade para entender o jogo coletivo. O cara que cresceu com liberdade na rua tem mais relutância para entender e aceitar*" (CONSENZO, 2016).

Podemos verificar que as tendências evolutivas vão mudando, umas desaparecem, outras mantêm-se, enquanto que outras renascem, e haveria inúmeras outras que poderiam figurar neste descritivo, desde que o futebol foi institucionalizado na Inglaterra em 1863, com a criação da denominada The Football Association (FIFA, 2015), até ao presente.

Atualmente, a metodologia de treino no futebol que aplicava separadamente a preparação física, técnica, tática e a psicológica vai caindo em desuso, dando origem a métodos mais integrados, visto que a especialização profissional no jogo, vem aumentando em todas as áreas, com contribuição de profissionais cada vez mais especializados, não só no treinamento, mas em tudo o que constitui fator direto ou indireto que possa afetar o desempenho de uma equipe. Facto é que a Ciência do Futebol da década de 80', no futebol e dos esportes coletivos em geral, não se pode resumir mais à preparação física e à tática da equipe. O jogador - ser humano - apresenta uma realidade complexa, com muitas variáveis esportivas e extra esportivas, e por isso métodos de treino deverão ser complexos (**Manuel Sérgio**, 2015 e 2016).

Esta ideia exprime a necessidade de evitar a compartimentação ou redução do treino apenas à fisiologia, apenas à técnica ou apenas à tática, sem ter em conta aquilo que é o Homem pois todas as dimensões que influenciam o jogador, interactuam ao mesmo tempo durante os 90 minutos de um jogo de futebol: "*o homem é um ser evidentemente biológico. É ao mesmo tempo um ser evidentemente cultural, metabiológico e que vive num universo de linguagem, de ideia e de consciência. Ora estas duas realidades, a realidade biológica e a realidade cultural, o paradigma cartesiano/simplificação obrigam-nos quer a separá-los quer a reduzir a mais complexa à menos complexa. Vai portanto estudar-se o homem biológico no departamento de biologia, como um ser anatómico, fisiológico, etc., e vai estudar-se o homem nos departamentos das ciências humanas e sociais. Vai estudar-se o cérebro como órgão biológico e vai estudar-se o espírito, the mind, como uma função ou realidade psicológica. Esquece-se que um não existe sem o outro, ou melhor, que **um é simultaneamente o outro**, embora sejam tratados por termos e conceitos diferentes*" (MORIN, 2003). Segundo SÉRGIO (2003), faz-se necessário analisar o ser humano além da soma das suas partes pois concentra em si "*o corpo, o espírito, o desejo, a natureza, e a sociedade*".

Também MEDINA (2013) chama a atenção para a evolução do saber científico, que se desenvolve em torno do saber cada vez mais específico, ou seja, cada vez se sabe mais

sobre o particular. Essa tendência metodológica das ciências leva-nos a perder o contato com o geral, o universal, a interação entre a unidade e o todo, com a visão mais ampla do ser humano em seu mundo.

Como seria então o método de treino perfeito para aplicação da teoria da complexidade? A resposta é: não é nosso interesse fornecer um método como se fornecêssemos a receita de um bolo. Mesmo que o fizessemos, seguramente cada um iria aplicar de maneira diferente, isto porque aquilo que os treinadores / o treinador é como pessoa, o seu estilo de liderança, qualidade de comunicação e forma como cada jogador interpreta o que diz o treinador, experiência prática e forma como a transmite e o jogador a recebe, conhecimento que possui e capacidade de o transmitir e passar isso para o jogador, personalidade do treinador e capacidade para lidar com a personalidade de cada jogador, gestão do pessoal do clube, qualidade de comunicação com a diretoria, conhecimento de jogadores e capacidade de contratação, vida pessoal dos jogadores fora do clube, cultura em que está inserido e capacidade de adaptação etc. tudo influencia o desempenho de um time. O mais importante é o conhecimento teórico e prático que o treinador e a sua equipe de trabalho possuem e a capacidade que o treinador tem de gerir o seu próprio conhecimento e o da sua equipe. Isso afetará todas as pessoas que trabalham com ele e o desempenho da sua equipe.

Se por um lado "*precisamos de um conceito sistêmico que exprima simultaneamente unidade, multiplicidade, totalidade, diversidade, organização e complexidade*" MORIN (1997), por outro, como refere **Paul Feyerabend** (1986) no seu livro "Tratado contra o Método", "*o único princípio que não inibe o progresso é: tudo serve!*", não há regras fixas e imutáveis, e "*uma tal ideia prejudica a ciência porque negligencia as condições físicas e históricas complexas que, na verdade, influenciam a alteração científica*". "*A ideia de um método que contenha princípios firmes, inalteráveis e absolutamente obrigatórios que governem a ação científica, tropeça com dificuldades consideráveis ao ser confrontada com os resultados da investigação histórica*" (Feyerabend, 1986). Algumas coisas podem parecer que estão erradas na perspectiva da Ciência moderna, mas isso não impede que se ganhem jogos, competições, títulos dessa forma. Por exemplo, há atletas / jogadores que gostam de treinar muito forte no dia antes do jogo / competição e isso não impede que alguns deles ganhem as competições em que participam e tenham bons desempenhos. Outros não poderiam fazer isso porque são o oposto, têm que descansar mais na véspera de uma competição.

Por vezes os homens da "ciência" querem reclamar a si a fórmula daquilo a que chamam profissionalismo e confrontam-se com situações que a maioria dos atletas e dos treinadores acham inacreditáveis, como por exemplo, medir lactato ou fazer testes de velocidade ou resistência aos jogadores no momento imediatamente anterior de que os mesmos entrem em campo para competir. Este caso é um claro exemplo da compartimentação do saber, pois a psicologia vem estudando há muitos anos (CRATTY, 1983) a evolução da ansiedade ao longo da competição e sabe-se que existe um pico de ansiedade no momento antes do início do jogo e por isso devem-se evitar dar informações técnicas ou táticas que requerem processamento de informação, e privilegiar as emoções, dando também espaço para as rotinas individuais de cada atleta.

Propomos assim alguns **princípios gerais para uma operacionalização de um futebol Antropológico-Tático**, que são apenas "alguns princípios" e não uma verdade absoluta. Não estamos dando princípios fechados em um documento final. Estamos apenas dando ideias para que cada treinador reflita e inicie a sua prática dando atenção a alguns pontos e a partir daí construa a sua própria forma de trabalho que estará sempre em evolução e adaptação ao longo dos anos. Pretende-se valorizar áreas do conhecimento e da vida que tenham influência direta no Ser Humano e no seu desempenho:

- "No humano não há nunca uma causa apenas para justificar o comportamento... **tudo é complexo**" (SÉRGIO, 2008).

- Uma equipe de futebol, deve ser compreendida como uma entidade, **um grupo com uma identidade e projeto próprios**, com uma hierarquia de estruturas interativas com a equipe tais quais departamento médico, departamento de futebol, departamento de observação, diretoria, rouparia, etc. (LOURENÇO, 2010).

- Deve-se abordar um clube, uma equipe, um futebolista, realçando **a perspectiva humana, as dimensões táticas, técnicas, físicas, culturais, emocionais e sociais, todas elas em interação**. Trabalhamos com homens, mulheres e crianças com sentimentos e com desempenhos que variam por diversos fatores, fisiológicos, mentais, afetivos, sociais ou outros.

- "As **emoções** são uma maneira muito inteligente de dirigir um organismo para certos resultados (...) se você foi recompensado ou punido pelas escolhas que você fez nessas situações, então a memória emocional pode ajudá-lo com sua escolha atual. Essa ajuda pode vir sob a forma de intuição ou, mais sutilmente, de forma inconsciente que o leva a uma certa direção" (DAMÁSIO, 2000).

- "Importa que os treinadores e jogadores treinem e se treinem como se joga, ou seja, de modo competitivo, considerando os fatores de rendimento - físico-biológicos, técnico-táticos, psicológicos e morais" (SÉRGIO, 2015); "**todos os elementos se encontram em rede e trabalham ao mesmo tempo**" (SÉRGIO, 2008).

- A ideia de treino deve ser trabalhar seres humanos complexos e dar-lhes **capacidade de decisão**, tentando aproximar-nos, pelo treinamento, o mais possível à realidade do jogo, sabendo que a ordem e a desordem, os fatores controláveis e não-controláveis farão sempre parte do mesmo. A investigação da equipe de neurociência do Doutor Rui Costa vai neste sentido e procura dar resposta sobre o funcionamento do processo de decisão sob influência do estresse: "Em situações de grande tensão, o cérebro escolhe o caminho mais fácil, poupa energia seguindo o princípio físico da energia mínima, e opta pela rotina" (SÁ, 2010). É fundamental trabalhar as dinâmicas dos sistemas de jogo adaptado às características dos jogadores desde o primeiro dia de treinamento, tanto como começar a conhecer o jogador, as suas crenças, situação social, perceber o funcionamento do clube, etc.

- "A pré-temporada é o mais grave [dos mitos do futebol]. Eu creio que é impossível que, treinando um mês, se encha, como se pretende, o tanque de um futebolista para toda a temporada. Impossível. E os preparadores físicos temos que flagelar-nos nesta questão pois demos demasiada importância à pré-temporada. Fazer treinos bi-diários e tri-diários durante duas semanas não é bom para os jogadores. Apenas consegue fadigá-los e que estejam sofrendo durante os cinco primeiros jogos da Liga. Para mim, o correto é **preparar-se apenas para o primeiro jogo. Exclusivamente. E logo para o segundo...e assim sucessivamente**. Não se pode fazer uma pré-temporada treinando duas semanas seguidas três vezes ao dia sem tocar na bola. Prejudica e não é útil" (Francisco Seiru.lo Vargas, preparador físico do Barcelona desde 1994 in CAPPA, A em 24 de Novembro de 2007 no diário Marca).

- Na periodização de uma equipe levar em consideração os **dados quantitativos e qualitativos** pois como elucida o professor Manuel Sérgio: "O psiquiatra quando fala com os doentes também está a fazer ciência e no entanto está apenas a conversar". Não é necessário que algo que influencie o desempenho dos jogadores possa obrigatoriamente ser medido ou quantificado. Por vezes uma conversa pode fazer toda a diferença. O importante é saber como estrutura essa conversa para que essa seja significativa para o Ser Humano, ou grupo, que está na nossa frente.

- "para haver sucesso numa equipe de futebol, a equipe tem de estar cem por cento preparada. E quando digo cem por cento não consigo dissociar aquilo que é físico do que é tático ou psicológico. Para mim o jogador é um todo, tem características físicas, técnicas e psicológicas, que tenho de desenvolver como um todo. Não consigo separar. Eu não faço trabalho físico. E, quando dizem que o Porto está muito bem preparado fisicamente, refuto-o totalmente. O Porto utiliza uma **metodologia que rompe com todos os conceitos tradicionais do treino analítico**" (JOSÉ MOURINHO IN AMIEIRO et. al, 2006).

- "Uma ação desportiva não deve ser perspectivada apenas a partir da condição física ou da execução técnica, mas requer também a **compreensão da organização complexa do comportamento, em condições situacionais diversificadas**" (BARTH, 1994)

- "**Craques podem fracassar, e jogadores medianos, brilhar.** O futebol é muito complexo. Nós é que tentamos simplificá-lo" (TOSTÃO, 2012).

- As **análises de jogadores e equipes devem contemplar diversos fatores** como as relações individuais e coletivas da sua equipe tendo em conta o adversário, o campo onde se jogou, o clima, o campeonato que disputa, o país onde vive, fatores logísticos, entre tantos outros.

- "Agora, antes de ser gerente de recursos humanos, **o treinador é gerente de seu próprio conhecimento** (...) [a coisa mais importante] ser capaz de gerenciar sua bagagem [conhecimento] (...) Não há bons treinadores, ruins ou mais ou menos (...) **há treinadores e "destrainadores"** (...) os que pioram seus jogadores e seus times." (JOSÉ MOURINHO IN EXPRESSO, 2015)

Bibliografia

AMIEIRO, N. et al. *Mourinho: Porquê de tantas vitórias?* Lisboa: Gradiva, 2006.

BARTH, B. Stratégie und taktik im wettkampfesport. *Leistungs Sport*, 24, 3, 4-12, 1994.

CAPPA, A. "La preparación física no existe". Marca - 24-11-2007 - Conversaciones de Fútbol - 24-25.

COSENZO, L. 'Modelo europeu não fará nosso futebol melhor', diz Fernando Diniz - 2016 - Disponível em: www1.folha.uol.com.br/esporte/2016/05/1766479-modelo-europeu-nao-fara-nosso-futebol-melhor-diz-fernando-diniz.shtml. Acesso em 10 Nov. 2016.

CRATTY, B. J. *Psicologia no esporte*. Rio de Janeiro: Prentice Hall do Brasil Ltda, 1983.

DAMÁSIO, A. *The Way We Live Now. The New York Times Magazine: 5-7-00: Questions for: Antonio Damasio; What Feelings Feel Like - 2000*. Disponível em: www.nytimes.com/2000/05/07/magazine/the-way-we-live-now-5-7-00-questions-for-antonio-damasio-what-feelings-feel-like.html. Acesso em: 1 Mar. 2018

EL PAÍS. *Scolari ignora a Romario y Elber, y convoca a Edilson y Luizao I- 2002* - Disponível em: www.elpais.com/diario/2002/04/10/deportes/1018389621_850215.html]. Acesso em 05 Jan. 2016.

EXPRESSO. *Os treinadores de 3ª geração, by Mourinho: "Gestores do seu próprio conhecimento"* - 2015 - Disponível em: www.expresso.sapo.pt/sociedade/2015-06-22-Os-treinadores-de-3-geracao-by-Mourinho-Gestores-do-seu-proprio-conhecimento. Acesso em 28 Fev. 2018.

FEYERABEND, P. *Tratado contra el método - esquema de una teoría anarquista del conocimiento*. Madrid: Editorial Tecnos S.A, 1986.

FIFA. *FIFA celebrates 111th birthday* - 2015 - Disponível em: www.fifa.com/about-fifa/news/y=2015/m=5/news=fifa-celebrates-111th-birthday-2607065.html. Acesso em: 24 Nov. 2015.

FRISSELLI, A., MANTOVANI, M. *Futebol: Teoria e Prática*. São Paulo: Phorte Editora, 1999.

KUHN, T. *A estrutura das revoluções científicas*. Editora University of Chicago Press, 1991.

LIMA, T. *Alta Competição - Desporto de Dimensões Humanas?*. In: Carvalho, A. *Pedagogia do Desporto*. Lisboa: Livros Horizonte LDA, 1981.

LOURENÇO, L. *Mourinho - A Descoberta Guiada*. Lisboa: Prime Books, 2010.

MEDINA, J. P. S. *A educação física cuida do corpo....e"mente": Novas contradições e desafios do século XXI*/João Paulo S. Medina; Edson Marcelo Hungaro, Rogério dos Anjos, Valter Bracht, colaboradores. - 26ª ed. Campinas, SP: Papirus, 2013

MELO, R.S. *Sistemas e táticas para futebol*. Rio de Janeiro: Sprint, 2. ed., 2001.

MENICUCCI, P. *Le squadre più forti di tutti i tempi: Milan 1988-90* - 2015 - Disponível em: www.it.uefa.com/uefachampionsleague/news/newsid=2263074.html]. Acesso em: 06 Jan. 2016.

MORIN, E. *Introdução ao pensamento complexo*. Lisboa. Instituto Piaget, 2003.

MORIN, E. *O método I. A natureza da natureza*. Mem Martins: Publicações Europa-América, 1997.

PERARNAU, M. *Guardiola Confidencial: Um ano dentro do Bayern de Munique acompanhando de perto o técnico que mudou o futebol para sempre*. Campinas: Editora Grande Área, 2015.

SÁ, S. *A Ciência da decisão. Visão, Desporto* - Lisboa - 11 Fev 2010 - 86.

SÉRGIO, M. *Alguns Olhares Sobre o Corpo*. Lisboa: Instituto Piaget, 2003.

SÉRGIO, M. *FUTEBOL - Ciência e Consciência*. Lisboa: Prime Books & AF Porto, 2016.

SÉRGIO, M. *O Futebol e Eu*. Lisboa: Manuel Sérgio e Prime Books, 2015.

SÉRGIO, M. *Textos Insólitos*. Lisboa: Instituto Piaget, 2008.

TADEIA, A. *Em busca dos golos perdidos*. Expresso, 1992.

TOSTÃO. *A Perfeição não existe: crônicas de futebol*. São Paulo. Editora Três Estrelas, 2012.

* Treinador de Futebol UEFA A /Mestrado em Educação Física pela Faculdade de Motricidade Humana de Lisboa / Email: serg_raimundo@hotmail.com

** Preparador e Recuperador Físico /Sócio Diretor Estúdio Refit Reabilitação e Fitness/ Certificação Exos