

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA, FISIOTERAPIA E DANÇA
CURSO DE BACHAREL EM EDUCAÇÃO FÍSICA

THAYNÁ LIMA FAGUNDES

**METODOLOGIAS DE TREINOS UTILIZADAS POR PREPARADORES DE
GOLEIRAS DE FUTEBOL FEMININO**

Porto Alegre
2023

THAYNÁ LIMA FAGUNDES

**METODOLOGIAS DE TREINOS UTILIZADAS POR PREPARADORES DE
GOLEIRAS DE FUTEBOL FEMININO**

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado como requisito final para obtenção do título de bacharela em Educação Física pela Escola de Educação Física, Fisioterapia e Dança da Universidade Federal do Rio Grande do Sul.

Orientador: Prof. Dr. Marcelo Francisco da Silva Cardoso

Porto Alegre

2023

THAYNÁ LIMA FAGUNDES

**METODOLOGIAS DE TREINOS UTILIZADAS POR PREPARADORES DE
GOLEIRAS DE FUTEBOL FEMININO**

Conceito final:

Aprovado em _____ de _____ de _____

BANCA EXAMINADORA

Orientador – Prof. Dr. Marcelo Francisco da Silva Cardoso

Prof. Dra. Raquel da Silveira

AGRADECIMENTOS

Gostaria de agradecer a todos que estiveram ao meu lado nesse momento da graduação. Primeiramente à minha família que sempre me incentivou a entrar na Universidade Federal do Rio Grande do Sul e não desistir no meio do caminho.

Às minhas colegas, que estiveram comigo nessa caminhada me ajudando, todos os dias, em quase todas as cadeiras, mesmo que eu não quisesse mais continuar cursando, levantando minha motivação e força de vontade para que eu terminasse os semestres com a aprovação necessária. E que vieram a se tornar minhas maiores inspirações dentro da faculdade e minhas melhores amigas de vida.

Ao professor Marcelo Cardoso, que aceitou novamente ser meu orientador e me ajudou a realizar este trabalho com ensinamentos e calma para explicar minhas dúvidas.

À minha cadela Atena, que me acompanhou em várias noites frias de inverno com muito amor e lambeijos carinhosos.

À minha namorada Isadora, que esteve ao meu lado em todos os momentos de desespero e surtos, por eu pensar que não daria tempo e não conseguiria finalizar esta etapa da graduação. Fez com que eu enxergasse que o trabalho poderia ser feito de forma leve e que bastava um pouco de risada, chocolate e café para que as coisas terminassem bem. O meu muito obrigada.

RESUMO

Os especialistas e admiradores de futebol afirmam sobre a importância fundamental do papel da goleira dentro de uma equipe. O ímpeto de uma boa goleira é o que fundamenta um bom poder competitivo dentro de um time. Mesmo que ele seja bem condicionado, tanto técnica, quanto taticamente, há uma dependência das virtudes e capacidades (técnica, tática e psicológica) da goleira. A função de preparador de goleiras surge para aprimorar o treinamento destas atletas, fazendo com que evoluam e desempenhem melhor sua atuação. O objetivo deste estudo foi descrever e analisar as metodologias de treinos utilizadas pelos treinadores de goleiras de futebol feminino. O estudo se caracteriza como exploratório com abordagem qualitativa, onde foram realizadas entrevistas semiestruturadas com questões abertas e fechadas com quatro preparadores de goleiras de Porto Alegre. Os roteiros das entrevistas foram organizados a partir do objetivo deste estudo. Para a análise dos resultados utilizou-se a análise de conteúdo com estabelecimento de categorias temáticas. Os resultados indicaram duas categorias, sendo elas: 1. metodologias presentes no planejamento do treinamento de goleiras; 2. concepções dos preparadores de goleiras em relação aos seus objetivos. Nos resultados encontrados foi possível identificar uma predominância de opiniões em relação a utilização do treinamento analítico. Também, que os entrevistados têm pontos de vista divergentes entre eles, se tratando de metodologias utilizadas nos treinos durante períodos competitivos e categorias.

Palavras-chave: Preparadores. Futebol Feminino. Goleira. Treinamento.

ABSTRACT

Football experts and admirers affirm the fundamental importance of the role of the goalkeeper within a team. The character of a good goalkeeper is what underlies a good competitive power within a team. Even if they are well conditioned, both technically and tactically, there is a dependence on the virtues and capabilities (technical, tactical and psychological) of the goalkeeper. The position of goalkeeper trainer arises to improve the training of these athletes, consequently resulting in personal development and enhanced performance. The aim of this study was to describe and analyze the training methodologies used by coaches of female soccer goalkeeping. The study is characterized as exploratory with a qualitative approach, seeing that semi-structured interviews with open and closed questions were carried out with four goalkeeper coaches from Porto Alegre. The interview scripts were organized based on the main objective of this study. For the analysis of the results, content analysis was used with the establishment of thematic categories. The results indicated two categories, namely: 1. methodologies present in goalkeeper training planning; 2. conceptions of goalkeeper coaches in relation to their objectives. In the results found, it was possible to identify a predominance of opinions regarding the use of analytical training. Additionally, it was noted that interviewees have divergent points of view among them, in what pertains to methodologies used in training during competitive periods and categories.

Keywords: Coaches. Women's Football. Goalkeeper. Training.

LISTA DE TABELAS

Tabela 1 - Perfil dos preparadores de goleiras.....	22
Tabela 2 - Roteiro de perguntas para Preparadores de goleiras.....	23
Tabela 3 - Relação: Categoria de análise X Itens do instrumento.....	25

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO.....	10
1.1 OBJETIVOS.....	12
1.2 JUSTIFICATIVA.....	12
2. REVISÃO DA LITERATURA.....	13
2.1 A goleira no futebol.....	13
2.2 Metodologias de treino.....	16
2.3 O preparador.....	19
3. MATERIAL E MÉTODO.....	21
3.1 Tipo de estudo.....	21
3.2 Sujeitos Estudados.....	22
3.3 Instrumentos.....	22
3.4 Procedimentos de coleta.....	23
3.5 Procedimentos éticos.....	24
3.6 Análise do conteúdo das entrevistas.....	24
4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS.....	25
5. CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	32
REFERÊNCIAS.....	34
APÊNDICE I – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido.....	39

1. INTRODUÇÃO

Os especialistas e admiradores de futebol afirmam sobre a importância fundamental do papel de goleiro dentro de uma equipe. Salles (2009), entende que a figura do goleiro representa a principal força defensiva, sendo capaz de motivar sua equipe a desempenhar suas ações com segurança e qualidade.

Para Tenroller (2004), o goleiro tem cerca de 50% do desempenho da equipe, devido às suas peculiaridades e exigências. Nesse contexto, entende-se que o ímpeto de um bom goleiro é o que fundamenta um bom poder competitivo dentro de um time, mesmo que a equipe seja bem condicionada, tanto técnica, quanto taticamente, há uma dependência das virtudes e capacidades (técnica, tática e psicológica) do goleiro.

De acordo com Viana (1995), o goleiro deve possuir qualidades físicas e psicológicas diferentes dos demais jogadores. Para ele, os atributos físicos importantes para a execução adequada da função de goleiro são: peso proporcional à altura, força e potência muscular, elasticidade, velocidade de deslocamento, agilidade e resistência geral. Já em relação às habilidades psíquicas, o autor considera as mais importantes: coragem, frieza, tranquilidade, capacidade de reações múltiplas, força de vontade e confiança (VIANA, 1995).

A posição de goleiro surgiu em brincadeiras de rua, e seguiu evoluindo até possuir treinos planejados em realidades pouco privilegiadas. Nesse contexto, qualificava-se para defender as traves, os jogadores que não possuíam habilidades com os pés, submetendo-os a exercitar suas capacidades motoras sem instrução apropriada (CASARIN, 2017). Atualmente, as exigências para se tornar goleiro foram atualizadas, e há mais oportunidades para quem deseja seguir nessa posição: os jogadores iniciam sua vida como goleiros em idades iniciais, por volta dos 7 anos, justamente por demonstrarem predisposições (físicas e psíquicas) ou, ainda, por opção. Ainda para Casarin (2017), no futebol, a equipe consiste em 10 jogadores e o goleiro faz parte de outro cenário isolado por conta das características específicas de sua posição.

A posição de goleiro foi evoluindo e ganhando novas particularidades a partir do crescimento do futebol e a introdução de novas regras no jogo, justamente por esta posição exercer ações específicas durante uma partida, como, por exemplo, defender. Figueiredo (2010) entende que para que o goleiro cumpra a sua função, é

necessário que ele adquira técnicas específicas, compreenda o jogo, seja apto a tomar decisões e possua uma boa preparação psicológica para poder suportar as pressões de treinos e jogos. Nesse sentido, Brum (2010) complementa afirmando que o treinamento do goleiro — sendo ele na categoria profissional ou amadora — deve ser estruturado, planejado e aplicado respeitando os princípios desta posição.

Desta forma, foi necessário o nascimento de uma nova função dentro das equipes, buscando o aperfeiçoamento da posição: a de preparador de goleiros. Essa função é recente no âmbito do futebol, surgindo por volta da década de 1970 (SILVA, LIBERALI E NAVARRO, 2012). As primeiras pessoas que lançaram-se como preparadores de goleiro foram justamente ex-atletas que atuavam na posição e que estavam familiarizados com as necessidades de treinamento específico existentes. Por terem a vivência como goleiros, ao encerrarem suas carreiras como atletas, foi percebido que poderiam facilitar o treinamento de novos goleiros (GALLO *et al.*, 2010).

A figura do preparador de goleiros tem como responsabilidade realizar o planejamento e execução de um treinamento direcionado, promovendo o desenvolvimento do goleiro. É essencial que o preparador tenha o conhecimento técnico-tático pertencente às individualidades da posição, pois é necessário um treinamento especial para este tipo de atleta. É importante também: conhecimento dos princípios do treinamento esportivo; e habilidade de executar arremessos e chutes. Quanto ao conhecimento de técnicas, que são indispensáveis ao treinamento dessa posição estão: pegar a bola, de quedas, de levantar-se, dos posicionamentos adequados, das reposições e, por fim, entendimento do jogo propriamente dito.

Nesse contexto, é possível afirmar que ao longo do tempo, ocorreu a evolução do treinamento específico de goleiros, onde é possibilitado ao preparador realizar tarefas analíticas, com predominância dos gestos motores, objetivando a execução correta dos movimentos e exercícios globais, ou seja, situações que ocorrem durante os jogos (CRIZEL, LIBERALI E NAVARRO, 2012).

Conforme as considerações destacadas acima, esse estudo buscou o foco no gênero feminino da posição de goleiro, onde foi elaborado o seguinte problema:

Quais são as metodologias de treino utilizadas pelos treinadores de goleiras de futebol feminino?

1.1 OBJETIVOS

Geral

Descrever e analisar as metodologias de treino utilizadas pelos treinadores de goleiras de futebol feminino.

Específicos

- Identificar a prevalência de metodologias utilizadas pelos treinadores de goleiras por período competitivo e categoria do futebol feminino;
- Verificar se há concordância entre os treinadores nas metodologias adotadas nos períodos competitivos e categorias;
- Verificar se as características dos métodos de treino, referidas pelos treinadores/preparadores de goleiras de futebol feminino, são convergentes ou divergentes das descritas na literatura científica da área.

1.2 JUSTIFICATIVA

Diversos estudos referentes ao futebol vêm sendo produzidos objetivando uma maior clareza para uma melhora nos treinamentos de atletas da modalidade. De acordo com Rutyna, Putrique e Pastre (2019), este assunto está sendo abordado buscando o aperfeiçoamento e qualidade de capacitação dos goleiros e seus preparadores.

A produção deste estudo é justificada para mim, a partir de 2012, que foi o ano em que comecei a ter treinamentos específicos para essa posição de goleira, na qual sou atleta desde 2002. A equipe, a qual eu jogava, não tinha goleira, então decidi fazer uma experiência no gol quando o técnico me sugeriu essa possibilidade. Naquele tempo, eu não tinha um preparador de goleira, ou seja, não havia um treinamento específico para a posição. Isso se dava pois só havia um professor para capacitar toda a equipe.

No ano de 2012, entrei na equipe de futsal feminino da Universidade Luterana do Brasil (ULBRA) e, a partir disso, passei a ter treinamento específico com um

preparador de goleiras. Foi um ano de treinamentos fortes e intensos, focando na minha evolução enquanto goleira de futsal.

Com o passar do tempo, fui me aperfeiçoando e conquistando espaço em equipes de alto nível técnico do Rio Grande do Sul como o time de futsal feminino da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e do Atlético Sul, onde disputamos competições a nível Regional e Nacional, como os Jogos Universitários Gaúchos (JUGs), Jogos Universitários Brasileiro (JUBs) e algumas competições em São Leopoldo, Canoas, Porto Alegre, Cachoeirinha, Passo Fundo, etc. Neste contexto, pude experienciar as diferenças de ser uma goleira com treinamento específico e sem treinamento adequado. Com isso, consegui enxergar a importância do treinamento específico para goleiras.

Neste sentido, o estudo se justifica pela relevância de qualificar o treinamento de goleiras no futebol feminino. Assim, é necessário que haja estudos que ajudem a entender quais metodologias são utilizadas pelos preparadores de goleiras em seus treinamentos, visando contribuir com um planejamento mais eficaz para um melhor desempenho das goleiras de futebol.

2. REVISÃO DA LITERATURA

2.1 A goleira no futebol

Para assumir uma posição em um time de futebol é necessário sensatez e seriedade. Maier (1981) evidencia que, dentre os onze jogadores que entram em campo, a posição de goleiro é vital sendo uma das de maior importância e responsabilidade, pois sua participação poderá implicar diretamente no resultado do jogo.

Colocando em foco a modalidade de futebol, sabe-se que o objetivo do jogo é marcar gols e, nesse contexto, o goleiro tem como missão evitá-los. Para Carlesso (1981), essa difícil missão exige condições especiais do atleta que irá ocupar a posição, logo, devido ao seu alto componente decisivo em uma partida, o goleiro se destaca. Esse destaque ocorre tanto em relação aos seus erros como em relação aos acertos, visto que suas ações, em determinados momentos de uma partida, podem findar em uma vitória ou uma derrota (Moino, 2011).

Para um goleiro ser capaz de defender a goleira de um campo de futebol, com dimensões amplas de 2,44 m de altura e 7,32 m de largura, ele requer capacidades

condicionantes, coordenativas, físicas e técnicas específicas (DOMINGUES, 1997). Para Voser, Guimarães e Ribeiro (2006, p.172),

Para tornar-se um bom goleiro, além de qualidades físicas, técnicas e psicológicas excepcionais e de muito treinamento, esse futebolista deverá ter como características intrínsecas: dedicação, humildade, vontade de aprender, personalidade, perseverança e tantos outros adjetivos que se encaixam ao atleta que decide ser goleiro.

Associado a essas características, um goleiro precisa estar preparado para enfrentar diferentes situações durante os jogos. Dentre as inúmeras capacidades físicas que são fundamentais para o bom rendimento do goleiro, Gonçalves (2006) cita: flexibilidade, velocidade, força, resistência, coordenação, equilíbrio e agilidade. Desta forma, considera-se essencial o treinamento específico para que o atleta obtenha um bom desempenho nessa posição, uma vez que reflete nos desempenhos técnicos, táticos, psicológicos e físicos.

De acordo com Leal (2000), é necessário um posicionamento básico fundamental para que o goleiro possa realizar uma defesa. Ele afirma que quando há uma necessidade de ação do goleiro, se ele estiver na posição de expectativa — com os joelhos levemente flexionados e afastados na largura dos ombros, sem estar com o calcanhar no chão — a possibilidade da reação ser mais eficiente é maior, ou seja, o goleiro precisa estar bem posicionado, ocasionando a diminuição do ângulo do chute do adversário (LEAL, 2000).

Para que a sua função seja realizada com êxito, o goleiro utiliza de ações defensivas e ofensivas. De acordo com Gallo *et al.* (2010), as ações defensivas são compostas por: pegada, pegada na altura da barriga (encaixe), defesa rasteira no meio (cama), defesas rasteiras nas laterais, meia altura e altas (quedas), defesa com os pés (espacate), saídas nos cruzamentos (saída de gol), confronto 1x1, pênaltis e faltas. Já as ações ofensivas são: bolas trabalhadas com os pés (passes longos, pelo chão e pelo alto) e lançamentos com as mãos, tornando possível um contra-ataque (GALLO *et al.*, 2010).

Outro fator relevante para uma boa atuação do goleiro, é diferenciar o treinamento de um atleta para o outro, levando em consideração variáveis como: idade, sexo, altura, peso, etc. Castilho (2018, p.40), em sua pesquisa, onde entrevistou treinadores de goleiros de três escolas diferentes, pode perceber que é necessária essa diferenciação a partir das variáveis citadas:

Já na busca por rendimento e aprimoramento na posição, um treino mais elaborado e diferenciado para atender cada especificidade dos goleiros, seria o ideal. Esperava-se um pouco mais de especificidade nos treinamentos, mesmo o professor da escolinha verde citando que os goleiros são da mesma categoria, eles têm necessidades diferentes. Analisando a fala do treinador da escolinha preta faz entender pontos importantes do porquê trabalhar diferentemente com cada goleiro. Diante de suas contribuições, pode-se considerar que o mesmo conhece as necessidades dos goleiros e ainda citou uma contribuição do que fazer em alguns casos, como a dificuldade dos goleiros mais altos. (CASTILHO, 2018, p.40)

Nesse sentido, entende-se que a diferenciação de treinamento partindo dessas variáveis é fundamental para um bom aproveitamento da posição, ainda que seja essencial mencionar que o futebol é cultural e historicamente considerado um esporte masculino e, de acordo com De Souza *et al.* (2020, p.10) “é uma modalidade masculina, baseada em discriminação e preconceito, fazendo com que a participação feminina seja prejudicada em todas as categorias de idade.” Ainda de acordo com os autores, apesar de, em alguns estados do Brasil, existirem categorias de idade que permitam treinamento de meninos e meninas juntos, nota-se que os meninos acabam treinando em todas as categorias, enquanto as meninas normalmente iniciam a partir da categoria sub11, que é quando ocorre a divisão de gêneros (DE SOUZA *et al.*, 2020). Sobre dados específicos analisando outras variáveis físicas de goleiras de futebol feminino, não foi possível realizar esse levantamento, pois a literatura, se tratando deste assunto, é escassa.

Sendo este estudo sobre a posição de goleira, dentro do âmbito do futebol feminino, é necessário um aprofundamento no contexto histórico da inserção de mulheres no futebol. Romero (1994) cita que, desde a infância, há uma diferenciação em termos de experiência de movimento, onde meninos são incentivados a praticarem brincadeiras agressivas e livres (como jogar bola, lutar entre si, andar de bicicleta, dentre outros); e meninas são desencorajadas ou até mesmo proibidas, criando um quadro de desempenho motor diferenciado.

A entrada de mulheres no futebol se deu apenas no final da década de 1980, muito devido à legislação e falta de incentivos da época. De acordo com Darido (2002, p.3),

Durante a ditadura militar o CND (Conselho Nacional de Desporto), através da resolução número 7/65, proibiu as mulheres de praticarem lutas, futebol, pólo aquático, pólo, rugby e baseball. Somente em 1986 o CND reconheceu a necessidade de estímulo à participação das mulheres nas diversas modalidades esportivas do país.

Assim, desde então, há um aumento de participação feminina em esportes, ainda que continue havendo dificuldades para inserção delas, mais especificamente falando do futebol. Segundo Teixeira e Caminha (2013, p. 266),

No âmbito das práticas corporais, por exemplo, é possível apontar para a inserção cada vez maior da mulher na dimensão do esporte. No caso do futebol, esporte tradicionalmente associado à virilidade e ao esforço físico masculino, tem-se percebido um aumento na participação feminina impulsionada pela realização de competições internacionais como a Copa do mundo de futebol e a inserção do futebol feminino nas Olimpíadas.

Ainda sobre algumas das dificuldades enfrentadas, Souza Jr (1991), em sua pesquisa percebeu que, na época, a prática de futebol por meninas era tolerada pelos amigos e familiares até atingir a adolescência, ou seja, antes de assumir escolhas que envolvam sua sexualidade. Desta forma, são evidentes as diferenças quando se trata do comportamento masculino e feminino no futebol. Porém, é papel do preparador compreender essas diferenças e não transformá-las em desvantagens ou motivos para desencorajar meninas de se tornarem goleiras. Ou seja, planejando treinos específicos que levem em consideração a atuação das atletas no futebol feminino.

2.2 Metodologias de treino

Para um atleta obter sucesso, são necessários diversos fatores. Quintão *et al.* (2013), entende que os diferentes componentes do jogo — físico, técnico, tático e emocional — influenciam de forma positiva para o resultado de uma partida, desde que sejam tratados de forma adequada e eficiente.

De acordo com Sales, Guimarães e Paoli (2015), como em qualquer esporte coletivo, é necessário que se entenda os fundamentos básicos para executar a prática esportiva. Os autores entendem que, no futebol, esses fundamentos devem ser aprendidos e treinados, sendo importante distinguir, nesse contexto, o que é fundamento técnico e o que são habilidades individuais,

Uma vez que a literatura aponta que as habilidades são inatas ao indivíduo, já o fundamento técnico é desenvolvido através de treinamentos específicos. Poder-se-ia afirmar então, que o fundamento técnico é treinável, ou seja, é uma característica que pode ser adquirida, diferentemente da habilidade pessoal.

Ou seja, para que um treinamento seja eficaz, o preparador deve planejar os treinos dos atletas a partir de alguma metodologia. Dentre as existentes, pode-se destacar as metodologias: global (também chamada de sistêmica), analítica (também chamada de técnica) e situacional. Ainda, há a possibilidade de ocorrer uma combinação de mais de uma técnica de treinamento e, então, nesse caso, denomina-se metodologia mista.

Em relação ao método global, de acordo com Silva (2018, p. 404),

Consiste na utilização de toda complexidade e dinâmica do conteúdo a ser aprendido, ou seja, esse método leva em consideração todos os elementos do jogo e traz para o ambiente de aprendizagem seu desenvolvimento em situação única, em conjunto.

A afirmação de Silva, corrobora com Filgueiras (2014) que entende que a metodologia global objetiva desenvolver o treinamento englobando todos os seus componentes (técnico, tático, físico e emocional), além de também considerar a complexidade e imprevisibilidade do jogo. Perfeito (2009), afirma que essa metodologia defende a simplificação como uma ação pedagógica na aprendizagem de práticas esportivas. Dessa forma, o método global sustenta a ideia de aprendizado na prática, ou seja “ o jogo aprende-se antes de tudo jogando” e “jogar para aprender” (PERFEITO, 2009, p.22), mas que é necessária a adequação da dificuldade da partida a partir da capacidade técnica dos atletas.

Diferentemente do método global, no método analítico é fundamental utilizar elementos isolados do jogo no processo de aprendizagem. Essa metodologia surgiu a partir de esportes individuais, fora do contexto de jogo, onde após treinar as habilidades e aprendê-las, então são transferidas para as situações de jogo (FILHO, 2013). De acordo com Silva (2018, p. 403)

O método analítico foi um dos primeiros e principais dos métodos usados a tempo atrás, sendo usado principalmente nos esportes individuais, logo foi trazido aos esportes coletivos. [...] o método analítico baseia em gestos técnicos do esporte, tendo como principal forma de trabalhar esses em contexto fora do ambiente de jogo, separando os outros elementos do jogo e os trabalhando separadamente.

Outra nomenclatura utilizada também é a de método parcial ou analítico-sintético que, de acordo com Armbrust, Silva e Navarro (2010), consiste em ensinar o esporte, nesse caso o futebol, a partir de gestos técnicos, onde o treinador aplica os fundamentos do esporte de forma isolada. Nesse contexto, as habilidades

são treinadas mas fora de contexto de jogo, somente após o atleta dominar completamente, desenvolve-se o jogo.

Segundo Perfeito (2009, p. 23), essa metodologia é desenvolvida a partir da ideia de “aprender para jogar”, principal diferença do método global. Assim, entende-se que na metodologia analítica, o fundamental é que o atleta possa estar preparado tecnicamente previamente e que, assim, possa performar melhor durante uma partida.

Greco e Benda (1998) foram os autores que propuseram a metodologia situacional, pois objetivavam unir todas as vantagens que os métodos global e analítico poderiam oferecer, bem como solucionar e superar as limitações que os mesmos possuíam. Sobre a metodologia situacional, Pinho (2009, p. 18) a define como:

Uma das novas correntes metodológicas, a metodologia situacional enfatiza o desenvolvimento da compreensão tática e dos processos cognitivos subjacentes à tomada de decisão procurando evitar que os praticantes sejam condicionados a um desgastante processo de ensino da técnica e a uma especialização precoce, excluindo a oportunidade de desenvolver e promover uma cultura esportiva apoiada na diversidade.

Para Klein (2016), para contribuir de forma integral na formação de um atleta, é essencial evidenciar a importância da iniciação esportiva a partir de uma metodologia situacional. Esse método constitui-se de formas próprias de conduta, ou seja, o atleta deve ser capaz de uma análise geral do jogo, fundamentado na vivência de situações o mais próximo possível de uma realidade de jogo (PINHO *et al.*, 2010).

Mesmo que seja perceptível a necessidade de um treinamento específico para a posição de goleira, distinguindo-a das outras posições de linha dentro de um time de futebol, ainda observa-se pouco investimento em processos de ensino-aprendizagem-treinamento para essa posição. Nesse contexto perde-se muito em eficiência nos aspectos relacionados à situações dentro de uma partida como: tomada de decisão, execução de gestos técnicos de forma situacional, raciocínio tático e proatividade (COSTA *et al.*, 2010).

Para Linhares (2017), o treinamento de uma goleira quanto mais aprofundado, levando em conta uma preparação técnica e tática específicas (a partir do uso de metodologias), oportuniza que essa atleta seja capaz de realizar uma melhor leitura de jogo durante uma partida. Dessa forma, ela terá capacidade de solucionar

quaisquer situações exigidas da posição e, assim, alcançar os objetivos planejados. Ainda de acordo com Linhares (2017, p. 17),

O futebol se desenvolve em uma ambiente altamente complexo para a tomada de decisão, primeiro em razão da variedade de componentes que se interagem (jogadores, árbitros, bola, adversários, dimensões, etc.); segundo em função de suas características dinâmicas, de sua natureza de cooperação e de oposição que acontecem simultaneamente.

Por isso, se faz necessário um preparador específico para a posição de goleira. Para que seja possível torná-la uma atleta completa, com treinamento específico e com capacidade de interpretar situações de jogo, tomando assim melhores decisões e impactando positivamente uma partida.

2.3 O preparador

O surgimento do papel de preparador de goleiros no Brasil ocorreu por volta da década de 1970, através de ex-atletas dessa posição que usavam da própria experiência dentro das partidas de futebol para planejar e ministrar treinamentos específicos para goleiros. Ainda hoje, muitos dos preparadores, tanto a nível profissional quanto a nível amador, são ex-atletas. Após encerrarem suas carreiras na posição, tornam-se preparadores de goleiros, levando, assim, suas experiências vividas em campo para os treinamentos. Simões (2015) traz essa visão histórica, afirmando que eles baseavam-se em suas próprias histórias relacionadas às técnicas, visto que, a cada temporada eram exigidas melhorias, tanto tecnicamente, quanto na parte física, tática e psicológica.

Os precursores da preparação de goleiros no Brasil foram Raul Carlesso e Valdir Joaquim de Moraes. Raul Carlesso era tenente do exército gaúcho e, em 1970, ingressou na delegação da Seleção Brasileira de futebol, que veio a ser campeã naquele ano (SILVA, 2015). Em 1981, foi lançado o Manual de Treinamento de Goleiros de autoria de Carlesso, onde apresentou diversas formas adequadas de execução dos fundamentos a partir de uma união de várias metodologias. Assim, começou-se uma base para a profissão de preparador de goleiros.

Já Valdir Moraes — que esteve junto a Carlesso nessa jornada de nascimento do profissional de preparação de goleiros — iniciou seu trabalho na Sociedade Esportiva Palmeiras, durante a década de 70, colaborando com suas metodologias relacionadas à posicionamento e tempo de reação do goleiro. A partir de então, Moraes conseguiu ter seu trabalho reconhecido, fazendo com que o papel de

preparador de goleiros alcançasse ambientes importantes dentro das comissões técnicas de clubes de futebol e futsal (UNISPORT BRASIL, 2017).

Na atualidade, os preparadores ainda enfrentam diversos desafios atuando nesse papel (SIMÕES, 2015). Dentre os desafios, encontram-se a dificuldade em adquirir conhecimento científico, principalmente relacionados a treinamentos específicos, e também a precarização da atuação em alguns clubes de futebol, dificultando a execução do seu trabalho. Para atuar na preparação de goleiros, não basta apenas usar a experiência adquirida com a prática, mas sim, buscar sempre se atualizar para que haja uma evolução constante dos treinamentos e do goleiro. Outro exemplo de dificuldade encontrada por preparadores de goleiros é a de encontrar referências que possam auxiliar na estruturação de um treino eficaz e de qualidade (VOSER, GUIMARÃES E RIBEIRO, 2006).

Dessa forma, Silva (2012), salienta a necessidade constante de renovar os conhecimentos para que possam exercer melhor essa função. Assim, entende-se que a principal função de um preparador é organizar e construir metodologias de treino que possibilitem com que o atleta desempenhe sua atuação da melhor forma possível, a partir de uma rotina de treinamento. Também, faz parte do exercício da função de preparador atentar-se às especificidades que os goleiros venham a ter como: manuseio da bola com mãos e pés, ter coragem de ir de encontro a bola, estar alerta em relação às diversas situações que ocorrem durante o jogo e permanecer calmo para executar suas ações (CARLESSO, 1981). Nem sempre todos os atletas que atuam como goleiros, permanecem nesta posição. Isso se deve ao fato de que ainda há treinos repetitivos e de pouca evolução, fazendo assim, com que haja desistências de atletas que atuam no gol (SALLES *et al.*, 2009)

Se tratando de um planejamento de treinamento eficiente e que possa atender às necessidades de uma partida, é indispensável que o preparador observe fatores externos, como o ambiente, local e materiais disponíveis. Também, ele deve verificar se terá um momento reservado ou se o treino será coletivo com os demais atletas de linha. De acordo com Corrêa Júnior (2014), se o treinamento for de forma específica (isolado), é possível ter como foco exercícios voltados à técnica, tático, físico e psicológico. Nesse contexto, é essencial a execução de movimentos repetitivos, tornando possível ao preparador efetuar correções e orientações quando preciso.

Conforme citado no item 2.2, um treinamento específico se caracteriza pela elaboração de exercícios utilizando metodologias de treino voltadas para a posição

de goleiro, de acordo com o objetivo definido. Gonçalves (2006), cita algumas das capacidades físicas essenciais para o desempenho do goleiro no futebol: a flexibilidade, velocidade, força, resistência, coordenação, equilíbrio e agilidade. Dessa forma, Shin e Gomes (2011) afirmam que um treino planejado e estruturado deve levar em conta as diversidades fisiológicas dos atletas, sendo elas resistência, velocidade e coordenação. Além disso, os preparadores também devem considerar o desempenho do goleiro durante as partidas, para que, assim, possam ajustar o treinamento visando sanar as falhas durante sua atuação em campo.

Sendo assim, foi realizado um estudo de caráter exploratório com uma abordagem qualitativa, que considerou todos os aspectos citados acima, como por exemplo, técnica, tática, cognitivo e relevância do treinamento específico para goleiras. Juntamente à minha experiência empírica, realizei entrevistas para descrever e analisar as metodologias de treino utilizadas pelos treinadores de goleiras de futebol feminino.

3. MATERIAL E MÉTODO

3.1 Tipo de estudo

O estudo se caracteriza como exploratório que, de acordo com Mattar (2014) objetiva possibilitar a compreensão do problema enfrentado pelo pesquisador oferecendo maior conhecimento e informações, definindo o tema com maior precisão e ajudando a estabelecer prioridades a serem pesquisadas.

A abordagem do estudo foi a qualitativa pois, de acordo com Rodrigues e Limena (2006, p. 90), orientam que este método deve ser utilizado

(...) para investigar problemas que os procedimentos estatísticos não podem alcançar ou representar, em virtude de sua complexidade. Entre esses problemas, poderemos destacar aspectos psicológicos, opiniões, comportamentos, atitudes de indivíduos ou de grupos. Por meio da abordagem qualitativa, o pesquisador tenta descrever a complexidade de uma determinada hipótese, analisar a interação entre as variáveis e ainda interpretar os dados, fatos e teorias.

Como pretendeu-se compreender as opiniões e percepções dos entrevistados, essa é a metodologia mais adequada à proposta. Ainda dentro dessa abordagem qualitativa, é utilizado o método descritivo, já que “tem como características,

observar, registrar, analisar, descrever e correlacionar fatos ou fenômenos sem manipulá-los” (MATTOS, JÚNIOR E BLECHER. 2008, p.35).

3.2 Sujeitos Estudados

Os indivíduos estudados foram selecionados por indicações. Foram entrevistados 4 preparadores de goleiras de futebol feminino. A escolha dos sujeitos estudados se justifica pelo fácil acesso, através do telefone celular e disposição em querer participar do presente estudo. Alguns preparadores deste estudo fizeram parte do meu convívio diário de trabalho, onde pude aprender e ganhar muita experiência nesta área. De acordo com Diógenes (2009), no entanto, esse tipo de estudo tem como consequência a limitação de realizarmos afirmações e generalizações para a população.

TABELA 1: Perfil dos preparadores de goleiras
Fonte: A Autora

CARACTERÍSTICAS	PREP. 1	PREP. 2	PREP. 3	PREP. 4
SEXO	Masculino	Masculino	Masculino	Masculino
IDADE	20 anos	42 anos	28 anos	26 anos
FORMAÇÃO	Estudante de Educação Física Bacharelado - 3º semestre	Estudante de Educação Física Bacharelado - 6º semestre	Bacharel em Educação Física	Estudante de Educação Física Bacharelado - 7º semestre
TEMPO DE ATUAÇÃO	6 meses	2 anos	9 anos	7 anos

3.3 Instrumentos

Para a coleta de dados demográficos, foi utilizado um instrumento composto por questões fechadas como: idade, sexo, escolaridade, tempo de prática e quais categorias já treinou/treina atualmente. Foi elaborado um roteiro com perguntas estruturadas a partir do referencial teórico apresentado neste estudo, para que fosse possível verificar as perspectivas e conceitos de preparadores de goleiras. As

questões foram respondidas em entrevistas aplicadas a partir de cinco perguntas para os entrevistados.

As entrevistas realizadas foram a partir da metodologia semiestruturada com questões abertas e fechadas. Para Michel (2009, p. 68), a entrevista “é considerada um instrumento de excelência da investigação social, pois estabelece uma conversação face a face, de maneira metódica, proporcionando ao entrevistado, verbalmente, a informação necessária” e, sendo semiestruturada, proporciona uma liberdade ao entrevistado, explorando questões com maior amplitude (MICHEL, 2009).

Dessa forma, as perguntas foram pré-definidas a partir do problema deste estudo, buscando responder às questões estabelecidas do mesmo. Abaixo segue o quadro com as perguntas elaboradas para responder o problema deste estudo e que, a partir das respostas dos entrevistados, nortearam a discussão do mesmo.

TABELA 2: Roteiro de perguntas para Preparadores de goleiras
Fonte: A Autora

1- Quais são as metodologias de treino que você utiliza para treinar as goleiras de futebol feminino?
2- Por que você optou por estas metodologias?
3- Essas metodologias são diferenciadas por categorias ou por período competitivo?
4- O que caracteriza cada uma das metodologias que você utiliza em seus treinos com as goleiras?
5- O que você espera alcançar como resultado em cada uma delas?

3.4 Procedimentos de coleta

No primeiro momento, entrei em contato com os participantes via telefone (Whatsapp) para perguntar se teriam interesse e disponibilidade em participar do meu estudo. Contatei cinco preparadores de goleiras que prontamente se colocaram à disposição.

Os quatro preparadores são naturais da cidade e atuam em equipes de Porto Alegre, no Rio Grande do Sul. O preparador 1, atua na categoria sub15 no clube Grêmio Foot-Ball Porto Alegrense; o preparador 2, atua na categoria sub17, no mesmo clube. O preparador 3, atua na categoria adulta profissional no Sport Club Internacional; já o preparador 4, atuou por 9 anos nas categorias sub13, sub15, sub17, sub20 e profissional em diversos clubes, mas atualmente trabalha com categorias masculinas.

Com o roteiro já estruturado, passei a organizar as entrevistas com os preparadores para que déssemos início a elas. Duas entrevistas foram de forma presencial e duas entrevistas foram realizadas de forma online pela plataforma Google Meet. Antes de começar cada entrevista, foi explicado que o depoimento seria gravado apenas se o entrevistado estivesse de acordo e, após a transcrição em formato de texto, seria oferecida para que fosse lida por ele e, assim, autorizada a utilização neste estudo. Cada gravação foi realizada pelo gravador de voz do telefone celular da autora. O programa utilizado para as transcrições foi o *Amberscript*.

3.5 Procedimentos éticos

Todos os participantes assinaram o Termo de Consentimento Livre e Esclarecido, TCLE (Apêndice I). Nas entrevistas presenciais o termo foi assinado antes do início e as via internet, o termo foi enviado por e-mail e assinado através da assinatura eletrônica. O termo explica os objetivos e os métodos da pesquisa, riscos e benefícios, informando o caráter voluntário da participação e da opção de se retirar a qualquer momento da entrevista sem prejuízo algum. Foram informados, também, sobre o processo de transcrição da entrevista e de sua autorização para publicação sem fins lucrativos.

3.6 Análise do conteúdo das entrevistas

Para a análise do conteúdo das entrevistas, foi utilizada a metodologia proposta por Bardin (2011, p.48), que entende essa forma de análise como:

um conjunto de técnicas de análise das comunicações visando a obter, por procedimentos sistemáticos e objetivos de descrição do conteúdo das mensagens, indicadores (quantitativos ou não) que permitam a inferência de conhecimentos relativos às condições de produção/recepção (variáveis inferidas) destas mensagens.

Nesse sentido, com base nos dados coletados nas entrevistas, entende-se como necessária a categorização desses dados, como forma de simplificar e sumarizar conteúdos semelhantes. Ainda, para o autor, a utilização dessa técnica consiste em três fases essenciais: 1) a pré-análise, como um fase de organização, envolvendo a escolha dos documentos e formulação de hipóteses, referenciação dos índices e a elaboração dos indicadores; 2) a exploração do material, categorização ou codificação, onde são criadas as categorias e 3) o tratamento dos resultados e inferências, onde ocorre a interpretação dos resultados (BARDIN, 2011).

4. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

A partir da análise dos resultados originaram-se duas categorias, as quais foram reveladas a partir do instrumento do estudo, advindas das entrevistas com os preparadores de goleiras. As categorias criadas são:

- 1ª metodologias presentes no planejamento do treinamento de goleiras;
- 2ª concepções dos preparadores de goleiras em relação aos seus objetivos;

TABELA 3: Relação: Categoria de análise X Itens do instrumento

Fonte: A Autora

Categoria de análise	Itens do instrumento / enquadramento
1ª metodologias presentes no planejamento do treinamento de goleiras;	<ul style="list-style-type: none"> - Quais são as metodologias de treino que você utiliza para treinar as goleiras de futebol feminino? - Por que você optou por estas metodologias? - Essas metodologias são diferenciadas por categorias ou por período competitivo?
2ª concepções dos preparadores de goleiras em relação aos seus objetivos;	<ul style="list-style-type: none"> - O que caracteriza cada uma das metodologias que você utiliza em seus treinos com as goleiras? - O que você espera alcançar como resultado em cada uma delas?

A primeira categoria, relativa às “**metodologias presentes no planejamento do treinamento de goleiras**”, todos os preparadores entrevistados citaram que utilizam a metodologia analítica em seus treinamentos específicos. Também, dois dos entrevistados afirmaram que aplicam a metodologia global e somente um deles pratica a metodologia mista.

Quando questionados sobre os motivos que os levam a trabalhar essas metodologias, cada um justificou conforme a sua realidade da categoria que atua. Para a escolha da metodologia analítica, todos mencionaram a importância do aprendizado, por parte das goleiras, dos fundamentos técnicos. Nesse sentido, entendem que a forma mais eficaz de aprendizado é iniciando com técnicas básicas da posição como: pegada, encaixe, cama e queda.

PREPARADOR 2. “Futebol feminino ele é diferente, né? As meninas geralmente começam mais tarde a jogar em casa pra ter o contato com a bola mais tarde, em relação aos meninos, então eu procuro começar do zero com elas. Faço um trabalho bem, bem técnico, bem coordenativo, trabalhei com posicionadores do chão, com... trabalhei com aquela escadinha. Uso bastante a parte dos pés também e faço trabalho bastante de pegada, entrada, encaixe, bem técnico, bem coordenativo pra depois, com o tempo, ir soltando uma queda rasteira, uma queda alta ou alguma coisa diferente, né? Eu tenho costume de dizer que futebol já foi inventado, então quanto menos é mais, entendeu? Quanto menos a gente inventar, mais elas vão aprender, mais elas vão acabar progredindo na modalidade.”

PREPARADOR 1. “Até por trabalhar com a sub15, como ainda é iniciação no futebol feminino, é a idade que elas recém estão entrando para uma equipe competitiva, como...como a gente tem aqui na sub15 da seleção, eu acabo focando um pouquinho mais também nos trabalhos analíticos.”

Conforme falado pelos entrevistados, o método analítico tem como característica ser realizado por partes, trabalhando os movimentos de forma estática. Essa afirmação pode ser corroborada por Corrêa, Silva e Paroli (2004), que entendem que esse método contempla o processo de ensino-aprendizagem de habilidades motoras realizado em etapas, com exercícios que destacam gestos e

técnicas. Assim como Filgueiras (2014), que traz que essa metodologia faz com que o atleta realize movimentos em repetição para chegar à perfeição da técnica.

Entretanto, a partir dessa metodologia, surgem as limitações dela: é possível que o atleta não consiga transferir esse conhecimento para situações de jogo, devido ao fato de que a metodologia analítica trabalha de forma isolada (COSTA E NASCIMENTO, 2004). Por isso, alguns dos entrevistados também aplicam outra(s) metodologia(s) em seus treinos, como a global, situacional ou a mista.

Para a escolha da metodologia global, os entrevistados que a utilizam, entendem que sua importância se faz necessária em momentos de treinos intensos mas, ainda assim, voltados à técnica e às situações de jogo. Já, para a escolha da metodologia mista, o preparador entende que a goleira pode vir a possuir um leque maior de opções de atuação.

PREPARADOR 1. “Eu procuro utilizar um método mais global, que englobe tudo, todas as situações que elas podem presenciar num jogo de futebol. [...] eu acho que a Global vai conseguir dar mais situações e acho que nessa idade [sub15] elas tem que vivenciar o máximo de um pouquinho de cada coisa, pra poder se... se...pra poder vivenciar e poder ter o aprendizado de tudo.”

PREPARADOR 3. “A metodologia de treino que utilizo, eu trabalho da forma mista, tá? Levando muito em consideração a Escola Brasileira de Goleiros e Goleiras, que é um pouco mais técnica. Então, a maior parte do treino de futebol feminino eu faço o técnico, mas eu também integro trabalhos direcionados para aquilo que o técnico quer. O técnico trabalha determinadas táticas de jogo, então eu já insiro isso no contexto do trabalho. [...] Então, a gente traz essa parte um pouco mais de...além da parte técnica, mas também trabalho um pouco mais... como é que eu vou te dizer? Mais situacional, com a questão do jogo, com a questão daquilo que o técnico tá fazendo com a equipe. A gente trabalha integrado com ele. [...] hoje a demanda do futebol requer ela trabalhar por diversas situações e essas situações eu consigo trabalhar como misto, né, utilizando analítico técnico, mas também para situações de jogo e outras valências importantes pro desenvolvimento da goleira.”

Conforme entrevista acima, os preparadores entendem que se faz necessário a aplicação da metodologia global para que possam abranger mais situações de jogo e, assim, a goleira possa estar mais preparada. Essa afirmação vai de encontro ao estudo de Santana (2001), que diz que essa metodologia desenvolve e proporciona uma aprendizagem a partir do próprio jogo. Dessa forma, é possível aprender na prática com situações que se aproximem de uma partida formal, através de regras adaptadas que facilitem a assimilação até que não seja mais necessária essa adaptação.

Quando uma menina decide virar goleira de futebol, ela precisa conhecer e aprender as técnicas. Os movimentos de uma goleira, para quem não conhece, parecem ser simples de se executar, mas, na verdade, não são. A goleira que está iniciando e ainda não tem os conhecimentos necessários, tem uma alta possibilidade de lesionar-se, fazendo, assim, com que haja uma alta desistência de se manter nessa posição. Para que a atleta aprenda a executar as técnicas e os fundamentos corretamente, a metodologia analítica é a mais indicada porque ela é menos dinâmica que as outras, ou seja, a aprendizagem ocorre sem um envolvimento de situações de jogo. Greco e Benda (1998), validam essa afirmação, pois declara que utilizando essa metodologia o atleta tem uma maior oportunidade de conhecer os fundamentos técnicos antes de um jogo formal. Assim, gradativamente aumenta sua compreensão dos movimentos e técnicas, e facilita sua aplicação e desenvolvimento durante uma partida.

Quando questionados se ocorre diferenciação por categoria ou por período competitivo em relação à escolha das metodologias utilizadas nos treinamentos, um preparador entende que é necessária a diferenciação apenas por categoria, o que não acontece durante o período competitivo. Dois dos preparadores afirmam que, em seus treinos, há diferenciação tanto por categoria, quanto por período competitivo, enquanto o outro preparador entende que a diferenciação se torna fundamental durante períodos competitivos, por trabalhar, atualmente, na categoria profissional, pois quando trabalhava nas categorias de base ocorria diferenciação também por categoria.

PREPARADOR 4. *“Por categoria. [...] Ao meu ver não porque tem categoria que joga o campeonato e tem categoria que vai jogar só amistoso. Então vamos pegar uma sub 9, sub 11 não,*

não jogaria tanto agora na sub13 até a sub20, chegando a um profissional teria mais a parte de questão, digo global, né?”

PREPARADOR 1. *“Como eu já tinha falado um pouquinho antes, procuro usar um método global que... que tenha um pouquinho de cada coisa, pras meninas da sub15 por ser ainda iniciação, mas por período de competição também.”*

PREPARADOR 2. *“Eu diferenciaria por categoria, né? Diferencia por categoria. Modelo mais analítico seria mais pras meninas que estão iniciando, né? Fabinho, ele falou da categoria sub15. A gente, ele usa mais o método global na 17, eu uso o global também, como ele falou, pra vivenciar um pouco de cada... pras gurias vivenciarem um pouco de cada momento do jogo, né? Um pouco de bola alta, uma bola rasteira, uma bola diagonal, um trabalho com os pés, uma reposição, uma saída. Agora, nas categorias iniciantes de escola que estão começando, eu acho que tem que ser o analítico, para as gurias começarem na de baixo até irem progredindo com o tempo. [...] O período competitivo interfere, interfere bastante. Assim a gente está até aqui na 17 a gente está pré gauchão, então quanto mais treinos próximos ao jogo a gente tem feito, né?”*

PREPARADOR 3. *“Sim, o ano passado eu trabalhava na base né? E era auxiliar no profissional, então eu a designava de acordo com a categoria. Então eu dividia, né? E eu hoje mais na questão do profissional, é questão de calendário, então, dependendo da competição. Um exemplo agora, bastante aprofundando a análise das equipes da Libertadores da América, que é a competição que a gente vai jogar. E daí eu to fazendo a análise de como funciona, como as equipes montam as suas estratégias pra gente conseguir competir com elas, né? É a característica do campeonato. Da pra ver, assim, o estilo sul americano bem forte em algumas situações.”*

A segunda categoria, é referente às **“concepções dos preparadores de goleiras em relação aos seus objetivos”**. Ao serem questionados sobre o que caracteriza cada uma das metodologias utilizadas nos treinos, três preparadores caracterizam o treino analítico como uma metodologia mais voltada à técnica e fundamentos, se tornando um treino voltado ao aperfeiçoamento a partir de repetições. Dentre estes, um deles cita que a metodologia global, é caracterizada

pela intensidade e, o outro preparador, declara que a variabilidade de situações é o que caracteriza a metodologia mista, utilizada em seus treinos.

PREPARADOR 1. *“o treino analítico eu procuro caracterizar ele por ser um treino com mais repetições e que seja, que é o que eu acredito que acaba na parte técnica, diferenciando muito são as repetições. Quanto mais elas fizerem nessa idade, mais elas vão conseguir decorar ou aperfeiçoar o seu gesto evoluindo.”*

PREPARADOR 2. *“o treino analítico caracteriza por uma parte mais técnica, mais técnica, mais de correção. O global já é mais de intensidade, mais troca de direção, mais queda, levanta, queda, levanta, entendeu? Essa é a diferenciação dos trabalhos.”*

PREPARADOR 3. *“Caracteriza a variabilidade de situações, principalmente situações de jogo. Então, não é sempre a mesma coisa que a gente trabalha, né? Então, por exemplo, faz um microciclo com uma certa situação. Um exemplo agora da Libertadores a gente utiliza cruzamento, só que esse cruzamento a gente foca mais em cruzamentos da Libertadores, que nem ter o cut back que utiliza bastante, né? Que é aquela jogada do tapa do passe pra trás na marca do pênalti para finalizar. Então a gente dá a prioridade a isso, seria uma situação só, né? Mas tem outras aí também que a gente pode focar. E o que caracteriza então é essa variabilidade. Se a gente não se apega tanto a uma só, a um só tipo de treino, né? É mais ou menos dessa forma.”*

Em relação a questão das expectativas de resultados esperados utilizando cada uma das metodologias citadas, todos os quatro entrevistados entendem que o ponto principal é o desenvolvimento profissional das goleiras. Um deles busca com que as atletas também obtenham a realização pessoal, com diversas vivências e, assim, evoluam nas suas carreiras. Dois dos preparadores citam também como objetivo, o aperfeiçoamento da técnica, um deles faz essa menção por trabalhar com categorias menores, o que exige o aprendizado e evolução técnica como prioridade.

PREPARADOR 1. *“procuro, óbvio, que elas tenham essa, essa parte da realização pessoal delas, de se tornarem jogadoras*

profissionais, que é o que cada uma delas tem como foco. Mas, já pensando na categoria sub15, que é onde eu trabalho, eu procuro que elas vivenciem um todo, como é o futebol, que elas tenham esse aprendizado pra daí depois, pro ano seguinte elas passarem pra uma outra categoria já um pouquinho mais, mais prontas.”

PREPARADOR 2. *“A gente busca que é que as meninas alcancem, não digo a perfeição porque a perfeição ninguém atinge a perfeição, né? Mas que elas estejam aptas a fazer o que elas gostam, que quer jogar futebol, estejam aptas a um dia a defender a 20 do Grêmio [...] A gente procura fazer de tudo para que elas alcancem esse objetivo, né? Então, pra mim, esse é o maior objetivo, fazer com que elas consigam alcançar os objetivos delas, que é jogar futebol.”*

PREPARADOR 3. *“Bom, o desenvolvimento das atletas. Isso eu acho que é o principal. Então, se a atleta sai melhor, por exemplo, na questão técnica, o objetivo foi alcançado. Se ela melhora a sua leitura de jogo, a sua tomada de decisão dentro de uma situação específica, esse objetivo também é alcançado.”*

PREPARADOR 4. *“A analítica, o aperfeiçoamento da técnica. [...] Então, eu sou uma pessoa que, principalmente as categorias menores no feminino, eu fico em cima da parte analítica.”*

Assim como os entrevistados abordam a questão da importância da técnica, Matta e Greco (1996) também afirmam que os preparadores devem priorizar as variações das técnicas, objetivando obter um repertório vasto de padrões motores. Um goleiro, quando realiza ações defensivas durante um jogo, busca a aplicação mais eficaz de todo o seu treinamento, e a base para isto é o aperfeiçoamento das técnicas aprendidas.

Nesse contexto, no momento em que uma atleta decide se tornar uma goleira, além de aprender as técnicas, se faz necessário que ela tenha a capacidade de enfrentar outros obstáculos como: falhas, treinos esgotantes, torcida contra, a solidão por permanecer em uma região do campo isolada das outras jogadoras e ter controle psicológico. Por isso, entende-se como fundamental o papel do preparador de goleiras, pois esse profissional é responsável por observar e trabalhar esses pontos com suas atletas, desta forma, quando houver um jogo formal, esses

aspectos não serão um empecilho para o sucesso de sua atuação, fazendo, assim, com que a equipe também alcance o resultado positivo (ROSSI et al, 2018).

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Este estudo buscou descrever e analisar as metodologias de treino utilizadas pelos treinadores de goleiras de futebol feminino. A partir da pesquisa realizada através de entrevistas com preparadores de goleiras, é possível identificar uma predominância de opiniões em relação a utilização do treinamento analítico, visto que, o consideram importante para a evolução de uma goleira. Também, metade dos entrevistados afirma utilizar a metodologia global e apenas um deles utiliza a mista. Em relação se há diferenciação de planejamento de treinos por categoria ou período competitivo, um preparador entende que é necessária a diferenciação apenas por categoria; dois deles afirmam que há diferenciação tanto por categoria, quanto por período competitivo, enquanto o outro preparador entende que a diferenciação se torna fundamental durante períodos competitivos. Nesse sentido, é perceptível que há uma concordância parcial entre os entrevistados em relação às metodologias adotadas nos períodos competitivos e categorias.

Quanto às características das metodologias utilizadas nos treinos, três preparadores caracterizam o treino analítico como uma metodologia mais voltada à técnica e fundamentos; um deles menciona que a metodologia global, é caracterizada pela intensidade e, o outro preparador, afirma que a variabilidade de situações é o que caracteriza a metodologia mista. Nesse contexto, entende-se que todos os entrevistados estão de acordo com a literatura, pois os autores reiteram a importância da técnica. Ainda, citam que os preparadores devem priorizar as variações das técnicas, objetivando obter um repertório vasto de padrões motores.

Observamos que os entrevistados têm pontos de vista divergentes entre eles, se tratando de metodologias utilizadas nos treinos durante períodos competitivos e categorias. Estas divergências enriquecem o estudo, pois dependendo do contexto e das características das atletas (como idade, por exemplo), podem ser adotadas diferentes metodologias de treinamento.

Por ser um estudo exploratório, de natureza qualitativa, mostra limitações em sua generalização dos resultados. Por esse motivo, sugerimos o desenvolvimento de estudos com amostragens maiores e com outras metodologias de pesquisa,

incluindo outras variáveis, como a perspectiva das goleiras. Assim, a contribuição para qualificar os preparadores é ampliada, pois aumenta a gama de conhecimento para a elaboração de treinos específicos e, conseqüentemente, na evolução das atletas desta posição. Este estudo se faz importante para ajudar a qualificar os treinamentos de goleiras no futebol feminino. Assim, é necessário que haja mais estudos que ajudem a entender quais metodologias são utilizadas pelos preparadores de goleiras em seus treinamentos, visando contribuir com um planejamento mais eficaz para um melhor desempenho das goleiras de futebol.

Por fim, ao refletir sobre os resultados deste estudo, alinhando à minha trajetória como goleira, onde tive a oportunidade de aprender com alguns preparadores, posso afirmar que a importância de conhecer diferentes metodologias de preparação de goleiras de futebol, permitiu que eu me tornasse uma atleta mais completa, com técnicas aprimoradas e fizesse com que minha atuação durante o meu período como goleira se tornasse mais eficaz. E, desta forma, saliento que um preparador qualificado e atualizado é de extrema importância, tanto na formação quanto na evolução de uma atleta. Esse profissional deve sempre buscar novas tendências metodológicas e tecnológicas, que o possibilite expandir seu conhecimento e compreensão referente ao trabalho com a preparação de goleiras de futebol feminino.

REFERÊNCIAS

ARMBRUST, M.; SILVA, A. L. A.; NAVARRO, A. C. **Comparação entre método global e método parcial na modalidade futsal com relação ao fundamento passe. Revista Brasileira de Futsal e Futebol.** São Paulo. Vol. 2. Num.5. 2010. p. 77-81. Disponível em: <http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/47/47>. Acesso em: 20 ago 2023.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo.** São Paulo: Edições 70, 2011.

BRUM, L. A. G. S. **Preparação de goleiros: Formação de goleiros longo prazo.** Disponível em: <https://portalidea.com.br/cursos/treinador-de-goleiro-apostila03.pdf> Acesso em: 20 ago 2023.

CARLESSO, R. A. **Manual do Treinamento do Goleiro.** Rio de Janeiro: Editora Palestra, 1981.

CASARIN, R. V. **Treinamento, desempenho e formação do goleiro atual**. São Paulo, 2017.

CASTILHO, A. C. L. **Análise da realização do treinamento específico para goleiros em três escolas de futebol de Sinop-MT**. TCC (Graduação) - Cursos de Educação Física. Faculdade de Sinop - FASIPE. 2018.

CORRÊA JÚNIOR, F. P. **Elaboração do treinamento de goleiro em seu ambiente particular e específico**. 2014. Disponível em: <https://universidadedofutebol.com.br/elaboracao-do-treinamento-de-goleiro-em-seu-ambiente-particular-e-especifico>. Acesso em: 20 ago 2023.

CORRÊA, U. C.; SILVA, A. S.; PAROLI, R. **Efeitos de diferentes métodos de ensino na aprendizagem do futebol de salão**. Motriz. Vol. 10. Núm. 2004. p.79-88.

COSTA, I. T.; GARGANTA, J.; GRECO, P.J.; COSTA, V. Estrutura Temporal e Métodos de Ensino em Jogos Desportivos Coletivos. **Revista Palestra**, online, v. 10, p. 26-33, 2010.

COSTA, L. C. A.; NASCIMENTO, J. V. O ensino da técnica e da tática: novas abordagens metodológicas. **Revista da Educação Física UEM**. Maringá, v.15, n.2, p.49-56. 2004.

CRIZEL, D.R.S.; LIBERALI, R.; NAVARRO, F. Características metodológicas dos preparadores de goleiros das equipes participantes da Copa Federação Gaúcha de Futebol 2011/2. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**. São Paulo. Vol. 11. Núm. 4. p. 3-10. 2012.

DARIDO, S. C. **Futebol feminino no Brasil: do seu início à prática pedagógica**. Motriz, Rio Claro, v. 8, n. 2, p. 6-15, 2002.

DE SOUZA, I. S.; VICENTINI, L.; MORBI, M. R. ; MARQUES, R. F. R. **O efeito da idade relativa sobre a formação de goleiros de futebol no Brasil: cenários das elites masculina e feminina**. Journal of Physical Education, v. 31, n. 1, 2020.

DIÓGENES, E. **Como definir uma amostra numa pesquisa científica: uma contribuição para elaboração de monografias, dissertações e teses**. Maceió: EDUFAL, 2009.

DOMINGUES, A. **Goleiro 100 Segredos**. 20ª ed. Curitiba: Verbo. 1997.

FIGUEIREDO, A. S. **Métodos de treinamento de goleiros de futebol na categoria infantil em clubes profissionais do Vale dos Sinos**. 2010. (Trabalho de conclusão de curso) - FEEVALE. Novo Hamburgo.

FILGUEIRAS, L. F. A. S. **Comparação entre a metodologia de abordagem sistêmica e a metodologia tecnicista: razões para promover o processo de ensino aprendizagem dos jecs através de jogos**. Revista Brasileira de Futsal e Futebol, Edição Especial: Pedagogia do Esporte, São Paulo. Vol. 6. Núm. 22. 2014. p.317-321.

FILHO, M. H.V. A preferência de metodologia de treinamento e postura profissional dos atletas de futebol de campo da equipe união atlética guarulhense-sp, categoria sub 13 masculino. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, Edição Especial: Pedagogia do Esporte, São Paulo. Vol. 5. Núm.18. 2013. p.291-296. Disponível em: <http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/193/199>. Acesso em: 27 ago. 2023.

GALLO, C. R.; ZAMAI, C. A.; VENDITE, L.; LIBARDI, C. A. **Análise das ações defensivas e ofensivas, e perfil metabólico da atividade do goleiro de futebol profissional**. Conexões, vol. 8. n. 1. p. 16-37. 2010.

GONÇALVES, G. A.; NOGUEIRA, R. M. O. **O treinamento específico para goleiros de futebol: uma proposta de macrociclo**. EVS – Estudos vida e saúde, Goiás, v. 33, n. 4, 2006. Disponível em: <http://seer.pucgoias.edu.br/index.php/estudos/article/view/136/102>. Acesso em: 27 ago. 2023.

GRECO, P.J.; BENDA, R. N. (Org.) **Iniciação Esportiva Universal: da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Belo Horizonte: UFMG. V. 1, p. 230, 1998.

KLEIN, R. R.. **Metodologia de Ensino na Formação Esportiva na Escola**. 30f. (Especialização) Santa Maria: Universidade Federal de Santa Maria – UFSM, 2016.

LEAL, J. C. **Futebol arte e ofício: histórico, sistemas, táticas, técnicas e planejamentos**. Rio de Janeiro: Sprint, 2000.

LINHARES, J. H. **Análise descritiva das características das sessões de treinamento de futebol nas categorias sub-15 de clubes de Curitiba**. 2017. Trabalho de Conclusão de Curso. Universidade Tecnológica Federal do Paraná.

MAIER, S. **Aprenda com o maior goleiro do mundo**. Rio de Janeiro: Tecnoprint, 1981.

MATTA, M.O.; GRECO, P. J. **O processo de ensino-aprendizagem-treinamento da técnica esportiva aplicada ao futebol**. Revista Mineira de Educação Física, v. 4, n.2, p.34-50, 1996.

MATTOS, M. G., JÚNIOR A. J R., BLECHER S. **Metodologia da pesquisa em Educação Física: Construindo sua monografia, artigos e projetos**. 3. Ed. rev. E ampl. – São Paulo: Phorte, 2008.

MICHEL, M. H. **Metodologia e pesquisa científica em Ciências Sociais**. São Paulo: Atlas, 2009.

MOINO, G.S. Análise tática da exigência de situações de jogo para goleiros jovens. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**. Vol. 3. Núm. 8. 2011. p.127-141. Disponível em: <http://www.rbff.com.br/index.php/rbff/article/view/106/102> Acesso em: 31 ago. 2023.

PERFEITO, P. J. C. **Metodologia de Treinamento no Futebol e Futsal: Discussão da Tomada de Decisão na Iniciação Esportiva**. Dissertação de Mestrado. Universidade de Brasília. 2009. 123p.

PINHO, S. T.; ALVES, D.M.; GRECO, P.J.; SCHILD, J.F.G. Método situacional e sua influência no conhecimento tático processual de escolares. **Motriz: Revista de Educação Física**, Rio Claro. v. 16, n. 3, p. 580-590, jul./set. 2010.

QUINTÃO, R.C. CUSTÓDIO, I.J.O. ALVES, A.L. CLAUDINO, J.G. Quantificação e comparação da carga externa de diferentes conteúdos de treinamento específicos do futebol em relação ao jogo, utilizando um GPS com acelerômetro. **Revista Brasileira de Futebol**. Vol. 6. Núm. 1. 2013. p.3-12.

RODRIGUES, M. L.; LIMENA, M. M. (Org.). **Metodologias multidimensionais em Ciências Humanas**. Brasília: Liber-Livro Editora, 2006. v. 1.

Romero, E. A educação física a serviço da ideologia sexista. **Revista Brasileira de Ciências do Esporte**. 15, 3. 1994.

ROSSI, W. R.; FAGUNDES, J. L. P.; SANTOS, L. S.; OZAKI, G. A. T.; ZANUTO, E. A. C.; CASTOLDI, R. C.; FILHO, J. C. S. C. **A IMPORTÂNCIA DO GOLEIRO E SUA PARTICIPAÇÃO TÁTICA COM A BOLA NOS PÉS**. Colloquium Vitae. ISSN: 1984-6436, [S. l.], v. 10, n. 2, p. 47–53, 2018. Disponível em: <https://journal.unoeste.br/index.php/cv/article/view/2795>. Acesso em: 31 ago. 2023.

RUTYNA, F. Z.; PUTRIQUE, L. A.; PASTRE, T. G. **Treinamento de tempo de reação para goleiros de futebol de alto rendimento**. Anais do Evinci - Unibrasil, Curitiba, v. 5, n. 1, p. 260-260, out. 2019. Disponível em: <https://portaldeperiodicos.unibrasil.com.br/index.php/anaisvinci/article/view/4582>. Acesso em: 27 ago. 2023.

SALES, W.V.S; GUIMARÃES, M. B.; PAOLI, P. B. Metodologias de treinamento técnico no futebol: concepções, contextos de aplicabilidade e percepções de treinadores quanto ao sequenciamento ideal. **Revista Brasileira de Futebol (The Brazilian Journal of Soccer Science)**, v. 7, n. 2, p. 21-33, 2015.

SALLES, J. G. C.; SILVA, A.B.R; JANCER, H. F.; GONÇALVES, C.R.; SILVA, C.E. **O goleiro de handebol – da iniciação ao treinamento – o que se tem feito?**. Minas Gerais: Coleção Pesquisa em Educação Física - Vol.8, n. 1, 2009.

SANTANA, W. C. **Futsal Metodologia da Participação**. 2ª edição. Londrina. Lido. 2001.

SHIN, J.; GOMES, S. B. da S. **Diferentes posições do futebol de campo e a especificidade da preparação física**. 2011. TCC (Graduação) - Curso de Educação Física, Pontifícia Universidade Católica do Rio Grande do Sul. Porto Alegre, 2011.

SILVA, S. C. Investigação no uso do método analítico e global e sua contribuição para o ensino-aprendizagem do futebol e futsal. **RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, v. 10, n. 39, p. 399-410, 2018.

SILVA, D. R. C.; LIBERALI, R.; NAVARRO, F. Características metodológicas dos preparadores de goleiros das equipes participantes da Copa Federação Gaúcha de Futebol 2011/2. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, São Paulo, v.4, n.11, 2012.

SIMÕES, E. Perfil profissional dos preparadores de goleiros dos clubes participantes da série A2 do Campeonato Paulista de 2014 e os métodos de treinamento mais utilizados, em relação às novas tendências de preparação de goleiros. **Revista Brasileira de Futsal e Futebol**, Ed. Suplementar 1, São Paulo, v.7, n.24, p.195-206. 2015.

SOUZA JR., O. **A implementação de uma proposta de futebol feminino para a Educação Física escolar**. Monografia de Conclusão de Curso de Graduação, Universidade Estadual Paulista, Rio Claro, 1991.

TEIXEIRA, F. L. S.; CAMINHA, I. O. **Preconceito no futebol feminino brasileiro: uma revisão sistemática**. Movimento, v. 19, n. 1, p. 265-287, 2013.

TENROLLER, C. A. **Handebol – Teoria e prática**. Rio de Janeiro: Sprint. 2004.

UNISPORT BRASIL, **Preparador de goleiros: o que é e como se tornar um fera no esporte?, 2017**. Disponível em <https://blog.unisportbrasil.com.br/preparador-de-goleiros-o-que-e-e-como-se-tornar-um-fera-no-esporte/>. Acesso em: 27 ago. 2023.

VIANA, A.R. **Treinamento do Goleiro de Futebol**. Minas Gerais: Gav, 1995.

VOSER, R. C.; GUIMARÃES, M. G. V.; RIBEIRO, E. R. **Futebol: história, técnica e treino de goleiro**. Porto Alegre. Editora Universitária da PUCRS, 2006.

APÊNDICE I – Termo de Consentimento Livre e Esclarecido

TERMO DE CONSENTIMENTO LIVRE E ESCLARECIDO

Você está sendo convidado(a) para participar, como voluntário(a), em uma pesquisa. Após ser esclarecido(a) sobre objetivos, procedimentos, instrumento de coleta, riscos e benefícios, descritas abaixo, ao concordar em fazer parte do estudo assine o termo em duas vias, uma ficará com você e outra com o pesquisador. Em caso de recusa, você não será penalizado(a) de forma alguma.

INFORMAÇÕES SOBRE A PESQUISA:

Título do Projeto: **“METODOLOGIAS DE TREINOS UTILIZADAS POR PREPARADORES DE GOLEIRAS DE FUTEBOL FEMININO”**

Pesquisador Responsável: Marcelo Francisco da Silva Cardoso

Instituição a que pertence o Pesquisador Responsável: UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL. Telefones para contato: (51)3308-5887; (51) 998280206; e-mail: marcelocardoso.esef@gmail.com

Entrevistadora: Thayná Lima Fagundes

Instituição que pertence a aluna: UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL – ESEFID/UFRGS. Telefones para contato: (51) 998180392; e-mail: negajam14@gmail.com

Objetivo do estudo: Descrever e analisar as metodologias de treino utilizadas pelos treinadores de goleiras de futebol feminino.

Instrumento: Entrevista semiestruturada, com questões abertas e fechadas (5 questões) que abordam metodologias de treinos utilizadas por preparadores de goleiras de futebol feminino, sobre conteúdos, métodos de treino, competências e habilidades exigidas para desempenhar essa função na modalidade esportiva.

Procedimentos: será feito um contato prévio para entrega do TCLE e um agendamento, definindo data, local e horário para realização da entrevista. Sua participação nesta pesquisa consistirá em responder as perguntas de uma entrevista, que terá a duração entre 10 min. e 20 min. Sua participação é voluntária, isto é, a qualquer momento você pode recusar-se a responder qualquer pergunta ou desistir de participar e retirar seu consentimento. Sua recusa não trará nenhum prejuízo em sua relação com a responsável da entrevista ou com a instituição que você atua. O texto transcrito de sua entrevista será encaminhado para sua aprovação antes de ser analisado.

Riscos: em relação aos eventuais riscos que podem acontecer em sua participação na pesquisa são relacionados ao conteúdo das perguntas na entrevista, que podem causar constrangimentos, desconforto emocional e psicológico. Por isso, adotamos estratégias na sua minimização ou extinção, como: as questões não são de caráter invasivo ou de intimidade do treinador/atleta não são avaliativas ou de julgamento do seu comportamento, o conteúdo já foi avaliado por especialistas da área quanto sua clareza, adequação e pertinência. A aplicação será individual, os pesquisadores estarão à disposição para esclarecimentos sobre o conteúdo das perguntas na entrevista. Não haverá pressões ou discriminações, no preenchimento do

questionário e de suas respostas, que possam causar intimidações, constrangimentos, medo, ansiedade ou receio.

Benefícios: os benefícios de sua participação na pesquisa são indiretos, possibilitam a descrição e análise das metodologias de treinos utilizadas por preparadores de goleiras de futebol feminino. Os resultados do estudo servirão para os preparadores e treinadores adequarem melhor seus planejamentos e estratégias para o desenvolvimento de competências e habilidades das goleiras. Os dados serão tratados de forma geral, resguardando o anonimato do entrevistado na pesquisa. Todos os treinadores que participaram do estudo serão informados dos resultados e terão acesso ao relatório final no portal Lume/UFRGS <https://www.lume.ufrgs.br/handle/10183/40514>

CONSENTIMENTO DA PARTICIPAÇÃO DA PESSOA COMO SUJEITO

Eu, _____, a
abaixo assinado, concordo em participar do estudo sobre “**Metodologias De Treinos Utilizadas Por Preparadores De Goleiras De Futebol Feminino**”. Fui devidamente informado e esclarecido pelo pesquisador sobre os objetivos, procedimentos da pesquisa, assim como os possíveis riscos e benefícios decorrentes de minha participação. Foi garantido que posso retirar meu consentimento a qualquer momento, sem que isso leve a qualquer penalidade.

Local e data _____ de _____ de 2023.

Assinatura do participante

Assinatura do responsável