

UNIVERSIDADE FEDERAL DO RIO GRANDE DO SUL
ESCOLA DE EDUCAÇÃO FÍSICA
EDUCAÇÃO FÍSICA - BACHARELADO

Luís Éverton Mateus Lara

**COBRANÇAS DE PÊNALTIS:
A INFLUÊNCIA DE UM TREINAMENTO SISTEMÁTICO NO AUMENTO DO
NÚMERO DE CONVERSÕES DAS PENALIDADES.**

Porto alegre
2º Semestre - 2011

Luís Éverton Mateus Lara

**COBRANÇAS DE PÊNALTIS:
A INFLUÊNCIA DE UM TREINAMENTO SISTEMÁTICO NO AUMENTO DO
NÚMERO DE CONVERSÕES DAS PENALIDADES.**

Trabalho de Conclusão apresentado à Comissão de Graduação do Curso de Educação Física – Bacharelado da Escola de Educação Física da Universidade Federal do Rio Grande do Sul, como requisito parcial e obrigatório para obtenção do título Bacharelado em Educação Física.

**Orientador:
Prof. Dr. Alberto de Oliveira Monteiro**

Porto Alegre
2º Semestre - 2011

AGRADECIMENTOS

Aos meus amados pais, Luiz Antônio e Alvanir, exemplos de vida, pelas enormes contribuições na minha formação educacional e moral. Suas lições e conselhos, acompanhadas de todo o suporte e amor, vocês são essenciais na minha vida!!!

Aos meus irmãos Kátia, Janaína e Jadson que estão do meu lado desde sempre e que contribuíram para minha formação como ser humano me ensinando os valores da amizade e fraternidade.

À minha super namorada Carina, sempre dedicada, carinhosa, companheira e prestativa, me auxiliando e apoiando nos momentos mais difíceis durante essa caminhada.

Ao meu amigo e orientador de TCC Professor Alberto, exemplo de professor, organizado, líder, humilde e compreensivo. Um grande exemplo de sucesso na vida!!! Uma referência na área esportiva!!!

Ao Professor Marcelo Cardoso pela essencial ajuda nos cálculos estatísticos.

Aos meus colegas e professores que me ajudaram durante esses quatro anos.

As instituições onde realizei estágios, me proporcionando uma grande experiência técnica e teórica, para minha construção em um Professor de Educação Física.

A disponibilidade, atenção e suporte das instituições e dos voluntários onde realizei esse trabalho de conclusão, sem a ajuda de vocês dificilmente essa pesquisa seria possível!!!

À UFRGS e a ESEF pela oportunidade de usufruir de uma formação pública e de qualidade.

À todos os meus professores, que desde o início da minha formação educacional sempre me orientaram de maneira justa, correta e humana, me ajudando a se tornar um ser humano melhor.

E acima de tudo a Deus, sem sua proteção nada disso teria acontecido!!!!

*Lutam melhor os que têm belos sonhos.
(Ernesto "Che" Guevara)*

RESUMO

Este estudo de caráter quantitativo teve como objetivo investigar a influência de um treinamento sistemático de cobranças de pênaltis no aumento do número de conversões da mesma. Esse trabalho foi realizado em duas instituições, uma privada de iniciação ao Futebol e uma pública, escola estadual de Ensino Fundamental e Médio, ambas localizadas na cidade de Porto Alegre/RS. A literatura consultada está apoiada nos estudos de Álex Sans Torreles, César Frattarola Alcaraz, Suzy Fleury, Elio Carraveta, Edgard Morya, Ronald Ranvaud e Nelson Myamoto. A intenção do estudo é a de avaliar qual é a influência do treinamento sistemático e específico de pênaltis, no número de acertos (gols) na execução de penalidades máximas. Foram utilizados 19 meninos entre 10 e 13 anos divididos em três grupos (seis componentes em cada subgrupo), um de controle (não realizou o treinamento de cobranças de pênaltis), um experimental (realizou o treinamento de cobranças de pênaltis) e um terceiro escolar (atividades variadas de vôlei, basquete e futebol) que se encontra fora do contexto do treinamento sistemático (cobranças de pênaltis). O treinamento para o grupo experimental foi realizado durante um trimestre (12 sessões), sendo coletadas duas avaliações de todos os componentes do estudo: uma no início do trimestre e outra no fim do trimestre. Os resultados encontrados mostraram que apesar de uma melhora no percentual de eficácia das execuções de penalidades no grupo experimental e uma queda de desempenho do grupo controle, estatisticamente foi encontrada uma baixa relevância. A pesquisa concluiu que o treinamento sistemático de cobranças de penalidades não foi significativamente decisivo para melhorar a eficácia no momento das execuções. Sendo assim, sugere-se um estudo com maior tempo de pesquisa ou com maiores participantes na amostra.

Palavras-chave: Influência. Treinamento sistemático. Conversões das penalidades. Eficácia.

SUMÁRIO

1. INTRODUÇÃO	7
2. REVISÃO LITERÁRIA	9
2.1. HISTÓRIA DO FUTEBOL	9
2.2. FUTEBOL NA INGLATERRA	10
2.3. SUA CHEGADA AO BRASIL	11
2.4. FUTEBOL E SUA POPULARIDADE	11
2.5. O QUE É O PÊNALTI?	13
2.6. A CIÊNCIA E O PÊNALTI	14
2.7. EXISTE O PÊNALTI PERFEITO?	14
2.8. FUTEBOL, PENALIDADES E PSICOLOGIA	15
3. METODOLOGIA	17
3.1. TIPO DE PESQUISA	17
3.2. PROBLEMA DA PESQUISA	17
3.2. OBJETIVOS	17
3.3. SUJEITOS DO ESTUDO	17
3.4. PROCEDIMENTOS E COLETA DE DADOS	17
3.5. TREINAMENTO ESPECÍFICO	18
3.6. O GOLEIRO	18
3.7. ANÁLISE ESTATÍSTICA	19
4. RESULTADOS	20
5. CONCLUSÃO	33
6. CRONOGRAMA	34
7. ORÇAMENTO	35
REFERÊNCIAS	36

1. INTRODUÇÃO

O Futebol é o esporte mais popular do mundo e o mais praticado no Brasil. Vários são os brasileiros que logo nos primeiros anos de vida já apresentam uma paixão e preferência incondicional por esse esporte. Assim como muitos brasileiros, desde muito jovem, despertei um sentimento de paixão pelo Futebol, fato que contribuiu muito para o meu ingresso na Escola de Educação Física da UFRGS. Durante os anos, fui procurando compreender todos os componentes que permeiam o Futebol, como a paixão, a alegria, o treinamento, a política, o dinheiro, a corrupção, a tristeza, a lealdade, entre outros, entendo assim que, como na vida, o Futebol depende de uma série de acontecimentos e fatos e que sem eles, talvez essa magia que cega e une nações ao seu redor não existisse. Analisando todos esse fatos, um dos momentos mais interessantes durante um jogo de Futebol, na minha opinião, é a cobrança de pênaltis. Sua importância, representatividade, a pressão carregada por um batedor e por um goleiro, o planejamento de uma gestão de um clube, um campeonato, a felicidade de uma nação, todos eles ali, naquele instante, dependem de apenas um único movimento que, dependendo do contexto, vai consagrar o goleiro ou o batedor e levar aquela decisão outrora dos gramados para os registros da história.

Como exemplo de sua imensa importância, podemos citar a Copa América de 2011 disputada na Argentina, onde as duas maiores seleções de Futebol do Continente, Brasil e Argentina foram desclassificadas da competição através das penalidades, foram abordadas muitas discussões e polêmicas a cerca das penalidades máximas, em especial à aquelas ocorridas no jogo Brasil x Paraguai, onde a seleção brasileira não converteu nenhuma de suas quatro cobranças, o que gerou muitas críticas ao selecionado brasileiro. Sua repercussão foi muito negativa, até mesmo jogadores consagrados como Fred e estrelas em notável ascensão como Neymar e Thiago Silva, não foram poupados de críticas, comprovando claramente a importância das cobranças das penalidades em uma partida de Futebol e que ficam ainda mais afloradas quando a “entidade” seleção brasileira encontra-se no contexto. Além disso, a cada dia o futebol se torna mais equilibrado entre as equipes, a diferença técnica entre uma equipe ou outra, principalmente em jogos decisivos, frequentemente é reduzida por diversos fatores, o que acarreta em partidas muito disputadas e geralmente levadas até o último critério de desempate, as penalidades. Por esse motivo, vários estudos estão sendo realizados em universidades, tanto no Brasil como em outros países, mapear os fatores que compõem uma penalidade são analisados afim de contribuir para que todos as situações que envolvem o Futebol adquiram um conhecimento técnico eficiente, contribuindo para o sucesso dos clubes de Futebol. É importante complementar que além de sua representatividade o pênalti envolve

muitos fatores na hora de sua cobrança, a eficácia, o fator emocional, a condição material do gramado, a qualidade e perspicácia do goleiro, enfim uma série de fatores que ampliam ainda mais a dimensão de uma execução tão decisiva e estressante em uma partida de Futebol.

Procurando analisar e investigar com mais detalhes esse tema é que pretendo, no presente estudo, avaliar a influência do período de treinamento nas cobranças de pênaltis no Futebol. Um treinamento sistemático de cobranças de penalidades máximas será capaz de promover um aumento da eficácia no momento das execuções da tarefa?

Verificar com as cobranças de penalidades se o seu treinamento sistemático aliado ao treinamento global pode fornecer benefícios para os jogadores em relação aos goleiros. Para que posteriormente estudos como esses sejam relevantes e tenham um aprofundamento tanto no rendimento como no meio amador para explorar e entender com mais clareza um momento tão estressante, importante e decisivo de uma partida de Futebol.

2. REVISÃO LITERÁRIA

2.1. HISTÓRIA DO FUTEBOL

Antes mesmo de Charles Miller chegar ao Brasil com o material para a prática do então desconhecido esporte, chamado Futebol, acredita-se que o jogo tenha seus primórdios em datas muitos distantes do século XIX.

Segundo Godoi (1989), por volta do ano de 2500 a.C. na China existia o “Tsu-Chú”, um jogo pertencente ao treinamento militar das tropas do imperador que mais tarde passou a ser passatempo da nobreza, chegando ao povo muito tempo depois. O jogo consistia em equipes dispostas num campo de formato quadrado com cerca de quatorze metros de lado, demarcado por duas estacas fixadas no chão e unidas por um fio de seda, a bola de couro e redonda tinha aproximadamente vinte e dois centímetros de diâmetro, preenchidas com crinas ou cabelos e era chutada sem poder cair no chão na tentativa de passa - lá além dos limites demarcados pelas estacas. No Japão existia um jogo chamado de “Kemari”, praticado pelos nobres da corte Imperial Japonesa, utilizavam para tal uma bola feita de fibras de bambu. Sua prática era de muita delicadeza e lisura e também não havia contagem de pontos, o que nos faz acreditar que existia uma única concepção de jogo, o qual seria o aperfeiçoamento constante da arte chutar a bola, exigindo dos participantes muita habilidade e destreza, não sendo permitido o uso das mãos.

Ao contrário do Oriente, os povos Ocidentais tiveram os primórdios do Futebol ligados não somente a nobreza. Na Grécia antiga o “Epyskiros” era o que se assemelhava ao Futebol, pois se permitia o chute com os pés, as crianças gregas usavam bexigas de boi cheias de ar para alegres brincadeiras nas ruas. Mesmo não tendo registros de regras e do número de participantes na prática, escritores do século II como *Julius Pollux* e o dramaturgo *Antífanes* de século III, relacionam fatos como: linha de meta ao fundo de cada lado de campo onde a bola ao ultrapassá-lo contar-se-ia ponto, além de passe curto e passe longo. Já em Roma quase não existia espaço para jogos com bola, contudo, encontra-se de maneira nítida em carta de *Sidonius Apollinaris* (Bispo de Auvergne), referências claras ao Futebol, o “Harpastum” era disputado com bola de bexiga de boi inflada de ar e revestida com capa de couro, o campo tinha formato retangular, com linhas de metas e linhas no meio campo. Os jogadores deviam fazer passes entre si até que um deles tivesse condições de realizar um arremesso na tentativa de fazer com que a bola ultrapassasse a linha de meta adversária, obtendo assim um ponto para sua equipe. Não se tem certeza sobre a utilização dos pés para a prática, porém os registros indicam referências claras aos posicionamentos dos praticantes do jogo, entre elas o

“*locus stantium*”, jogadores mais lentos que ocupavam a zona de defesa próximos a sua linha de meta, os “*praetervolantis et superiectae*”, que ficavam próximo alinhada de meta adversária com funções ofensivas e os “*mediurrens*”, jogadores posicionados na linha de meio-campo com funções neutras, jogando pelas duas equipes simultaneamente. Além de ocorrer em solo romano o “Harpastum”, vai influenciar já na França o surgimento do “Soule”, através do Imperador Júlio César nos anos 58 a 51 a.C. esse esporte criando pelos franceses inspirado no jogo romano, quase não se sabe sobre suas regras. A referência é que os jogadores se empenhavam em transpor a bola, através de arremesso, pela linha de meta demarca por duas estacas cravadas no chão. Já o “Calcio” italiano tem a sua origem em Florença, no dia 17 de Fevereiro de 1530 a cidade italiana achava-se cercada de tropas militares do Príncipe de Orange, nesse local duas facções políticas resolveram decidir suas desavenças políticas em um jogo de bola. A Piazza Santa Croce serviu como palco deste verdadeira batalha, travada por duas equipes, cada uma composta por vinte e sete jogadores, todos uniformizados, a disputa foi árdua e violenta e admitia-se o arremesso das mãos e chutes com os pés, o objetivo era introduzir a bola na meta constituída por uma barraca armado no fundo de cada campo, estava oficialmente lançado o “Calcio” que prosperou ainda mais na renascentista cidade Florença dos Medici (séculos XV a XVIII).

2.2. FUTEBOL NA INGLATERRA

Foi no início do século XVIII que jovens estudantes de escolas inglesas, nobres filhos de famílias abastadas, voltaram-se para a prática do Futebol (até então somente praticado pelo povo). Após derrubar a resistência das autoridades escolares em respeito a prática de esporte dentro das escolas, os praticantes se deparam com outro problema: permitir ou não pôr a mão na bola em situação de jogo. Na Rugby School se permitia o uso dos pés e mãos e na Cambridge só era permitido o uso dos pés, o impasse continuou até 1823, quando Willian Webb Ellis, tomou a bola em seus e correu com ela, originando assim o padrão distinto do jogo de Rugby. Em 1828, o então diretor da Rugby School, Thomaz Arnold, transforma definitivamente as regras do jogo, denominando-o oficialmente de “Foot-Ball Rugby”. Em consequência, seguidores da Cambridge como Eton, Hawre, Oxford, Westminster e Chaterhouse definem no dia 26 de Outubro de 1863 a fundação do “Foot-Ball Association”, implementando várias alterações na lei do jogo e proibindo o uso de uma vez por todas das mãos na prática de jogo, finalmente definindo claramente as regras do jogo. Após esse episódio Futebol e Rúgbi seguiram caminhos distintos como ocorre até hoje, a partir de então

o Futebol na Inglaterra ganha um enorme representatividade, e em 30 de Novembro de 1872 a seleção inglesa viaja para Glasgow onde enfrenta a seleção escocesa com o resultado final de 0 x 0, marcando então primeiro jogo internacional de seleções, em 1893 é organizado o primeiro Campeonato Inglês, ficando o título com o Preston, a essa altura o Foot-Ball toma conta não só Inglaterra como também de toda a Grã-Bretanha com torcidas lotando estádios popularizando e de forma positiva e exponencial o esporte, servindo de modelo a outros países do mundo.

2.3. SUA CHEGADA AO BRASIL

Existem várias versões sobre a chegada do Futebol no Brasil. Uma delas diz que teria chegado por marinheiros ingleses ou holandeses na segunda metade do século XIX e que teriam praticado algumas vezes nas praias da região Nordeste. Também há historiadores que afirmam ter registros da prática em tempo anterior, seriam os padres Jesuítas que o haviam trazido da Europa.

Todos esses fatos servem mesmo é para marcar a antecedência do trabalho concreto de Charles Miller. Filho de pais ingleses nasceu no ano 1874 no bairro paulista do Brás, com dez anos de idade foi estudar numa as escolas de classe média da Inglaterra, lá Charles conheceu o Futebol e com muito interesse aprendeu não só a praticá-lo como também a amá-lo. De volta ao Brasil em 1894, trouxe junto de sua paixão duas bolas e todo o equipamento necessário que possibilitasse aos brasileiros a prática regular deste esporte. Charles Miller proferiu palestras e com elas convenceu aos jovens filhos de famílias inglesas residentes na cidade de São Paulo que seria saudável a até mesmo gratificante a prática daquele novo esporte. Em pouco tempo as famílias da cidade São Paulo já haviam aderido ao novo esporte e o praticavam em grande número. Charles continuou amando e divulgando o Futebol até o fim de sua, falecendo no ano de 1953 no mesmo lugar onde nasceu.

2.4. FUTEBOL E SUA POPULARIDADE

O futebol é um esporte apaixonante, desde a sua chegada no fim do século XIX até os dias atuais acabou incorporado ao sentimento e ao estilo de vida dos brasileiros, sendo por muitas vezes a nossa representação no cenário mundial. Foi através do Futebol que muitos brasileiros tiveram as suas maiores alegrias e tristezas na vida, mesmo para quem não era nascido, como não sentir aquela derrota para o Uruguai na Copa de 1950, quando uma nação inteira chorou? Ou em 1982? A tragédia do Sarriá, para muitos o dia em que o futebol morreu, e também alegrias em 1994 nos EUA, quando o melhor jogador de Futebol da atualidade Roberto Baggio errou a sua cobrança de pênalti, tornando Brasil o primeiro tetracampeão

mundial de Futebol. Segundo Barros: O Futebol é apaixonante por que não tem lógica, onde nem sempre o melhor ou que joga melhor sai vitorioso. Diferente de outros esportes que, normalmente, sempre os melhores vencem.

No Voleibol ou no Tênis, se uma equipe ou jogador, respectivamente, perder um set, tem condições de se recuperar no outro e vencer a partida, mesmo que tenha perdido o set com um placar dilatado, do tipo: 25x0 ou 6x0.

No Futebol se você acaba o primeiro tempo perdendo de 2x0, dificilmente conseguirá mudar esse resultado, por mais forte que seja um time em relação à fraqueza do outro. Do primeiro para o segundo tempo o placar não volta a zero como nos esportes citados acima. (BARROS, 1990, p.11)

Justamente por essa popularidade é que o Futebol está cada dia mais cedo presente na vida dos brasileiros. O treinamento para a formação de jogadores de Futebol se dá desde muito cedo, a partir dos seis anos de idade, meninos e também meninas em todo o país ingressam na prática esportiva em busca, muitas vezes, de uma formação e uma carreira no Futebol como cita Torreles e Alcaraz:

A prática de um esporte específico por crianças e adolescentes a partir de uma determinada idade pressupõe a existência de entidades concretas cujos objetivos se adaptem às necessidades próprias dessa faixa etária. Atualmente, no Futebol, essa função vem sendo desenvolvida pelos clubes, os quais, apesar de não estarem estruturados para isso, visto que este não é seu principal objetivo, devem realizar essa tarefa a fim de suprir a falta de entidades específicas. (TORRELES E ALCARAZ, 2003, p.11)

As escolas de Futebol possuem como caráter essencial a formação e assimilação dos fundamentos do Futebol, aprimorar os gestos motores fundamentais e associá-los a prática esportiva constituem-se no principal objetivo nas turmas iniciais de seis a onze anos. Sendo assim, a crescente criação de escolas de Futebol é o reflexo que, cada vez, se faz mais necessário, entidades com esses objetivos de formação no esporte. Uma escola de Futebol é aquela entidade que possui:

- Estrutura própria e exclusiva dedicada ao futebol de base.
- Programa, direção e técnicos especializados no Futebol de base.
- Objetivos e formas de trabalho específicos para a formação desportiva do jogador que possui aptidões para isso. (TORRELES E ALCARAZ, 2003, p.12)

Contudo, um ponto importante a destacar é a evolução nas estruturas de Futebol, principalmente em categorias e escolas de base, essa melhora ocorreu por volta da metade da década de noventa e vem sendo aprimorada até os dias atuais. Relatos como o de Barros (1990), apesar de ainda existirem, são menos comuns hoje do que quando da sua publicação,

nela o autor relata casos como: homossexualidade dos comandantes técnicos, uma excessiva busca pelo resultado, deixando o processo em segundo plano, formando assim jogadores limitados e com pouca criatividade, ensinados unicamente para exercerem determinadas funções em campo.

Atualmente, idéias como as de Freire (2006), são a cada dia mais comuns e presentes no Futebol, principalmente de base, o autor nos propõe quatro princípios básicos com formatos pedagógicos no âmbito do esporte como:

- Ensinar Futebol a todos: Qualquer pessoa pode aprender a jogar Futebol.
- Ensinar Futebol bem a todos: Ensinar cada aluno, não importando o nível de habilidade.
- Ensinar mais que Futebol a todos: Além do Futebol, ensinar e criar valores morais e sociais para a posterioridade.
- Ensinar a gostar do esporte: Gostar do que está fazendo e transmitir essa paixão.

Com a melhora das condições de estrutura do Futebol tanto na base como no profissional, o esporte passou a ser cada dia mais competitivo em todos os níveis, times que outrora não teriam a possibilidade de conquistar títulos, hoje com organização e planejamento galgam lugares de maior destaque no cenário do Futebol. Caso, por exemplo, do Ipatinga FC de Minas Gerais, time modesto que em um prazo de três anos passou da série C do Campeonato Brasileiro de 2006 para a série A do Brasileiro de 2008.

2.5. O QUE É O PÊNALTI?

Segundo o site da CBF o tiro penal é:

Será concedido um tiro penal contra a equipe que cometer uma das dez infrações, que originam um tiro livre direto, dentro de sua própria área penal e enquanto a bola estiver em jogo. Um gol poderá ser marcado diretamente de um tiro penal. Será concedido tempo adicional para se executar um tiro penal ao final de cada tempo ou ao final dos tempos de uma prorrogação.

Posição da bola e dos jogadores

A bola:

- deverá ser colocada no ponto penal.

O executor do tiro penal:

- deverá ser devidamente identificado.

O goleiro defensor:

- deverá permanecer sobre sua própria linha de meta, de frente para o executor do tiro penal e entre os postes de meta, até que a bola seja chutada.
- dentro do campo de jogo.
- fora da área penal.
- atrás do ponto penal.
- a, no mínimo, 9,15m do ponto penal.

Procedimento

- depois que cada jogador estiver na sua posição conforme esta regra, o árbitro dará o sinal para que seja executado o tiro penal.
- o executor do tiro penal chutará a bola para frente.

- o executor do tiro penal não poderá tocar na bola pela segunda vez até que esta tenha tocado em outro jogador.
- a bola estará em jogo no momento em que for chutada e se mover para frente. Quando for executado um tiro penal durante o curso normal de uma partida ou quando o tempo de jogo tiver sido prorrogado no primeiro tempo ou ao final do tempo regulamentar para executar ou repetir um tiro penal, será concedido um gol se, antes de passar entre os postes e abaixo do travessão:
 - a bola tocar em um ou ambos os postes e/ou no travessão e/ou no goleiro
 - o árbitro decidirá quando o tiro penal se completar. (CBF, 2011, p.34)

2.6. A CIÊNCIA E O PÊNALTI

Com a sua ampla capacidade de atrair investimentos, paixão e admiração não é estranho que o Futebol acabou ganhando destaque e relevância nos laboratórios e em pesquisas de Universidades por todo o Mundo. E em destaque aparecem os estudos envolvendo as situações da penalidade máxima, estudos como o de Morya (2003), onde ele identificou o ponto-de-não-retorno (PNR), que é o momento onde não é mais possível para o executante mudar a lateralidade do chute, mesmo que o goleiro indique claramente que escolheu o canto onde irá a bola. Outro estudo de Morya et al. (2003) e Bigatão et al. (2003), avaliou a velocidade da bola nas cobranças de penalidades na Copa do Mundo de 2002, este estudo de campo encontrou que a média das velocidades das cobranças foi de 115km/h. Já

Já Bonizzoni (1988) e Miller (1998), apresentaram em seus estudos que são poucas as equipes que incluem rotinas de treino sério de cobranças do pênalti, o que provavelmente leva ao baixo índice de conversão por parte dos cobradores. Outro estudo de Morya et al. (2003) e Miller (1998), encontraram resultados onde entre um terço e um quarto dos pênaltis batidos pelos melhores profissionais em jogos oficiais não são convertidos em gol.

2.7. EXISTE O PÊNALTI PERFEITO?

Segundo Morya et al. a cobrança perfeita existe, ele registrou o local das cobranças realizadas no estudo e identificou as regiões em que raramente ocorre defesas, segundo o estudo o pênalti perfeito é:

Pode-se considerar que o pênalti perfeito é aquele chutado dentro do gol com velocidade suficiente para o goleiro não poder chegar até a bola. Quanto mais perto do poste, menor é a exigência quanto à velocidade da bola. Qualquer outra estratégia apresenta riscos e não garante que o cobrador faça o gol. Morya et al. (2003)

Outro estudo mais recente de Miyamoto et al. (2007), utilizou o efeito do estresse durante um pênalti através do mesmo protocolo utilizado por MORYA (2003), porém, na presença de dezenas de espectadores. O objetivo foi simular uma situação mais semelhante possível a uma decisão de penalidades em um jogo oficial. O trabalho visou determinar o efeito do estresse induzido por espectadores sobre o desempenho motor. Os resultados

indicaram, que, sob a situação de estresse, o desempenho saturou a 80%, ou seja, mesmo que o goleiro fornecesse pistas de sua ação com bastante antecedência, os voluntários eram incapazes de responder corretamente 100% das vezes.

2.8. FUTEBOL, PENALIDADES E PSICOLOGIA

Com o nivelamento do Futebol cada dia mais presente, todas as vertentes ligadas a ele são analisadas, aspectos fisiológicos, estruturais, motivacionais e psicológicos podem fazer a diferença do time que vai para a final e do time que chega perto, mas se atrapalha nos detalhes. É nesse sentido que a concentração e o estado psicológico aliado ao seu nível de treinamento se somam para contribuir com a perfeita funcionalidade do atleta durante as competições. Hoje, a importância do controle mental é extremamente importante, com o avanço da ciência no esporte, as atividades psíquicas ligadas ao rendimento esportivo ganham mais atenção e estudos apontando a relevância são frequentemente apresentados e debatidos. Já na década de oitenta esse assunto ganhava importância em nível nacional e autores como Silva (1981), relatavam a importância do controle emocional nas competições:

O que mais me destaca num craque é a calma e a firmeza de seu comportamento em campo. Não há “nervosismo” nem confusão: ele sabe o que está fazendo e como está fazendo. Observe o Sócrates e o Luizinho como exemplos.
A possibilidade de controle do sistema é hoje uma realidade. Qualquer pessoa pode controlar seu sistema nervoso, desde que se dedique com entusiasmo a esse objetivo.
(SILVA, 1981, p.7)

Entretanto, até mesmo craques como Sócrates, já falharam em momentos decisivos, como penalidades, então, como explicar esse controle, verificar essas oscilações, como medelas e reprimi-las em possíveis situações de alto stress psicológico. Para Fleury (1998), é necessária a consciência do benefício dessas práticas na performance e na obtenção de resultados, quando isso ocorre, é o próprio atleta que passa a solicitar e incrementar seus programas de treinamento. É importante destacar também, que todo esse procedimento deve ser trabalhado concomitantemente com o treinamento técnico planejado e competente dos treinadores de Futebol, Carravetta (2001), cita alguns dos procedimentos para o desenvolvimento técnico de futebolistas como: seleção de futebolista para o elevado rendimento esportivo, seleção de jogadores como reforços para equipes, seleção de jogadores na formação das categorias de base, seleção de talentos para o Futebol, perfil das características para os futebolistas.

Entretanto, o futebol não está ligado somente a técnica e ao aprimoramento de fundamentos, fatores sociais e culturais influem na prática de futebolistas como: socialização,

escolaridade, família, estrutura das equipes, aspectos socioeconômicos, liderança do capitão, aproveitamento do tempo livre, relações paternalistas, linhas de treinamento. Entre muitos recursos que envolvem o esporte citados por Carraveta, encontra-se a Psicologia no seu livro o autor relata a atuação do psicólogo como:

O psicólogo esportivo orienta a conduta que deve ser empregada pelos integrantes das comissões técnicas e de apoio técnico para o caso de atletas que apresentam determinada predisposição a problemas emocionais, com a finalidade de prevenir o aparecimento de distúrbios psicológicos e emocionais que possam interferir negativamente na execução das atividades do treinamento desportivo.

Muitos psicólogos estão começando a orientar o treinamento das habilidades mentais no Futebol e o papel desse treinamento tem revelado uma melhoria na performance dos atletas. Embora essas observações sejam relativamente limitadas no Futebol, muitos pesquisadores têm procurado examinar a eficiência do treinamento mental. (CARRAVETTA, 2001, p. 54-55).

Portanto, devemos trabalhar todos os seus vértices que forma equilibrada e competente tanto na base como no profissional para que a capacidade das equipes e profissionais que cercam o Futebol sejam satisfatórias e benéficas.

3. METODOLOGIA

3.1. TIPO DE PESQUISA

O presente estudo é uma pesquisa quantitativa, baseado em estudos de associação, que visou identificar uma possível correlação entre treinamento sistemático e eficácia de cobranças de pênaltis no futebol.

3.2. PROBLEMA DA PESQUISA

O treinamento sistemático de cobranças de pênaltis, concomitante ao treinamento de fundamentos será capaz de aumentar o índice do número de conversões das penalidades?

3.2. OBJETIVOS

O presente estudo teve como objetivo explorar as variáveis que envolvem o Futebol, mais precisamente as cobranças de pênaltis, verificar se um treinamento sistemático aliado ao trabalho de fundamentos do esporte pode contribuir para uma otimização do rendimento no momento das cobranças.

3.3. SUJEITOS DO ESTUDO

Para a realização da pesquisa foram utilizados dezenove meninos entre 10 e 13 anos de idade, sendo doze meninos de uma escola de fundamentos de Futebol e treze meninos de uma Escola estadual, ambos localizados no município de Porto Alegre.

3.4. PROCEDIMENTOS E COLETA DE DADOS

Foram realizados dois testes de avaliação de eficiência de cobranças de penalidades. Os testes foram efetuados no decorrer de um trimestre, a saber: primeiro teste de avaliação, no início do trimestre: e o segundo teste de avaliação, no final do trimestre. Após a realização do primeiro teste será realizado um sorteio aleatório, acompanhado pelo professor da turma, dividindo o grupo em dois subgrupos, um grupo controle (GC) e um experimental (GE). Paralelamente a esse processo foi acompanhado um terceiro grupo, um grupo escolar com a participação de treze alunos, o objetivo consistiu em acompanhar um grupo fora do contexto (ambiente) da escolinha de futebol. Verificar se um grupo de meninos fora do contexto do treinamento voltado aos aprimoramentos e fundamentos do Futebol especificamente, poderia apresentar dados semelhantes ou totalmente diferentes aos grupos inseridos no ambiente da escolinha de Futebol. Os testes por si próprio consistiam em executar duas cobranças de penalidades para cada voluntário, sendo que o procedimento adotado consistiu em que todos os voluntários participantes realizassem a primeira execução para que posteriormente fosse

realizada a segunda execução de penalidades, no momento dos testes cobranças de penalidades tanto na primeira intervenção como na segunda, não houve distinção entre os voluntários dos grupos controle e experimental, sendo o voluntário chamado para a realização do teste escolhido de forma aleatória. O mesmo procedimento de ordem no momento das execuções e escolha aleatória para a realização dos testes foi realizado no Grupo Escolar (GES).

3.5. TREINAMENTO ESPECÍFICO

O treinamento do grupo experimental consistia em realizar cobranças de Pênaltis uma vez por semana sempre nos momentos após aquecimento articular e término do jogo coletivo, o treinamento é constituído de cinco cobranças de penalidades para cada voluntário, sendo exigido apenas que o executante realize nessas cinco execuções, dois chutes de alturas e direções diferentes. Sempre que necessário, o professor orientava os voluntários do grupo, afim de que a evolução e a eficácia no momento das execuções adquirissem êxito. Enquanto o treinamento específico de penalidades era desenvolvido com o grupo experimental o grupo controle realizava atividades pré-desportivas, visando a continuidade do aquecimento articular (durante a 1ª série de treinamento do GE) e atividades lúdicas e recreativas no final do jogo coletivo (durante a 2ª série de treinamento do GE), visando um relaxamento e volta à calma dos participantes do grupo, é importante destacar que, em nenhuma atividade realizada pelo grupo controle em ambos os momentos (pós-aquecimento e fim do jogo coletivo), consistia situações semelhantes ou que acarretassem em cobranças de pênaltis. Já o grupo escolar era observado uma vez por semana nas aulas de Educação Física escolar, as aulas do grupo tinham como principais atividades os jogos coletivos, entre eles o Futsal, o Voleibol (misto) e Handebol e jogos de mesa como Tênis de Mesa e Xadrez, como as aulas não possuíam um caráter de formação específica para o Futebol, a única variável controlada era não permitir um treinamento sistemático de penalidades nas aulas de Educação Física.

3.6. O GOLEIRO

A variável goleiro é uma questão muito importante nesse estudo, com o objetivo de controlar esse componente foi adotado o seguinte procedimento: a posição do goleiro foi alternada por seis voluntários durante todo o decorrer da pesquisa, com a intenção de que o goleiro não adquirisse uma assimilação ou uma leitura eficaz do seu companheiro no momento das cobranças, o que fatalmente aconteceria se a posição fosse designada apenas a um participante. Além de buscar controlar componentes naturais que o jogador da posição adquire como perspicácia, reflexos aguçados, baixa pressão psicológica no momento das

penalidades e até mesmo a característica do chute do jogador de linha durante um treinamento ou uma partida de Futebol.

3.7. ANÁLISE ESTATÍSTICA

Para a análise dos resultados foi utilizado método estatístico comparativo do Qui-Quadrado. Os 19 sujeitos da amostra serão avaliados nas duas intervenções citadas, verificando se houve ou não mudanças nas práticas avaliadas após o treinamento. As instituições envolvidas, assim como os sujeitos da amostra não foram identificados.

4. RESULTADOS

A amostra foi composta de dezenove participantes em sua totalidade, **Tabela 1:**

Tabela 1 - Sujeitos da amostra

Case Processing Summary						
	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
penalidade.pré * grupo	19	100,0%	0	,0%	19	100,0%
penalidade.pós * grupo	19	100,0%	0	,0%	19	100,0%

A primeira avaliação foi realizada no início do trimestre, onde os voluntários ainda não haviam iniciado o treinamento específico de cobranças de penalidades, os percentuais indicam que o grupo experimental obteve uma melhor eficácia no acerto das penalidades em comparação aos outros grupos, é importante destacar também o grande percentual de erro do grupo controle e a eficácia da defesa do goleiro no grupo escolar, **Tabela 2:**

Tabela 2 - Cobranças de penalidades anteriores ao treinamento específico.

penalidade.pré * grupo

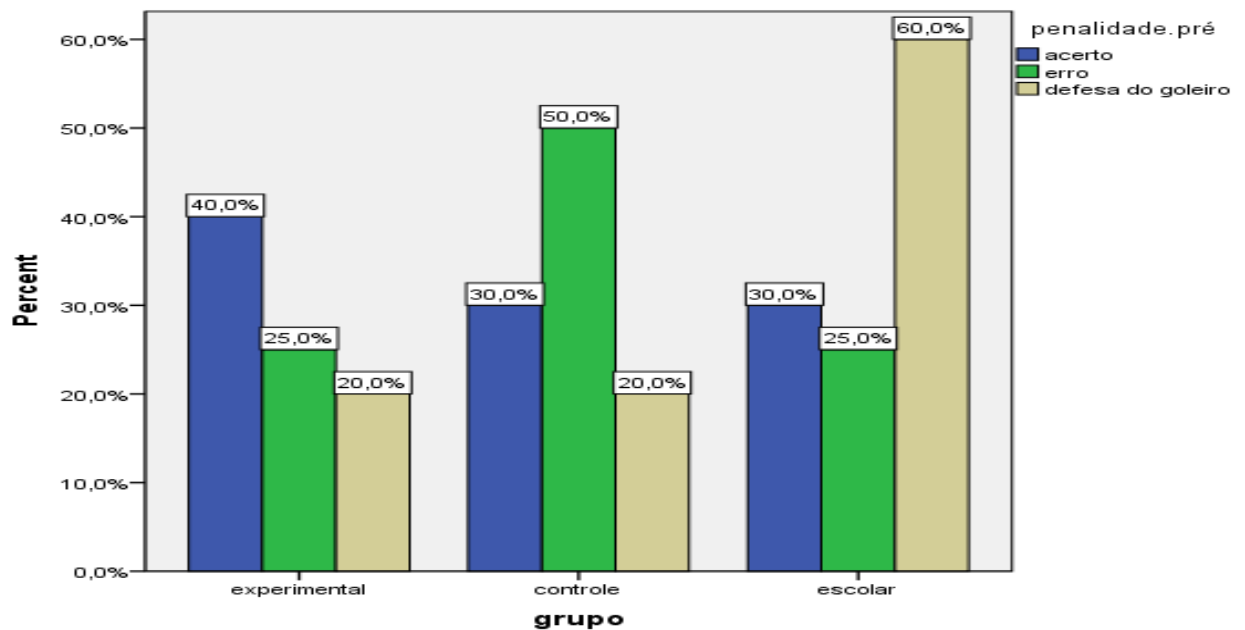
Crosstab						
			grupo			Total
			experimental	controle	escolar	
penalidade.pré	acerto	Count	4	3	3	10
		Expected Count	3,2	3,2	3,7	10,0
		% within penalidade.pré	40,0%	30,0%	30,0%	100,0%
		% within grupo	66,7%	50,0%	42,9%	52,6%
		Adjusted Residual	,8	-,2	-,7	

Continua...

	erro	Count	1	2	1	4
		Expected Count	1,3	1,3	1,5	4,0
		% within penalidade.pré	25,0%	50,0%	25,0%	100,0%
		% within grupo	16,7%	33,3%	14,3%	21,1%
		Adjusted Residual	-,3	,9	-,6	
	defesa do goleiro	Count	1	1	3	5
		Expected Count	1,6	1,6	1,8	5,0
		% within penalidade.pré	20,0%	20,0%	60,0%	100,0%
		% within grupo	16,7%	16,7%	42,9%	26,3%
		Adjusted Residual	-,6	-,6	1,3	
Total	Count	6	6	7	19	
	Expected Count	6,0	6,0	7,0	19,0	
	% within penalidade.pré	31,6%	31,6%	36,8%	100,0%	
	% within grupo	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%	

A **figura 1** ilustra os percentuais de cada grupo ao final da primeira avaliação:

Figura 1 – Gráficos com os percentuais de cada grupo na primeira avaliação.



Já na segunda avaliação os resultados indicam uma pequena melhora na eficácia dos cobradores no grupo experimental, **Tabela 3**, entretanto, estatisticamente esse aumento não foi significativamente expressivo, **Tabela 4**:

Tabela 3: Cobranças de penalidades grupo experimental pós-treinamento

		penalidade.pós				
		acerto	erro	defesa do goleiro	Total	
penalidade.pré	acerto	Count	2	1	1	4
		Expected Count	2,0	,7	1,3	4,0
		% within penalidade.pré	50,0%	25,0%	25,0%	100,0%
		% within penalidade.pós	66,7%	100,0%	50,0%	66,7%
		Adjusted Residual	,0	,8	-,6	
	erro	Count	0	0	1	1
		Expected Count	,5	,2	,3	1,0
		% within penalidade.pré	,0%	,0%	100,0%	100,0%

Continua...

	% within penalidade.pós	,0%	,0%	50,0%	16,7%
	Adjusted Residual	-1,1	-,5	1,5	
defesa do goleiro	Count	1	0	0	1
	Expected Count	,5	,2	,3	1,0
	% within penalidade.pré	100,0%	,0%	,0%	100,0%
	% within penalidade.pós	33,3%	,0%	,0%	16,7%
	Adjusted Residual	1,1	-,5	-,8	
Total	Count	3	1	2	6
	Expected Count	3,0	1,0	2,0	6,0
	% within penalidade.pré	50,0%	16,7%	33,3%	100,0%
	% within penalidade.pós	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

a. grupo = experimental

Tabela 4 - Cálculo estatístico

Chi-Square Tests ^d				
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)
				Sig.
Pearson Chi-Square	3,250 ^a	4	,517	,798 ^b
Likelihood Ratio	3,819	4	,431	1,000 ^b
Fisher's Exact Test	3,845			1,000 ^b
Linear-by-Linear Association	,074 ^c	1	,786	1,000 ^b
N of Valid Cases	6			

a. 9 cells (100,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,17.

b. Based on 10000 sampled tables with starting seed 221623949.

Continua...

c. The standardized statistic is -,272.

d. grupo = experimental

O grupo controle obteve uma baixa significativa no percentual de acertos AP final da segunda avaliação de penalidades, **tabela 5**, contudo, assim como o grupo experimental os valores não foram relevantes estatisticamente, **tabela 6**:

Tabela 5 – Cobranças de penalidades do grupo controle pós-treinamento

		penalidade.pré * penalidade.pós Crosstabulation ^a				
		penalidade.pós			Total	
		acerto	erro	defesa do goleiro		
penalidade. pré	acerto	Count	1	1	1	3
		Expected Count	,5	1,5	1,0	3,0
		% within penalidade.pré	33,3%	33,3%	33,3%	100,0%
		% within penalidade.pós	100,0%	33,3%	50,0%	50,0%
		Adjusted Residual	1,1	-,8	,0	
	erro	Count	0	1	1	2
		Expected Count	,3	1,0	,7	2,0
		% within penalidade.pré	,0%	50,0%	50,0%	100,0%
		% within penalidade.pós	,0%	33,3%	50,0%	33,3%
		Adjusted Residual	-,8	,0	,6	
	defesa do goleiro	Count	0	1	0	1
		Expected Count	,2	,5	,3	1,0
		% within penalidade.pré	,0%	100,0%	,0%	100,0%
		% within penalidade.pós	,0%	33,3%	,0%	16,7%

Continua...

	Adjusted Residual	-,5	1,1	-,8	
Total	Count	1	3	2	6
	Expected Count	1,0	3,0	2,0	6,0
	% within penalidade.pré	16,7%	50,0%	33,3%	100,0%
	% within penalidade.pós	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%

a. grupo = controle

Tabela 6 - Calculo estatístico II

Chi-Square Tests ^d				
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)
				Sig.
Pearson Chi-Square	2,167 ^a	4	,705	1,000 ^b
Likelihood Ratio	2,773	4	,597	1,000 ^b
Fisher's Exact Test	3,034			1,000 ^b
Linear-by-Linear Association	,059 ^c	1	,808	1,000 ^b
N of Valid Cases	6			

a. 9 cells (100,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,17.

b. Based on 10000 sampled tables with starting seed 221623949.

c. The standardized statistic is ,243.

d. grupo = controle

Já o grupo escolar se manteve estável, reduzindo apenas os percentuais de defesa do goleiro, **tabela 7:**

Tabela 7 – Cobranças de penalidades do grupo escolar pós-treinamento

penalidade.pré * penalidade.pós Crosstabulation ^a						
			penalidade.pós			Total
			acerto	erro	defesa do goleiro	
penalidade. pré	acerto	Count	1	1	1	3
		Expected Count	,9	,9	1,3	3,0
		% within penalidade.pré	33,3%	33,3%	33,3%	100,0%
		% within penalidade.pós	50,0%	50,0%	33,3%	42,9%
		Adjusted Residual	,2	,2	-,4	
	erro	Count	0	0	1	1
		Expected Count	,3	,3	,4	1,0
		% within penalidade.pré	,0%	,0%	100,0%	100,0%
		% within penalidade.pós	,0%	,0%	33,3%	14,3%
		Adjusted Residual	-,7	-,7	1,2	
	defesa do goleiro	Count	1	1	1	3
		Expected Count	,9	,9	1,3	3,0
		% within penalidade.pré	33,3%	33,3%	33,3%	100,0%
		% within penalidade.pós	50,0%	50,0%	33,3%	42,9%
		Adjusted Residual	,2	,2	-,4	
Total	Count	2	2	3	7	
	Expected Count	2,0	2,0	3,0	7,0	
	% within penalidade.pré	28,6%	28,6%	42,9%	100,0%	

Continua...

	% within penalidade.pós	100,0%	100,0%	100,0%	100,0%
--	-------------------------	--------	--------	--------	--------

a. grupo = escolar

Tabela 8 – Calculo estatístico III

Chi-Square Tests ^d				
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)
				Sig.
Pearson Chi-Square	1,556 ^a	4	,817	1,000 ^b
Likelihood Ratio	1,923	4	,750	1,000 ^b
Fisher's Exact Test	2,379			1,000 ^b
Linear-by-Linear Association	,000 ^c	1	1,000	1,000 ^b
N of Valid Cases	7			

a. 9 cells (100,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is ,29.

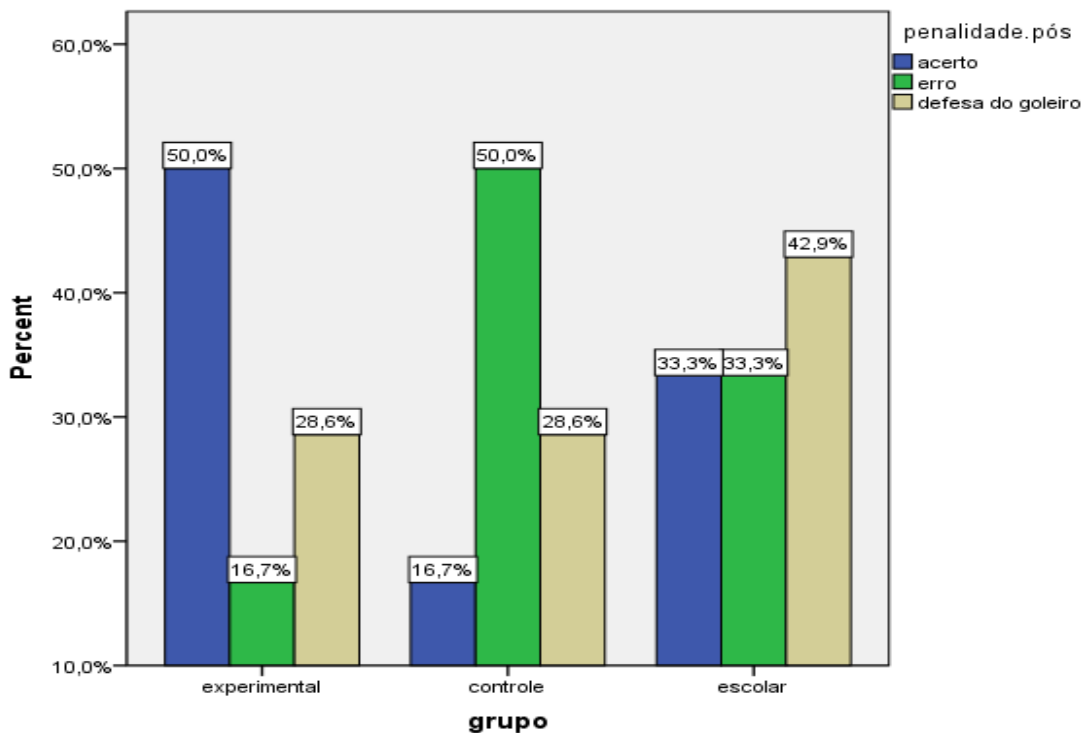
b. Based on 10000 sampled tables with starting seed 221623949.

c. The standardized statistic is ,000.

d. grupo = escolar

A **figura 2** ilustra os resultados encontrados na segunda avaliação, onde o maior destaque é o baixo percentual de acertos do grupo controle na segunda avaliação e a pequena melhora na eficácia do grupo experimental.

Figura 2 – Gráfico com os percentuais de cada grupo na segunda avaliação



Os resultados também foram analisados mediante a exclusão da variável defesa do goleiro, agregando essa variável a situação de erro. A **tabelas 9 e 10**, mostram a avaliação pré e pós treinamento respectivamente, apesar da exclusão da variável (defesa do goleiro), os resultados encontrados mostraram que os percentuais continuaram semelhantes à situação anterior.

**Tabela 9 - Cobranças de penalidades anteriores ao treinamento específico
grupo * penalidade.pré**

Crosstab					
			penalidade.pré		Total
			acerto	erro	
grupo	experimental	Count	4	2	6
		Expected Count	3,2	2,8	6,0
		% within grupo	66,7%	33,3%	100,0%
		% within penalidade.pré	40,0%	22,2%	31,6%
		Adjusted Residual	,8	-,8	
	controle	Count	3	3	6
		Expected Count	3,2	2,8	6,0
		% within grupo	50,0%	50,0%	100,0%
		% within penalidade.pré	30,0%	33,3%	31,6%
		Adjusted Residual	-,2	,2	
	escolar	Count	3	4	7
		Expected Count	3,7	3,3	7,0
		% within grupo	42,9%	57,1%	100,0%
		% within penalidade.pré	30,0%	44,4%	36,8%
		Adjusted Residual	-,7	,7	
Total	Count	10	9	19	
	Expected Count	10,0	9,0	19,0	
	% within grupo	52,6%	47,4%	100,0%	
	% within penalidade.pré	100,0%	100,0%	100,0%	

**Tabela 10 - Cobranças de penalidades posteriores ao treinamento específico
grupo * penalidade.pós**

		Crosstab			
		penalidade.pós		Total	
		acerto	erro		
grupo	experimental	Count	3	3	6
		Expected Count	1,9	4,1	6,0
		% within grupo	50,0%	50,0%	100,0%
		% within penalidade.pós	50,0%	23,1%	31,6%
		Adjusted Residual	1,2	-1,2	
	controle	Count	1	5	6
		Expected Count	1,9	4,1	6,0
		% within grupo	16,7%	83,3%	100,0%
		% within penalidade.pós	16,7%	38,5%	31,6%
		Adjusted Residual	-1,0	1,0	
	escolar	Count	2	5	7
		Expected Count	2,2	4,8	7,0
		% within grupo	28,6%	71,4%	100,0%
		% within penalidade.pós	33,3%	38,5%	36,8%
		Adjusted Residual	-,2	,2	
Total	Count	6	13	19	
	Expected Count	6,0	13,0	19,0	
	% within grupo	31,6%	68,4%	100,0%	
	% within penalidade.pós	100,0%	100,0%	100,0%	

Evidenciando, novamente o baixo índice de significância mediante o tratamento estatístico, **tabela 11**:

Tabela 11 – Cálculo estatístico IV

Chi-Square Tests				
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)	Monte Carlo Sig. (2-sided)
				Sig.
Pearson Chi-Square	1,589 ^a	2	,452	,589 ^b
Likelihood Ratio	1,599	2	,450	,589 ^b
Fisher's Exact Test	1,557			,589 ^b
Linear-by-Linear Association	,586 ^c	1	,444	,568 ^b
N of Valid Cases	19			

a. 6 cells (100,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 1,89.

b. Based on 10000 sampled tables with starting seed 1310155034.

c. The standardized statistic is ,766.

As **figuras 3,4** ilustram os percentuais, verificando que mesmo com a exclusão da variável de defesa do goleiro, os valores encontrados foram semelhantes.

Figura 3 – Gráfico comparativo de percentuais sobre acerto e erro no pré-treinamento

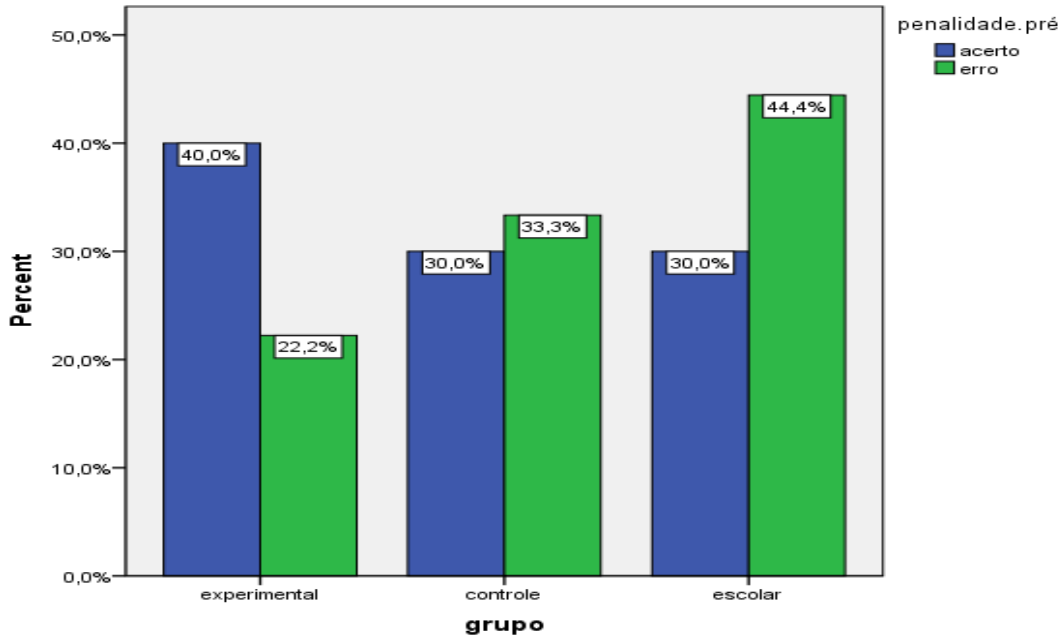
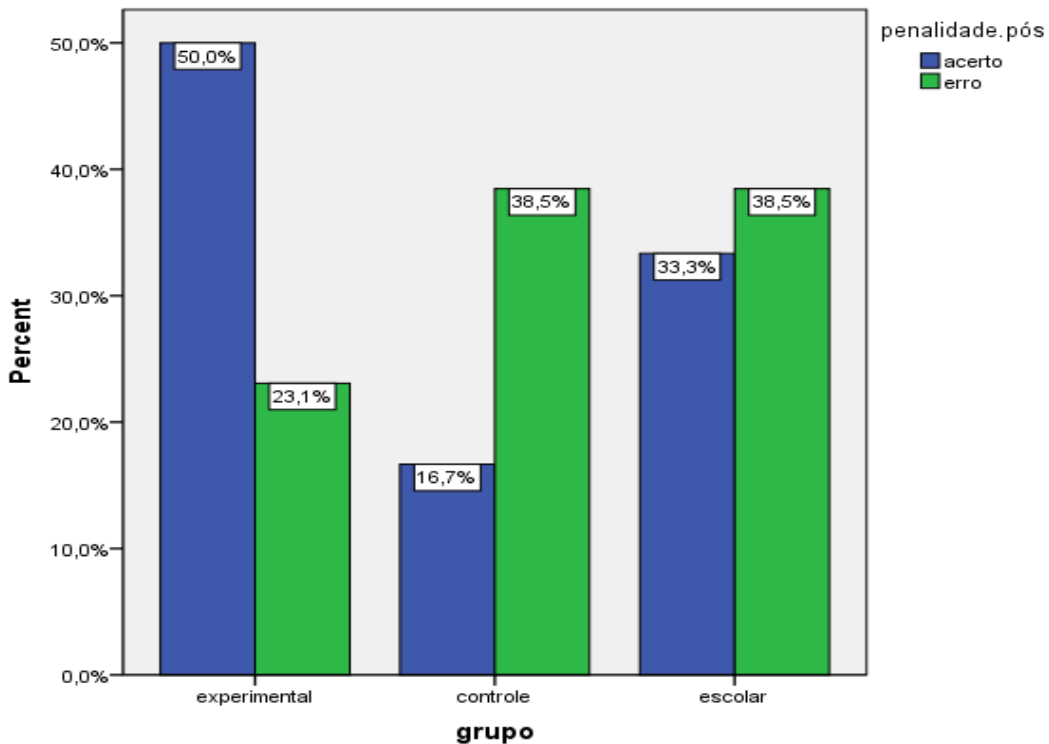


Figura 4 – Gráfico comparativo de percentuais sobre acerto e erro no pós-treinamento



5. CONCLUSÃO

Com as análises dos dados obtidos, dos estudos e literaturas consultadas podemos verificar que o processo de penalidades máximas envolve várias questões do âmbito do Futebol. Em especial nesse estudo, o treinamento e aprimoramento do gesto técnico no momento execução não foi suficiente para apresentar valores expressivos de níveis de correlação entre o treinamento e a eficácia das cobranças. É possível que com a análise de outros fatores como o estado psicológico dos voluntários no momento das execuções, assim como as diferentes leituras dos goleiros em relação à situação de penalidades pudesse contribuir para que o estudo ganhasse mais possibilidades de resultados durante o seu processo.

Com a implementação de alguns processos como um número maior de sujeitos na amostra e aumento da duração do treinamento, aliado a estudos psicológicos referente ao nível emocional de cada executante no momento das cobranças contribuiriam para uma otimização do estudo e no processo de eficiência do treinamento no respectivo grupo utilizado. O que fica ainda mais comprovado é que o Futebol continua sendo um esporte muito popular e admirado justamente pela sua imprevisibilidade de jogadas, resultados e acontecimentos e que conseguir mapeá-los ou prevê-los são situações extremamente difíceis ou improváveis.

6. CRONOGRAMA

MÊS	AÇÕES
Março	Escolha da orientação docente, entrega do termo de TCC I na COMGRAD.
Abril	Escolha do referencial teórico e revisão literária.
Maiο	Autorização e escolha dos locais de pesquisa.
Junho	Entrega do resumo ao orientador para aquisição de conceito do TCC I.
Julho	Primeira avaliação de penalidade e entrega do termo de TCC II na COMGRAD.
Agosto	Recolhimento dos termos de consentimento.
Outubro	Segunda avaliação de penalidades, análise dos resultados e aplicação estatística.
Novembro	Discussões e considerações finais.

7. ORÇAMENTO

O orçamento é o custo da pesquisa durante todo o seu processo, os valores estão listados na **Tabela 12**, materiais como bolas de Futebol e coletes, foram emprestados pela instituição do local da avaliação.

TABELA 12: Quantificação dos materiais.

Materiais	Quantidade	Valor
Combustível (gasolina)	100 L	R\$ 250,00
Bloco de folhas A4	500	R\$ 11,00
Protetor Solar	2	R\$ 45,00
Apito	1	R\$ 7,00
*Bolas de Futebol	13	————
*Coletes	12	————
	TOTAL	R\$ 313,00

*** Materiais cedidos gratuitamente pela instituição privada participante do estudo.**

REFERÊNCIAS

- TORRELES, Álex Sans; ALCARAZ, César Frattarola. **Escolas de Futebol: Manual para organização e treinamento**. 3. ed. Porto Alegre: Artmed, 2003. 167 p.
- BARROS, José Mario de Almeida. **Futebol - Porque foi... Porque não é mais**. Rio de Janeiro: Sprint, 1990. 112 p.
- CARRAVETTA, Elio. **O jogador de Futebol - técnicas, treinamento e rendimento**. Porto Alegre: Mercado Aberto, 2001. 168 p.
- FREIRE, João Batista. **Pedagogia do Futebol**. 2. ed. Campinas: Autores Associados, 2006. 98 p.
- SILVA, Joston Miguel. **Segredos da Psicologia para o Jogador de Futebol**. Brasília: Autor, 1981. 76 p.
- FLEURY, Suzy. **Competência Emocional - o caminho da vitória para equipes de futebol**. São Paulo: Editora Gente, 1998. 76 p.
- GODOI, Ivan Carlos. **Futebol: paixão de um povo**. Caxias do Sul: Editora da Universidade, 1989. 277 p.
- CBF (Rio de Janeiro) (Org.). **REGRAS DO JOGO DE FUTEBOL 2010/2011**. Disponível em: <http://www.cbf.com.br/media/58890/livro_de_regras_2010_2011.pdf>. Acesso em: 25 jun. 2010.
- BIGATÃO, H.; MORYA, E.; RANVAUD, R. **Ananalysis of penalty kicks in the 2002 soccer World Cup**. Motriz, 9:S107, 2003.
- MIYAMOTO, N.; MORYA, E.; BERTOLASSI, M.; RANVAUD, R. **Penalty kicks and stress**. Journal of Sports Science, Suppl.10, 156-157, 2007.
- MORYA, E.; RANVAUD, R.; PINHEIRO, W. M. **Dynamics of visual feedback in a laboratory simulation of a penalty kick**. Journal of Sport Sciences, 21: 87-95, 2003a.
- MILLER C. **He always puts it to the right: a history of the penalty kick** Victor Gollancz, London, 1998.

CUNHA, Sérgio Augusto; MOURA, Felipe Arruda; SANTANA, Juliana Exel. **A Ciência e a Alma do Pênalti (vídeo)**. Disponível em: <<http://www.fef.unicamp.br/repsporttv2011.html>>. Acesso em: 08 out. 2011.