

Aplicações Práticas

Manuel Conde

TREINADOR NACIONAL DE FUTEBOL

FINALIDADE

Organização defensiva/ofensiva coletiva e transição defesa/ataque-defesa no setor do meio campo.



EQUIPA EM SITUAÇÃO DEFENSIVA

Coordenação defensiva zonal:

* Princípios e fundamentos básicos individuais (neutralização das ações do 1x1, orientações, posicionamento dos pés, escolha entre temporização e entrada...) e coletivos (neutralização das ações do rival através de redução de espaços, orientações, basculações, coberturas...) defensivos da linha de quatro.

Recuperação/transição

Velocidade (1) na saída inicial para o companheiro da mesma linha ou apoio (preferivelmente para este último, ainda que vai ser determinado pela situação)

EQUIPA EM SITUAÇÃO OFENSIVA

Utilização dos princípios e fundamentos básicos individuais .

Perda da bola/recuperação:

Condicionar ao possuidor de maneira imediata a sua primeira ou segunda ação:

- Control
- Primeiro pase (companheiro de linha ou apoio).

APOIOS

- Critério e interpretação eficaz das situações que aconteçam no jogo.
- Importante leitura de sim devo contraatacar (equipa contraria no meio campo) ou atacar (equipa contraria replegada)

DESCRIÇÃO

Situação (P+4defensas+4meios) x (P+4 defensas + 4 meios) + 2 apoios.

O treinador inicia o exercício enviando a bola para um dos apoios ofensivos gerando situação de inferioridade numérica –nao posicional- (4x6), ou superioridade numérica (6x4), que vai iniciar o ataque para uma das balizas. Quando a equipa defensora recupera a bola, (a equipa que perde pose tem de dificultar de maneira organizada a saída. Sim nesta mesma situação se faz com a bola, continua a ação), tem de combinar com um companheiro ou um dos apoios (é obrigatorio que as transições passem por eles) para continuar com a mesma dinâmica no lado oposto, e assim sucessivamente.

Sim a bola vai fora, (pela banda, linha de fundo) vai ser o treinador quem volte iniciar o exercício enviando a bola para os apoios.

(1) A velocidade leva “incrustada” e implícita a precisão não existe a velocidade combinativa sem precisão. Um jogador pode ser veloz analiticamente (considero que é a qualidade que menos ou quase não se desenvolve desde este ponto de vista) mas não veloz futebolisticamente. Sim a velocidade não é efectiva, não é velocidade. Velocidade e precisão são indissociáveis é como perguntar sim gostas de ataque ou defesa, ou de papá ou de mamá, jogar bem ou mal mas ganhar... Congratulam-me os argumentos de Jose Mourinho já que reforçam o meu sentir e reflexão anterior quando acertadamente aconselha:

“A velocidade tem dois aspectos que são completamente diferentes: a velocidade da bola e a velocidade dos jogadores. A velocidade da bola tem a ver com

um bom jogo posicional, uma boa leitura de jogo, grande capacidade de utilizar indistintamente os dois pés, um bom primeiro toque, um bom controlo e uma boa qualidade de passe. Isto é fundamental na nossa filosofia. Mais importante do que a velocidade dos jogadores sem bola é a velocidade de circulação da bola. Fazer sete ou oito segundos aos 60 metros é, para mim, pouco importante. Importante é ter velocidade de circulação de bola nesse espaço.

O modo de se operacionalizar esta velocidade da bola não passa por situações analíticas. Eu vou muito por um bom jogo posicional, pela segurança que todos os jogadores têm ao saber que em determinada posição há um jogador, que sob o ponto de vista geométrico há algo construído no terreno de jogo que lhes permite antecipar a acção”.

O importante é encontrar uma velocidade colectiva, onde cada jogador terá de descobrir a sua própria velocidade. O treinar serve para isso mesmo: para o jogador descobrir a que velocidade máxima é capaz de ser preciso. Quem não conseguir descobrir esta velocidade dará mais rapidamente a bola ao adversário e, isso sim, é o contrário de ser veloz!

