



afalgarve

futebol algarvio

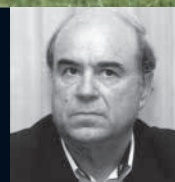
N.º 75

Outubro / Novembro '13

**Figueirense faz renascer futebol
na vila da Mexilhoeira Grande**



**// Deixou-nos José Guerreiro Cavaco
um exemplo no dirigismo desportivo //**



**// Moncarapachense traça como meta
lutar pelos lugares cimeiros //**

**// Silves inaugura sintético um ano depois
da destruição provocada por um tornado //**

Mais de 300 mil utilizações

CENTRO NÁUTICO
ABERTO TODO O ANO

PAVILHÕES

PISCINAS MUNICIPAIS

CAMPOS DE FUTEBOL

PISTA DE ATLETISMO

Obrigado, José Guerreiro Cavaco!

Partiu um Amigo mas, mais do que isso, uma figura incontornável do futebol algarvio nas últimas décadas, ficando uma marca de saudade pela sua competência, coragem e capacidade de trabalho, pois deixou obra por onde passou, quer no dirigismo desportivo, quer na actividade política ou no meio empresarial, sempre com um denominador comum em todo o seu percurso, uma incomparável dimensão humana. José Guerreiro Cavaco, presidente da Associação de Futebol do Algarve entre 1999 e 2002, fará para sempre parte do restrito leque de notáveis desta casa.

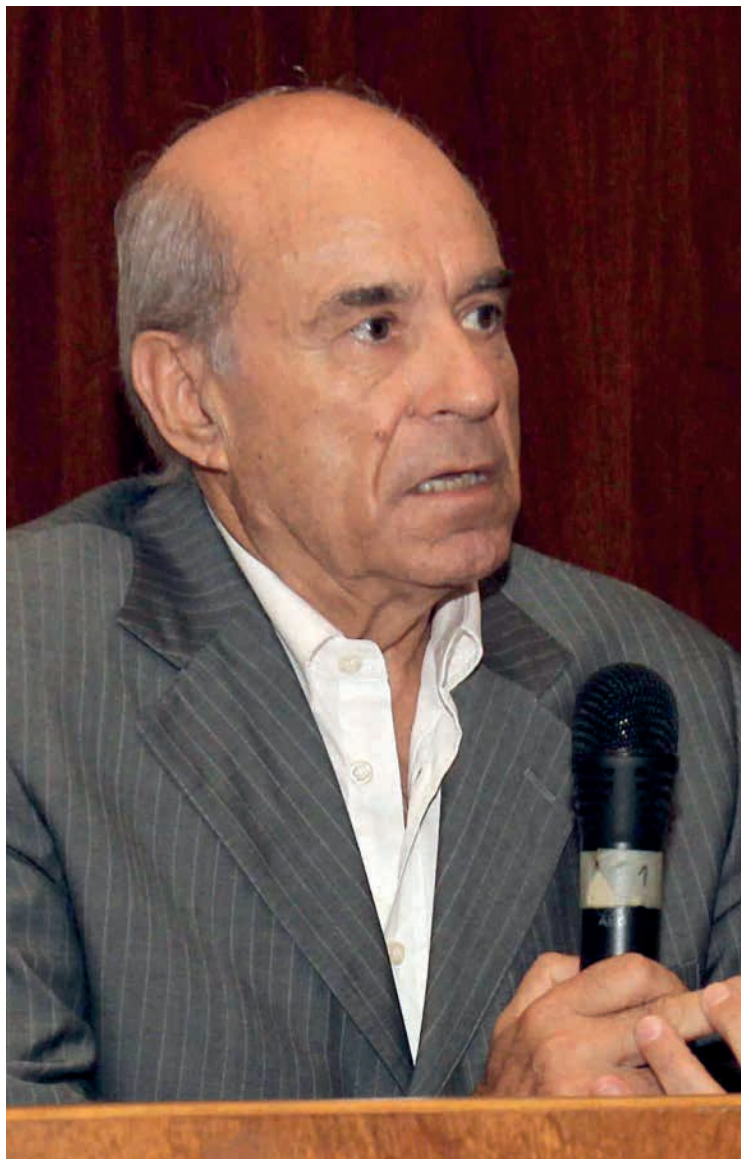
Nascido em Salir, faleceu aos 74 anos e deixa-nos um legado da maior relevância no domínio desportivo, no qual chegou a ser de tudo um pouco – de jogador a seleccionador, passando por várias funções a nível directivo, num leque alargado de emblemas e instituições.

Iniciou o seu percurso desportivo no Sport Faro e Benfica, como praticante de futebol, e aí foi dirigente pela primeira vez; seguiu-se o exercício de funções directivas no futebol juvenil do Sport Lisboa e Benfica, antes de rumar a Angola. Eleito presidente da Associação de Futebol de Huambo, assumiu depois a liderança da direcção do Benfica de Huambo, dando nova vida ao clube, que viria, sob o seu comando, a sagrar-se campeão de Angola. José Guerreiro Cavaco foi ainda seleccionador daquele antigo território ultramarino.

No regresso ao Algarve, chefiou o departamento de futebol profissional do Farense e presidiu à direcção do clube da sua terra natal, o Salir, sendo depois presidente da Assembleia Geral da mesma colectividade, função que também exerceu, em diferentes períodos, no Louletano, no Quarteirense e no Farense. Neste último emblema foi também membro do Conselho Geral.

Presidente da direcção da Associação de Futebol do Algarve

entre 1999 e 2002, José Guerreiro Cavaco foi, depois de concluído o mandato, convidado pelo Dr. Gilberto Madaíl para fazer parte da direcção da Federação Portuguesa de Futebol, desempenhando funções directivas na FPF durante nove anos, até às últimas eleições.



Numa das suas últimas missões ao serviço da Federação Portuguesa de Futebol, foi um dos dirigentes que integrou a comitiva presente no Campeonato do Mundo de Sub-20, na Colômbia, prova em que a Selecção Nacional daquele escalão alcançou um excelente segundo lugar. O brilhantismo dessa participação levou a que fosse condecorado pelo Presidente da República, Prof. Aníbal Cavaco Silva, como Comendador da Ordem do Infante D. Henrique, a 6 de Setembro de 2011.

A 12 de Maio de 2012, e por proposta da Associação de Futebol do Algarve, foi distinguido pela Federação Portuguesa de Futebol com o título de Sócio de Mérito. A AF Algarve, reconhecendo o seu relevante percurso e o muito que deu ao futebol da nossa região, atribuiu-lhe o título de Sócio Honorário, entregue a 15 de Junho do ano em curso, na Festa do Futebol, em Vilamoura.

No exercício de funções políticas, foi membro da Assembleia de Freguesia de Salir (de 1976 a 1979), membro da Assembleia Municipal de Loulé (de 1982 a 1985), Vice-Presidente da Câmara Municipal de Loulé (de 1982 a 1985) e Presidente da Câmara

Municipal de Loulé (de 1985 a 1989), tendo dado um contributo significativo para a construção, naquele concelho, de um parque desportivo de inegável qualidade. Foi ainda Governador Civil do Distrito de Faro, entre Agosto e Novembro de 1995.

O seu funeral, realizado em Salir, a terra natal, constituiu uma comovida manifestação de pesar, na qual marcaram presença os principais responsáveis da Associação de Futebol do Algarve. Perdemos um dos nossos mas esperamos que o seu exemplo perdure no tempo e frutifique. Um até sempre!



inspiramos as melhores jogadas



loulé
concelho

Associação Cultural de Salir | Casa Benfica de Loulé | Centro Animação Apoio Com. da Freguesia de Alte
Clube Desportivo Checul | Clube Desportivo de Boliqueime
Clube Desportivo Recreativo Quarteirense | Internacional Clube Almancil | Juventude Sport Campinense
Louletano Desportos Clube | Quarteira Sport Clube | Sociedade Cultural Os Falcões
Sociedade Recreativa Almancilense | Sociedade Recreativa Loulé-Gare

Sumário

5 – DEIXOU-NOS JOSÉ GUERREIRO CAVACO

6 – ABERTURA

7 – MENSAGEM

9 – SILVES RENASCE DO TORNADO

10 – MONCHIQUENSE CELEBRA 50.º ANIVERSÁRIO

11 – A ACTIVIDADE DOS NOSSOS CLUBES

12 – O ALGARVE NO TORNEIO DAS REGIÕES

13 – SELECÇÃO FEMININA DE SUB-21 NO INTER-ASSOCIAÇÕES

14 – ABERTAS INSCRIÇÕES PARA CURSOS DE TREINADOR

16 – FIGUEIRENSE É A NOVIDADE NA 1.ª DIVISÃO DA AF ALGARVE

18 – MONCARAPACHENSE OLHA PARA OS LUGARES DA FRENTE

20 – BOLA AO CENTRO, POR JOÃO LEAL

23 – FUTSAL: AS LEIS DO JOGO

24 – PERIODIZAÇÃO DO TREINO DE JOVENS NO FUTEBOL

26 – DO JOGO DA BOLA ÀS CIÊNCIAS DO DESPORTO

30 – A FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO E O FUTEBOL JOVEM

34 – ÚLTIMO PONTAPÉ

Ficha Técnica

Revista AF Algarve

N.º 75 – Outubro/Novembro de 2013

Director: Carlos Jorge Alves Caetano

Coordenador editorial: Armando Alves

Textos de: Armando Alves, António Pincho Correia, Carlos Humberto Almeida, Prof. Dr. J. Martinez, João Leal, Prof. Dr. Jorge A. Araújo, Ricardo Gonçalves e Rui Batalau

Fotos: Armindo Vicente, Carlos Almeida, Carlos Vidigal Jr, Hélio Justino, Luís Forra, Mira, Nélson Pires, Nuno Eugénio, José Carlos Campos, Vasco Célio e arquivo da Associação de Futebol do Algarve

Montagem e impressão: Gráfica Comercial, Parque Industrial, Loulé

Propriedade: Associação de Futebol do Algarve, Complexo Desportivo, 8000 FARO

Endereço electrónico: revista@afalgarve.pt

Sítio da AF Algarve: www.afalgarve.pt

Depósito legal: 242121/06

Distribuição gratuita

Proibida a reprodução total ou parcial sem autorização expressa da AF Algarve

9



23



24



Algarve no caminho para o Brasil

A Selecção A de Portugal está apurada para o a fase final do Campeonato do Mundo de 2014, que se disputará no Brasil, e o caminho para terras de Vera Cruz passou pelo Algarve, pois a nossa região acolheu, neste ciclo, dois jogos de preparação, com o Panamá, em Agosto de 2012, e frente à Holanda, no mesmo mês mas já este ano.

Este rectângulo algarvio continua, de resto, a apresentar-se como talismã para a nossa equipa nacional, que nunca aqui perdeu: oito vitórias e três empates, em 11 jogos, é um saldo muito positivo, mesmo se considerarmos a menor qualidade de alguns adversários, como o Luxemburgo, que já nos visitou por três ocasiões. Mas também actuaram entre nós selecções de reconhecido calibre – Inglaterra ou Holanda, por exemplo.

Uma particular nota para o entusiasmo com que a turma das quinas é sempre recebida no Algarve e disso constituiu prova a notável moldura humana presente no jogo mais recente, com a Holanda, numa verdadeira festa do futebol, à qual aderiram milhares de entusiastas da nossa região.

Isso, aliado a um conjunto de condições logísticas e naturais que se podem considerar ímpares (excelente parque hoteleiro, aeroporto perto do estádio e dos principais centros turísticos, clima...) creditam o Algarve como um palco de excelência para os jogos da Selecção Nacional e espera-se e deseja-se que no ciclo pós-Mundial, visando o apuramento para o Europeu de 2016 a região possa receber um compromisso oficial, algo que não sucede há mais de oito anos.

Refira-se, com curiosidade, que Cristiano Ronaldo é o interna-

cional português com mais golos marcados (quatro) no Algarve, ao serviço da selecção, todos apontados nos compromissos mais recentes. CR7 já se habituou a festejar entre nós, angariando aqui alguma parte do pecúlio que lhe permitiu igualar Pauleta como o melhor rematador de sempre da equipa das quinas. No jogo com a Holanda, em Agosto último, Paulo Bento somou o terceiro jogo no comando da Selecção em terras algarvias, igualando Carlos Queiroz.

Agora, no Brasil, espera-se e deseja-se que Portugal rubrique um bom desempenho, na senda do que tem sucedido nas últimas participações nas grandes competições. Parabéns pelo apuramento e... boa sorte!



JOGOS DE PORTUGAL NO ALGARVE

Data	Estádio	Adversário	Prova	Res.	Treinador	Marcadores
16.11.77	S.Luís, Faro	Portugal-Chipre	Qualif. Camp. Mundo	4-0	Juca	Chalana, Vital, Seninho e Manuel Fernandes
05.02.86	Portimonense	Portugal-Luxemburgo	Particular	2-0	José Torres	Frederico e Fernando Gomes
12.02.92	S.Luís, Faro	Portugal-Holanda	Particular	2-0	Carlos Queiroz	Oceano e César Brito
10.02.93	S.Luís, Faro	Portugal-Noruega	Particular	1-1	Carlos Queiroz	Oceano
15.08.01	S.Luís, Faro	Portugal-Moldávia	Particular	3-0	António Oliveira	Figo (3)
18.02.04	Algarve	Portugal-Inglaterra	Particular	1-1	Luiz Felipe Scolari	Pauleta
03.09.05	Algarve	Portugal-Luxemburgo	Qualif. Camp. Mundo	6-0	Luiz Felipe Scolari	Jorge Andrade, Ricardo Carvalho, Pauleta (2) e Simão (2)
11.02.09	Algarve	Portugal-Finlândia	Particular	1-0	Carlos Queiroz	Cristiano Ronaldo
10.08.11	Algarve	Portugal-Luxemburgo	Particular	5-0	Paulo Bento	Hélder Postiga, Cristiano Ronaldo, Fábio Coentrão e Hugo Almeida (2)
15.08.12	Algarve	Portugal-Panamá	Particular	2-0	Paulo Bento	Nélson Oliveira e Cristiano Ronaldo
14.08.13	Algarve	Portugal-Holanda	Particular	1-1	Paulo Bento	Cristiano Ronaldo

Mensagem

Presidente da Direcção da Associação de Futebol do Algarve
Carlos Jorge Alves Caetano



Um exemplo para gerações

1 – Uma tristeza imensa invadiu-nos nos primeiros dias de Novembro, com o falecimento de José Guerreiro Cavaco, antigo presidente da AF Algarve e desde sempre um entusiasta do desporto, inculcando no meritório trabalho que desenvolveu uma gama assinalável de valores humanos, emanados da sua personalidade.

2 – Foi possível, ainda em vida, a família desportiva algarvia dar-lhe o merecido aplauso, na Festa do Futebol, em Junho último, em Vilamoura, num momento carregado de emoção. A doença avançava mas José Guerreiro Cavaco levou-nos uma sentida mensagem de esperança, constituindo, mais uma vez, um exemplo para todos nós. Fica o registo de um percurso notável, tanto no futebol como noutras actividades a que se dedicou, da política ao meio empresarial, e um legado de seriedade, de carácter, de compromisso e de saber fazer que constituirá um exemplo muitas vezes lembrado nesta casa, não apenas pelos actuais responsáveis mas também, seguramente, pelas gerações vindouras.

3 – Tanto nos campeonatos profissionais como no único campeonato nacional não profissional, e também no futsal, as representações algarvias têm mostrado competitividade e os resultados do primeiro terço da temporada são francamente animadores, ainda mais se tivermos em conta um alargado leque de factores – com o geográfico à frente de todos, por traduzir-se num encargo muito significativo – que nos impedem de dispormos de armas idênticas às da maioria dos adversários.

4 – O quadro acima descrito traduz o empenho e o louvável trabalho de um considerável leque de dirigentes que vai encontrando soluções para resistir a uma crise com marcas cada vez mais profundas. Com menos o Algarve tem conse-

guido mais e isso resulta, inegavelmente, de gestões capazes, marcadas pelo rigor, e de projectos desportivos coerentes e adequados à realidade.

5 – A qualidade do trabalho desenvolvido pelos clubes algarvios afere-se também pela presença, na Selecção Nacional A, de um jogador formado na região, João Moutinho, uma das unidades nucleares do conjunto orientado por Paulo Bento, enquanto nas equipas nacionais dos escalões jovens são múltiplos os exemplos da presença de “sangue” algarvio, num sinal evidente de que não só há aqui matéria-prima de qualidade como também quem a saiba burilar, preparando-a para mais altos voos.

6 – Em tempos de crise e de conhecidas dificuldades, importa, pois, continuar a apostar em algo com retorno assegurado: assegurar a prática desportiva aos nossos jovens. Nem todos reunirão condições para cumprir uma carreira profissional mas, no quadro hoje existente, com técnicos qualificados, que podem regularmente valorizar os seus conhecimentos nas iniciativas promovidas pela AF Algarve, e com dirigentes cada vez mais sensíveis à vertente social, a formação humana constitui um papel a que os clubes dão crescente ênfase, com resultados muito satisfatórios, infelizmente nem sempre reconhecidos por quem deveria fazê-lo e muitas vezes ignorado por entidades a quem se exigiria um outro olhar e um apoio concreto.



» SILVES «

RENASCER DEPOIS DA DESTRUIÇÃO

O Silves Futebol Clube inaugurou a 12 de Outubro o piso sintético do Estádio Dr. Francisco Vieira, menos de um ano depois de um tornado ter destruído grande parte das instalações desportivas da colectividade.

A cerimónia contou com a presença dos presidentes da Federação Portuguesa de Futebol, Fernando Gomes, e da direcção e assembleia geral da Associação de Futebol do Algarve, Alves Caetano e Reinaldo

Clube com grandes pergaminhos a nível regional e nacional, tendo marcado presença durante largas décadas na 2.ª e 3.ª divisões nacionais, o Silves viveu este momento de festa com a presença de largas centenas de pessoas, numa demonstração de vitalidade e de dinâmica que importa realçar.

O presidente do Silves, Tiago Leal, deu conta do “enorme trabalho desenvolvido num curto espaço de tempo”, visando a reabilitação do



Teixeira, além do presidente do clube, Tiago Leal, do presidente da Câmara cessante, Rogério Pinto, e da nova responsável da autarquia, Rosa Palma, entre várias individualidades ligadas ao desporto e ao município.

O tornado de 12 de Novembro de 2012 devastou em poucos segundos as instalações desportivas do Silves FC, ficando o relvado natural do Estádio impraticável, devido aos estilhaços de vidros e de outros materiais que para ali confluíram, além de ter sido destruída a cobertura da bancada, com o pavilhão Mário José, localizado no espaço anexo, a também sofrer danos.

Desde essa altura, gerou-se uma onda de solidariedade, na qual a AF Algarve teve papel activo - em particular na realização de um jogo entre uma selecção regional e o Sporting, em Dezembro de 2012, no Estádio de S. Luís, em Faro - e a UEFA, correspondendo a um pedido da FPF, colaborou na minimização dos prejuízos, com um subsídio de 175 mil euros.

O notável trabalho desenvolvido pelos responsáveis do clube, enaltecido pelo presidente da FPF, Fernando Gomes, traduziu-se num primeiro passo, na recuperação do piso de jogo, agora dotado de um sintético de última geração, estreado oficialmente no jogo entre o Silves e o Quarteira, da 2.ª jornada do campeonato da 1.ª Divisão da AF Algarve. Paralelamente, e atrás da bancada, nasceu um pequeno campo para as camadas jovens, estando ainda projectados outros melhoramentos.

principal recinto desportivo da cidade de Silves, e dirigiu palavras de apreço aos restantes elementos da direcção, pois a obra realizada “é fruto do empenho de toda uma equipa que prescindiu de muito do seu tempo de lazer para se dedicar a esta tarefa.”

O piso sintético permite uma utilização intensiva e continuada, resolvendo também parte dos problemas dos escalões de formação do clube, que vinham utilizando os campos pelados do parque desportivo municipal, manifestamente com poucas condições para os jovens evoluírem.



MEIO SÉCULO A SERVIR O DESPORTO

A Juventude Desportiva Monchiquense completou 50 anos de existência a 14 de Novembro, tendo a direcção do clube emitido a seguinte nota:

No já distante dia 28 de Setembro de 1963, um conjunto de catorze cidadãos monchiquenses, reunidos no edifício da Casa do Povo de Monchique, à data sito na Rua da Igreja, materializou, em seu nome e em nome de um grupo de outros cidadãos, entre os quais se encontravam alguns jovens, a vontade colectiva de criar um projecto associativo envolvente e integrador, dedicado à intervenção na área recreativa, cultural e desportiva. No dia 14 de Novembro do mesmo ano era finalmente publicado no então Diário do Governo, o despacho de aprovação dos estatutos da Juventude Desportiva Monchiquense. Esta última data foi escolhida como data de fundação.

Meio século de vida é um marco histórico que não se esgota nem se circunscreve às paredes do JDM. É uma comemoração concelhia. Diz respeito a Monchique e diz respeito aos monchiquenses.

Naturalmente que é com muito prazer e reconhecimento que dirigimos uma saudação especial aos homens e mulheres, que, nas mais diversas funções – de sócio anónimo a dirigente, de atleta, de técnicos, de colaboradores e de adeptos – dedicaram uma parte de si a esta causa, agradecendo o empenho determinante na construção e manutenção do clube durante estes 50 anos, desde a sua fundação. Meio século é muito tempo. São muitos anos. Anos bons e outros menos bons. Um período tão longo, onde couberam imensos momentos, uns de felicidade, outros de adversidade. Quadro que é tão comum à vida das colectividades como à vida dos homens.

Estando certos que, em face das condições circunstanciais que tiveram, todos os protagonistas deste período fizeram o melhor que podiam e sabiam, somos solidários e gratos pela sua acção, quer na superação das derrotas e dos empates, quer na efusiva celebração das vitórias.

Dirigimos um agradecimento especial aos actuais atletas, técnicos, colaboradores, participantes nas iniciativas, sócios e dirigentes, que, diariamente, se entregam de forma abnegada e determinada ao clube, bem como aos patrocinadores e entidades colaboradoras que apostam e valorizam o nosso projecto colectivo e nos ajudam a prosseguir a nossa estratégia associativa. Muito obrigado!

Hoje vivemos num período de particular natureza, num contexto de crise económica, com um tecido empresarial muito vulnerável e com uma taxa de desemprego preocupante, em especial nos jovens. Contudo, a dinâmica associativa, com particular ênfase para a área desportiva e, em especial, para o futebol, assenta num quadro legal que lhe tem implícitos elevados custos de funcionamento. Porém, não se pode descurar que a actividade associativa tem como objectivos primeiros garantir uma ocupação saudável dos tempos livres dos seus participantes, bem como uma oferta diversificada de qualidade, visando, simultaneamente, a formação e o desenvolvimento nas modalidades.

Neste sentido, devemos-nos envolver no projecto associativo, no quadro das possibilidades pessoais, prestando o apoio à preparação e à execução das actividades, na certeza de que se está a dar um contributo para a comunidade a que pertencemos e que, dessa forma, poderemos alcançar o desafio maior de deixar o mundo um pouco melhor do que o encontramos.

A maturidade ora obtida abre caminho a outros desafios que se impõem na valorização do clube, das suas condições físicas e de funcionamento, bem como na diversificação da oferta desportiva e na

promoção de padrões de qualidade cada vez maiores.

Importa, pois, apelar a todos e a cada um dos nossos concidadãos monchiquenses para que apoiem o nosso clube, ajudando à sua manutenção, dinâmica e desenvolvimento.

O JDM é um parceiro importante das famílias, da escola, das autarquias e da comunidade, assumindo-se como um legado que a todos diz respeito, razão pela qual se convoca Monchique para o envolvimento no abrangente projecto que almejamos e que todos os dias se procura construir.

Festejemos com júbilo os primeiros 50 anos de existência do nosso Monchiquense! E que venham muitos mais anos, sempre a promover o Desporto na nossa Terra!



» FERREIRAS «

FESTA DO 30º ANIVERSÁRIO

O Futebol Clube de Ferreira's assinala o seu 30.º aniversário a 30 de Novembro, numa comemoração que terá lugar no salão de festas do Parque Desportivo da Nora.

A um beberete de boas vindas segue-se o jantar, havendo depois diversas iniciativas programadas: actuação do grupo de danças de salão do FC Ferreira's, entrega de emblemas de prata aos associados que completaram 25 anos de filiação e a tradicional cerimónia do partir do bolo e dos parabéns. O Ferreira's tem vindo a cimentar uma posição de relevo no futebol algarvio e vive um dos momentos mais altos do

seus historial, por força do notável comportamento da sua equipa principal, que tem dado nas vistas no Campeonato Nacional de Seniores, praticamente com o mesmo grupo

que na época passada brilhantemente se sagrou campeão da 1.ª Divisão da AF Algarve.

Ao longo de boa parte deste percurso de três décadas o clube dedicou particular carinho aos escalões de formação, com o seu conjunto sénior a incluir vários elementos provenientes da formação, num trabalho que tem proporcionado frutos visíveis no campo desportivo e também no domínio social.



» CULATRENSE «

VONTADE DE FAZER MELHOR

O Clube União Culatrense, finalista da Taça do Algarve na época passada, está a participar na 1.ª Divisão da AF Algarve. Nélia Carrilho de Sousa é a presidente do clube, enquanto Geraldo Carmo exerce as funções de responsável pelo futebol.

O treinador, Nuno Sousa, conta com a colaboração do adjunto Né e do treinador de guarda-redes Ricardo, integrando ainda a estrutura de apoio o massagista Carlos Marques, o fisioterapeuta Ribeiro e o roupeiro Zé Maria. O plantel é constituído pelas seguintes unidades: guarda-redes – Edgar e Flávio (ex-Faro e Benfica); defesas – Guilherme, David, Bodião, Augusto,

Xarrua (ex-11 Esperanças), Salgado (ex-Moncarapachense) e Uva (ex-Faro e Benfica); médios – Pepe (ex-Faro e Benfica), Mustafá,

Luís Afonso (ex-Quarteirense), Pedrinho (ex-11 Esperanças), Nuno e Paim; avançados – Bentinho, Norberto (ex-Louletano), Casimiro, Gaspar (ex-júnior do Farense), Ricardo e Ruizinho.

Na época passada o Culatrense terminou o campeonato da 1.ª Divisão da AF Algarve no quinto posto, com 54 pontos, mas o momento mais alto da campanha foi mesmo a presença na final da Taça do Algarve, no Estádio Algarve. A ambição, esta temporada, passa por fazer melhor.



» PADERNENSE «

MAIS UMA SUPERTAÇA ARRECADADA

A equipa sénior feminina de futsal do Padernense continua a somar êxitos e arrecadou mais uma Supertaça do Algarve, ao bater a formação do Machados, por 7-0, num jogo disputado no Pavilhão Municipal de Loulé.

As machadenses ofereceram tenaz resistência até ao intervalo, chegando a meio da partida a perder por apenas um golo, mas no segundo tempo o maior ritmo do conjunto de Paderne, a participar no novo Campeonato Nacional, criou esta época, acabou por levar o marcador para números bem expressivos.

No sector masculino, assistiu-se a um jogo muito interessante e de grande qualidade entre o Albufeira Futsal, da

2.ª Divisão, e o Farense, promovido esta temporada à 3.ª Divisão. Os albufeirenses colocaram-se em vantagem (2-0), dando a ideia de caminharem para um triunfo fácil, mas a turma de Faro reduziu

ainda antes do intervalo e rubricou uma segunda parte de luxo, obtendo quatro golos sem resposta, com o marcador final a traduzir-se num triunfo do Farense, por 5-2.

O conjunto da capital algarvia utilizou, contudo, um jogador que estava castigado, em função de uma incidência disciplinar referente à época passada (quando o atleta representava o 11 Esperanças, em futebol), e a vitória na Supertaça acabou por ser atribuída ao Albufeira Futsal.



Vítor Pereira abordou temas candentes da arbitragem na sede da AF Algarve

O presidente do Conselho de Arbitragem da Federação Portuguesa de Futebol, Vítor Pereira, foi o principal orador de uma palestra realizada na sede da Associação de Futebol do Algarve, iniciativa que contou também com a presença do nosso árbitro mais qualificado, Nuno Almeida, que dirige jogos das competições profissionais.

“Ser árbitro hoje!” foi o tema da intervenção de Vítor Pereira, que focou vários aspectos relacionados com o sector, desde o processo de profissionalização iniciado esta época até à necessidade de captar mais árbitros jovens e de impedir que abandonem precocemente a actividade, contrariando a tendência dos últimos anos e as consequentes dificuldades sentidas por muitas associações para disporem de juizes de campo em todos os jogos.

No domínio da profissionalização, quando o projecto estiver concluído, o nosso futebol contará com 18 a 20 árbitros profissionais, que trabalharão diariamente em dois centros de treino, nas zonas de Lisboa e do Porto. Os rendimentos dos árbitros profissionais oscilarão entre os 50 e os 80 mil euros anuais, a que se juntarão, no caso dos internacionais, valores anuais na ordem dos 100 mil euros relativos à sua participação em partidas da responsabilidade da UEFA e da FIFA.

Quanto à captação, vão ser desenvolvidas acções em todo o país no sentido de chamar jovens para a arbitragem, com uma grande ênfase colocada na retenção, pois habitualmente há uma significativa participação nos cursos mas com uma elevada taxa de abandono logo na primeira época, sendo o Algarve uma das regiões atingidas por esse fenómeno, que agora os responsáveis do sector querem contrariar. Vítor Pereira explicou que o Conselho de Arbitragem da Federação Portuguesa de Futebol pretende criar condições, através de um efectivo apoio e acompanhamento dos árbitros mais jovens, para alterar de forma significativa esse quadro.

No tocante à expressão internacional da arbitragem portuguesa, Vítor Pereira espera que o nosso país possa continuar a competir em pé de igualdade com as grandes potências do futebol mundial e o objectivo traçado passa por ter árbitros nas fases finais de todas as grandes competições.

Após a apresentação do tema “Ser árbitro hoje!”, Vítor Pereira e Nuno Almeida colocaram-se à disposição da plateia, respondendo a várias questões sobre uma diversidade de aspectos ligados à arbitragem, num diálogo franco e aberto e, seguramente, muito enriquecedor para as cerca de quatro dezenas de participantes, quase todos árbitros ou delegados técnicos da nossa região.

Tratou-se de mais uma iniciativa formativa de grande interesse levada a cabo pela Associação de Futebol do Algarve, na sequência de uma forte aposta neste domínio e que já trouxe até nós, entre outras figuras, os seleccionadores nacionais de futsal e de futebol, Jorge Braz e Paulo Bento.



SELECÇÃO DE FUTEBOL SÉNIOR EM SEGUNDO LUGAR NO SEU GRUPO

Faltou pontinha de sorte na Taça das Regiões



A Selecção do Algarve de seniores masculinos – futebol marcou presença na Taça das Regiões, tendo a primeira fase como palco a cidade de Beja. De acordo com as alterações introduzidas este ano no regulamento, apenas estava aberta a participação a atletas nascidos no ano de 1984 (com excepção de três jogadores nascidos entre 1980 e 1984), não profissionais e integrantes de equipas dos campeonatos distritais, havendo ainda outras restrições: nunca terem jogado numa das duas divisões superiores nem competido nas provas da UEFA.

Integrada na Zona 3, o Algarve teve como adversários as representações de Portalegre, Castelo Branco e Beja, com o primeiro jogo da nossa equipa a disputar-se no Complexo Desportivo Fernando Mamede (relvado) e os dois seguintes no campo de jogos do Bairro da Conceição (sintético).

Na jornada de abertura a turma algarvia rubricou uma boa exibição contra Portalegre, criando várias oportunidades de golo, mas sem conseguir concretizar. No final dos 90 minutos registava-se um empate sem golos e no desempate por pontapés da marca da grande penalidade a nossa representação levou a melhor, por 5-3. No outro jogo da ronda Beja bateu Castelo Branco, por 2-0. Na segunda partida da prova a Selecção do Algarve voltou a entrar muito concentrada e com atitude, rubricando uma boa exibição,

traduzida numa clara superioridade sobre Castelo Branco. A nossa representação ganhou vantagem através de Luís Firmino, no final da primeira parte, e este resultado (1-0) não se alterou até final, pese embora as várias oportunidades criadas (e desperdiçadas), que poderiam ter rendido uma diferença no marcador mais significativa. No outro encontro da jornada, Beja ganhou frente a Portalegre, por 1-0.

O último jogo da prova, contra Beja, acabou por ser uma autêntica final, pois, em função dos resultados das duas jornadas anteriores, o Algarve precisava de uma vitória para seguir em frente, enquanto à formação local bastava um empate. Num duelo rijamente disputado, com muita entrega e espírito de luta das duas equipas, a nossa representação esteve muito bem durante a primeira parte e conseguiu chegar à vantagem, através de um golo de Daniel Fernandes. No segundo tempo, o conjunto algarvio acusou algum cansaço e Beja, sem praticar um futebol de grande qualidade, mas apostando no erro do adversário, acabou, fruto da pressão exercida, por chegar ao empate.

Num assomo final, os algarvios ainda procuraram a vitória, dispondo de oportunidades claras para isso, mas o excesso de nervos, a ansiedade e também a falta de uma pontinha de sorte impediram um desfecho que se adequaria melhor ao que as duas equipas mostraram.

Frutos dos resultados averbados, a equipa algarvia ficou em segundo lugar, com 5 pontos somados, seguindo-se Beja, com 7 pontos, para a fase seguinte. Portalegre, que bateu Castelo Branco, por 1-0, na última ronda, ficou no terceiro lugar, com 4 pontos, e os albacastrenses foram últimos, sem qualquer ponto.



Algarve competiu no Torneio Inter-Associações de Sub-21

O Algarve marcou presença no Torneio Inter-Associações de Sub-21 em futsal feminino, disputado em Ponte de Sôr, no distrito de Portalegre, no início do mês de Novembro, sendo a nossa representação incluída, na fase inicial, no grupo 5, juntamente com as selecções de Évora e Portalegre.

No primeiro jogo, a formação algarvia teve pela frente a equipa de Évora e a estreia não foi a melhor, face à maior qualidade individual das adversárias, o que acabou traduzir-se numa diferença clara: derrota por 0-6.

No segundo dia, a selecção da AF Algarve defrontou Portalegre, num duelo entre conjuntos com argumentos muito idênticos. A nossa representação foi infeliz, pois sofreu dois golos de bola parada em momentos-chave do jogo. A boa organização colectiva exibida não se mostrou suficiente para a obtenção de um resultado positivo, em boa parte pelo motivo já referido mas também devido à ineficácia revelada na finalização. O golo da nossa equipa foi obra de Cheila Martins, jogadora do CF “Os Bonjoanenses”.

Cumprida esta etapa da prova, o Algarve ficou em último lugar no seu grupo, atrás de Évora e Portalegre, entrando assim numa segunda fase, em competição com dois outros terceiros classificados nos seus grupos, Castelo Branco e Guarda.

Frente às albacastrenses, as algarvias rubricaram o seu melhor desempenho na prova, ganhando por 3-0, perante um adversário mais acessível, com clara superioridade durante todo o jogo e melhorias notórias melhorias na finalização. Um auto-golo, na sequência de um remate de Sofia Correia (Padernense) desviado por uma adversária, abriu a contagem, com Ana Correia (Padernense) a ampliar a marca, num remate de fora da área, e Andreia Furtado (CHE Lagoense) a fechar as contas, ao desarmar uma contrária perto da baliza de Castelo Branco e finalizar.

No último jogo da competição, Ana Lapa (Padernense) colocou o Algarve em vantagem, diante da Guarda, num remate desferido já dentro da área, mas a

formação contrária acabaria por empatar, remetendo a decisão para pontapés da marca da grande penalidade, no sistema de golo de ouro. A guarda-redes Bárbara Baptista esteve em grande nível, ao sustentar o remate de uma jogadora da Guarda, e Patrícia

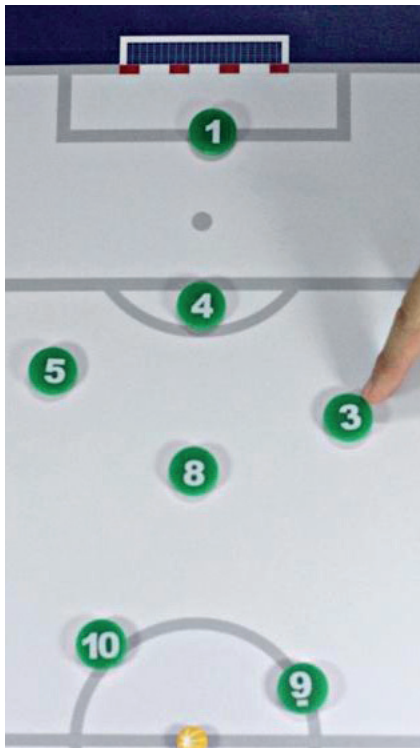


cia Teixeira mostrou frieza e eficácia, dando a vitória ao Algarve. Num balanço final, o técnico Luís Conceição, que comandou a equipa algarvia salientou “o forte espírito de grupo reinante, mesmo com resultados negativos a nível desportivo, na primeira fase da prova. Estes contactos são positivos mas as nossas jogadoras, as quais mostraram grande fair-play e um comportamento social digno de nota.”

Cursos de treinadores no Algarve

A AF Algarve é a primeira associação do país a abrir cursos de treinadores de acordo com o Programa Nacional de Formação de Treinadores definido pelo Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ). O período de inscrições para os cursos UEFA C/Raízes (grau I) e UEFA Basic (grau II) está aberto até 20 de Dezembro, sendo admitidos apenas 30 candidatos para cada um dos cursos. Os interessados devem preencher os requisitos exigidos, constantes na documentação disponível na secretaria da AF Algarve e no site www.afalgarve.pt. No caso de o número de inscritos exceder as vagas disponíveis, serão seguidos os critérios definidos nos regulamentos para elaborar a lista final de participantes, que será conhecida a 10 de Janeiro.

O início dos cursos está previsto para 21 de Janeiro e ambos incluem três fases (formação geral, específica e prática, sendo esta última constituída por um estágio a realizar na época 2014/15), naturalmente com diferentes graus de exigência. O curso de grau I decorrerá nas noites de segunda e quarta-feira e nos sábados à



tarde (primeira fase até 12 de Março e segunda de 2 de Abril a 14 de Junho), enquanto o curso de grau II terá lugar nas noites de terça, quinta e sexta-feira e nas manhãs de sábado (primeira fase até 18 de Março e segunda de 1 de Abril a 14 de Junho), decorrendo ambos nas instalações da AF Algarve.

O curso de grau I tem o custo total de 795 euros e o de grau II de 995 euros, já incluindo IVA, podendo os valores ser pagos em três fases, através da entrega de cheques pré-datados.

PARCERIA

A AF Algarve estabeleceu uma parceria com a Sports Training, apresentada na página ao lado, dispondo os agentes desportivos algarvios da possibilidade de adquirir todos os produtos daquela empresa com descontos que podem ir até 20% sobre o preço de tabela. O catálogo já está disponível no site da AF Algarve, sendo assim dado mais um passo que vem beneficiar o futebol e o futsal da nossa região.

offset & digital print

60 anos a seguir a evolução!

gráfica comercial
60 anos desde 1953
ARNALDO MATOS PEREIRA, LDA.

Gráfica Comercial – Arnaldo Matos Pereira, Lda. | Zona Industrial de Loulé – Apt. 247, 8100-911 Loulé – Portugal
geral@graficacomercial.com | Tel.: 289 420 200 | Fax: 289 420 201 | facebook.com/graficacomercial

www.graficacomercial.com

A SPORTS TRAINING APRESENTA:

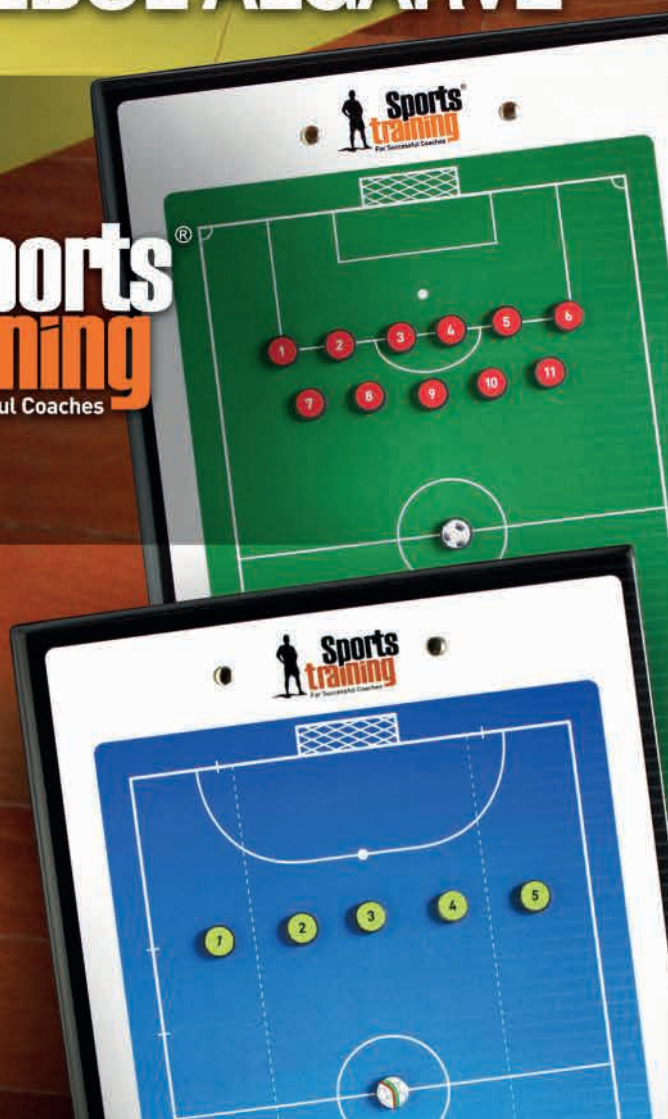
NOVA PARCERIA

ASSOCIAÇÃO FUTEBOL ALGARVE



TREINADOR DA A.F.ALGARVE,

Aproveite as condições
especiais para aquisição
de Quadros Táticos Magnéticos
de Futebol e Futsal
da **SPORTS TRAINING**.



APROVEITE DESCONTOS ATÉ 20%
ENCOMENDE JÁ

Email: sec.permanente@afalgarve.pt



Siga-nos no
facebook

PROJECTO VAI INCLUIR APOSTA NOS JOVENS A PARTIR DA PRÓXIMA ÉPOCA

Figueirense reactiva futebol na freguesia da Mexilhoeira

A Sociedade Recreativa Figueirense é a novidade no lote de participantes no campeonato da 1.ª Divisão da AF Algarve, numa inscrição à última hora, depois de o 1.º Dezembro Alvo-rense ter fechado as portas ao futebol sénior. “O grupo estava formado – equipa técnica, jogadores – e fomos confrontados com uma decisão da direcção, que nos obrigou a procurar soluções alternativas”, conta Ricardo Sobral, presidente da direcção do Mexilhoeira Grande Futebol Clube e capitão da equipa da aldeia da Figueira.

Treinadores e futebolistas reuniram-se e, confrontados com o novo cenário, recusaram desistir. “Muitos tinham rejeitado convites de outros clubes e haveria certamente gente que deixaria a prática da modalidade. Entendemos que não deveria ser assim. Sabíamos do interesse de algumas pessoas da Mexilhoeira Grande em reactivar o futebol na freguesia e eu, como sou cá da terra, desenvolvi diligências nesse sentido, felizmente coroadas de êxito”, conta Sobral.

Como o clube da Mexilhoeira Grande “não estava activo no momento e o tempo urgia, a solução passou pela inscrição da Sociedade Recreativa Figueirense, mas com toda a gestão do futebol sénior a ser assegurada de forma autónoma pelo Mexilhoeira Grande Futebol Clube, que regressará à competição na próxima temporada.”

O Figueirense “tem proporcionado todo o apoio possível a nível logístico e inclusive suportado alguns custos, embora estes, na sua generalidade, sejam da responsabilidade do Mexilhoeira Grande, que já tem uma direcção activa e a trabalhar no terreno, no sentido de garantir apoios que viabilizem a actividade desportiva.”

Perante um quadro difícil, “prevaleceu a união e a amizade existente. Entendemos que o grupo não deveria desmembrar-se e fizemos os esforços possíveis para que isso não sucedesse. Felizmente, a luta travada contra o tempo acabou por ser ganha e conseguimos encontrar uma solução transitória, mas já com um quadro assente para o futuro.”

O amadorismo é total. “Aqui ninguém ganha um cêntimo e todos os elementos do grupo são sócios do Mexilhoeira Grande. Mesmo as pessoas que connosco colaboram na rouparia e noutros sectores fazem-no por gosto e sem compensações monetárias, dada a manifesta incapacidade de gerarmos receitas para tal. É o gosto pelo futebol que nos faz correr.”

A Junta de Freguesia da Mexilhoeira Grande “disponibiliza o campo de futebol e colabora no transporte para os jogos. Temos ainda algumas empresas que ajudam, embora, no contexto actual de crise, não seja fácil encontrar quem se disponibilize para nos patrocinar. Valemo-nos das relações de amizade e





proximidade com alguns empresários, que entendem também o nosso esforço para reactivar o futebol nesta freguesia, sendo possível dessa forma fazer face às despesas com inscrições, taxas de jogo e despesas relativas à organização dos jogos.” No aspecto competitivo, as preocupações não são grandes. “Queremos dar uma boa imagem em todos os jogos, sem estar estabelecida uma meta em termos classificativos, embora queiramos, claro, posicionar-nos o mais acima possível, dentro das limitações que reconhecemos a nós próprios. Temos a noção de que não dispomos de argumentos para andar nos lugares da parte alta da classificação mas entramos em campo sempre com o propósito de lutarmos pelo melhor resultado, lutando com afinco por isso. Quem vem ver os nossos jogos depara com uma atitude muito digna e um grupo unido, numa atitude que, esperamos, possa servir de exemplo para os jovens da nossa freguesia e entusiasamá-los pela prática do futebol. Ao mesmo tempo, pretendemos que a população da Mexilhoeira Grande e das aldeias vizinhas readquirir o hábito de vir ao campo aos sábados, criando uma atmosfera de proximidade com a equipa.”

A aposta nas camadas jovens é um alvo já definido para o futuro. “Trata-se de uma estrutura nova, estamos a começar do zero, mas há a intenção clara de dispormos de uma equipa de formação na próxima temporada. Queremos dar passos seguros nesse sentido e iniciar um projecto pela base, de forma a que depois possamos assistir a um crescimento sustentado.”

Refira-se que a equipa da Sociedade Recreativa Figueirense inclui no seu plantel o jogador mais velho inscrito em competições oficiais de futebol: o guarda-redes Hélder Lourenço, de 59 anos, que já foi, de resto, utilizado na campanha em curso e tem como meta jogar até aos 60 anos, o que implicará a disputa de pelo menos um jogo na próxima campanha, pois atingirá aquela idade a 4 de Agosto de 2014.

Com uma carreira iniciada em 1971/72, no já extinto Grupo Desportivo Torralta, Hélder Lourenço conheceu o seu momento de apogeu no Portimonense, chegando a jogar na 1.ª Divisão. Representou ainda diversos outros clubes algarvios: Esperança de Lagos, Alvorense, Imortal, Lagoa, Mexilhoeira Grande e Armazenenses. A única experiência fora da região foi vivida na campanha 1983/84, no União da Madeira. Esta época, e por força do fim do futebol sénior no Alvorense, representa o décimo clube da sua carreira, o Figueirense.



Moncarapachense tem mira apontada aos lugares da frente

O Lusitano Ginásio Clube Moncarapachense vem assumido claro protagonismo na principal competição da AF Algarve, a 1.ª Divisão distrital, e, depois de na época passada ter lutado pela subida até perto do fim, o clube de Olhão quer voltar a evidenciar-se. “Apostamos claramente nos primeiros lugares”, assegura o presidente Nemésio Martins.

A época, diga-se, não começou bem. “Foi um arranque atribulado, com a saída do treinador (Bruno Saraiva mudou-se para o Fátima) e a vinda de outro que esteve connosco apenas uma semana (Nuno Encarnação), pelo que já vamos no terceiro responsável técnico (o grupo está agora confiado a Eduardo Rodrigues). Saiu também a referência do ataque, num início tudo menos tranquilo, com clara influência no rendimento desportivo”, sustenta o líder do clube.

Agora “a acalmia está a regressar, com o grupo a dar a cada jogo sinais de maior consistência, o que nos permite acreditar num desempenho positivo esta temporada, dentro dos objectivos traçados”, sustenta o líder da colectividade.

Na época passada, “a desistência do Algarve United acabou por provocar alterações na classificação, quando estávamos desta-



cados na frente, e isso perturbou o grupo. Fizemos um bom jogo nas Ferreiras, num duelo de extrema importância, mas perdemos e instalou-se algum desânimo. Ainda assim, fiquei satisfeito com o rendimento evidenciado, sobretudo se atentarmos na juventude do plantel. Penso que não se poderia exigir melhor, embora, confesso, chegasse a sonhar com a subida quando ocupávamos o primeiro lugar com sete pontos de avanço.”

O Moncarapachense continua a debater-se com uma dificuldade: a inexistência de um campo relvado ou dotado de piso sintético na freguesia, obrigando à disputa dos jogos na sede do concelho. “Os responsáveis da Câmara de Olhão sabem o que nós pretendemos e já decorreram várias conversas nesse sentido. Há uns anos houve um financiamento da Comunidade Europeia destinado a esse tipo de equipamentos e a autarquia optou por construir o campo municipal de Olhão, ficando inviabilizado o sintético de Moncarapacho. Depois disso, e quando a economia ainda estava em alta, surgiu um grupo que pretendia edificar um hipermercado no nosso parque desportivo (pelado), cedendo um terreno para a construção de um novo recinto, noutra local, mas tudo se gorou, pois o Plano Director Municipal não previa, na nossa terra, uma área desportiva e era necessário alterar esse documento orientador, o que demoraria algum tempo. O investidor não quis esperar e optou por partir para outras paragens...”

Nemésio Martins lamenta que os jogos “sejam longe de casa, não apenas pelos custos financeiros que isso envolve mas por estarmos mais afastados da nossa gente. Muitos sócios fazem-nos sentir que é em Moncarapacho que temos que jogar e eu concordo, naturalmente, mas não podemos passar por cima dos regulamentos. Saímos altamente prejudicados, pois perdemos



as receitas de bar e de bilheteira, pois no nosso campo havia gente muita gente nos jogos, e há menos calor humano em redor da equipa. Infelizmente há coisas que não podem ser como nós queremos e agora vivemos uma fase muito difícil, em que nem sequer se pode exigir que se faça o que não foi feito quando os recursos abundavam.” Uma eventual subida ao Campeonato Nacional de Seniores não assusta os responsáveis do Moncarapachense. “Os dirigentes do Ferreiras estavam com algum receio e chegaram a hesitar entre entrar nessa competição ou recusar mas o formato encontrado não é tão castigador para as equipas algarvias, em termos de deslocações, e a crise não toca apenas a nós, no resto do país os clubes também passam por dificuldades e há uma notória moderação nos gastos e apostas desportivas mais realistas e enquadradas nos condicionalismos existentes. No nosso caso, se houver vontade de todos, não teremos receio de enfrentar esse passo, na certeza de que não alteraremos muito a política seguida nos últimos anos se tal quadro se desenhar.”

A isso junta-se outro factor: “Dantes havia uma grande diferença de ritmo competitivo e de qualidade entre as provas nacionais e distritais. Hoje já não é assim. Mesmo não havendo grandes recursos financeiros, todas as equipas das provas distritais já trabalham muito bem, quer do ponto de vista físico, quer no domínio tático, e o Ferreiras está a prová-lo, pois conta praticamente com o mesmo plantel que subiu e vai na frente do campeonato, numa demonstração da qualidade do distrital algarvio.”



Morreu José Guerreiro Cavaco, um dos grandes líderes do futebol

“Nãoensem que este acto é a minha despedida!”, afirmou-o quando da merecida, justa e fraterna homenagem que a Associação de Futebol do Algarve lhe prestou, conferindo-lhe, com toda a dignidade e honra, o título de “Sócio Honorário”, na Festa do Futebol – 2013, realizada com pompa e circunstância no Hotel Hilton, em Vilamoura.

Nessa noite memorável, como aliás em toda a sua vida, o Comendador José António Guerreiro Cavaco, mostrou-se um homem de luta assumida e de esperança no futuro. Ele sabia, como só ele sabia, o estado da sua débil e enfraquecida saúde, vítima da pertinaz doença que de há muito o consumia. Mas quis que a mensagem fosse essa outra de que havia um dia e outro dia para serem vividos na fraterna solidariedade e fraterna estima das gentes do futebol algarvio, como então aconteceu.

Unia-nos uma sólida amizade cimentada ao longo de mais de sessenta anos de permanente convívio, iniciado nos bancos da Escola Técnica Elementar Serpa Pinto e prosseguindo na Tomás Cabreira (foi um daqueles que a Dr.ª Sofia Leal intitulou num trabalho “Os Cavacos da Tomás Cabreira – o Aníbal, actual Presidente da República, o Casimiro, um dos mais destacados poetas portugueses contemporâneos, o Horácio, ex-presidente da Região de Turismo do Algarve e da Escola de Hotelaria e Turismo, o Manuel, dinâmico empresário, e o Zé, com uma carreira política e de dirigente desportivo da maior relevância e pela vida fora, de modo próprio em duas vertentes que sempre trilhámos: a apetência nutrida por tudo quanto dizia respeito ao futebol e à Região-Mãe, o Algarve.

Natural de Salir, onde nasceu a 19 de Março de 1939 e onde fez o ensino primário, como então se chamava ao actual ensino básico, veio estudar para Faro e aqui se apaixonou pela prática desportiva e pelo dirigismo. Alinhou nos juniores do Sport Faro e Benfica (o sempre “Sport Lisboa”), numa altura em que também envergavam o jersey encarnado o Mário Zambujal, o Filipe Vieira, o Júlio Piloto e tantos outros. Do seu vastíssimo currículo como dirigente assinalamos o que foi a obra realizada em Angola, quando por lá viveu, de modo próprio no Huambo, e chegando a seleccionador daquele hoje país lusófono; a fundação da Associação Cultural de Salir, o Farense (com destaque para o ginásio-sede e a chefia do departamento de futebol), o Louletano e o Quarteirense, a presidência da Associação de Futebol do Algarve e o desempenho de funções directivas na Federação



Portuguesa de Futebol e o acompanhamento que fez por esse mundo fora de várias selecções nacionais, com destaque para o segundo lugar conquistado no Mundial de Sub-20, na Colômbia. No campo desportivo, não queremos olvidar o impulso dado, como autarca, às infra-estruturas desportivas no concelho de Loulé, a cuja Câmara Municipal presidiu, com a inauguração do complexo exterior das piscinas daquela cidade e a criação de campos de futebol em todas as freguesias louletanas. Foi também Governador Civil do Distrito de Faro.

Em 6 de Setembro de 2011 foi distinguido pelo Presidente da República, Prof. Dr. Cavaco Silva, com a Comenda da Ordem do Infante Dom Henrique, num agradecimento de Portugal a este saudoso homem da tribo do futebol, que ora chora a sua morte. À família enlutada, de modo próprio a sua Esposa, Prof. D. Fernanda Cavaco, a expressão do mais profundo pesar.

Honra e Glória Centenário do Olhanense

De entre as significativas comemorações do centenário do glorioso Sporting Clube Olhanense, esteio maior do futebol algarvio, destaca, com toda a valia e merecimento, a edição do excelente livro-álbum “Honra e Glória”, da autoria do conhecido jornalista algarvio e uma das referências maiores do jornalismo desportivo contemporâneo, Armando Alves.

Se as celebrações atingiram um elevado nível de simbolismo, esta obra, por aquilo que apresenta e representa, no seu vasto e exaustivamente documentado conteúdo, concretiza todo o espírito de investigador, historiador e jornalista do que é o responsável número um pela produção desta excelente revista da Associação de Futebol do Algarve. É que se já anteriormente Armando Alves dera o seu nome a trabalhos monográficos que são referências plenas na bibliografia desportiva do Algarve, é em “Honra e Glória” que atinge a excelência de investigação, compilação e escrita, encantando-nos e prendendo a nossa leitura ao longo das quase trezentas páginas que constituem o livro-álbum, memória de cem anos de história e vivência deste século em que o Olhanense se alcandorou

a uma posição de charneira no panorama associativo nacional. Só ora demos por concluída a sua emotiva leitura, porque no recordatório de nomes e de factos, de figuras e de momentos dos rubro-negros sempre nos assoma uma pontinha de emoção e em muitos casos de saudade.

Em “Honra e Glória” vive-se Olhão e sente-se Algarve, porque quer na escrita como na apreciação de históricas fotografias ressalta esse aplaudir com ambas as mãos de uma caminhada admirável, dessa emanção única de ser “filho de Olhão”.

Conseguiu-o Armando Alves e por isso, sem redundância, o reafirmamos: este livro-álbum “Honra e Glória” ficará para todo o sempre como um dos momentos mais elevados do programa comemorativo do primeiro centenário do glorioso Sporting Clube Olhanense!



Génio português co-autor do cartão “Futebol e Órgãos”

Tem 41 anos, é natural do Porto, publicitário de profissão há 18 anos, ligado à conhecida agência Ogilvy (que produziu excelentes campanhas, casos do sabonete Dove ou da Burger King, para os Estados Unidos), há dois anos radicado em São Paulo, Brasil, João Afonso Coutinho, pai de dois filhos, é co-autor com o espanhol Paco Conde de uma acção do mais elevado interesse ligando o futebol, o mais popular desporto a nível mundial, e a doação de órgãos humanos, que na nação brasileira conhece um défice. É a actividade futebolística, com toda a sua pujança e virtudes, sobretudo no irmão país sul-americano, sem esquecermos os indesejados malefícios, a dar um louvável e efectivo contributo à qualificação da vida humana.



A campanha lançada pelo português João Afonso Coutinho consistiu em criar o primeiro cartão de doadores de órgãos, o designado “Imortal Fans”, entre os adeptos do Sport Club de Recife, da homónima cidade nordestina, no escrever do jornalista Valdemar Cruz “a maior torcida do Nordeste e os mais fanáticos, com cânticos onde se ouve «tudo pelo Sport, mesmo depois da morte»”. Foi tal a adesão ao cartão “Imortal Fans” que é já maior o número de aderentes que os lugares disponíveis no estádio do Sport Club de Recife, sendo equacionada a muito consistente ideia de expandir o mesmo a outros clubes.



João Leal

Jornalista, professor e ex-dirigente da AF Algarve

Restaurante - Snack-Bar



No Tapas é que é bom... !

Encerramos às Segundas-Feiras

Arménio Santos Neves Gonçalves

Rua Pêro Vaz de Caminha, 24-A - 8900 Monte Gordo - Telef. 281 541 847

Quem Somos

Situado na freguesia de Monte Gordo, no Concelho de Vila Real de Santo António, o restaurante **O Tapas** é o sítio ideal para um bom apreciador de **peixe e marisco**.

O nosso restaurante é um ponto de referência na região e as nossas doses são generosas.

Apresentamos uma boa montra de peixe, de onde se destacam as douradas, os robalos, os besugos, as ferreiras e os sargos.

Dispomos de uma excelente montra de vinhos.

Com lotação para 260 pessoas, o nosso restaurante é o lugar ideal para almoços ou jantares de grupos; temos igualmente serviço de esplanada.

Não hesite mais, faça-nos uma visita!



Futsal: as leis do jogo

Por António Pincho Correia

LEI 12 - FALTAS E INCORRECÇÕES

As faltas são sancionadas com pontapé-livre directo, pontapé de grande penalidade ou pontapé-livre indirecto.

Faltas punidas com pontapé-livre directo, cometidas por negligência, imprudência ou por excesso de combatividade

- Dar ou tentar dar um pontapé num adversário;
- Passar rasteira a um adversário;
- Saltar sobre um adversário;
- Carregar um adversário;
- Agredir ou tentar agredir um adversário;
- Empurrar um adversário;
- Entrar em "tackle" sobre um adversário.

Faltas punidas com pontapé-livre directo, cometidas intencionalmente

- Agarrar um adversário;
- Cuspir sobre um adversário;
- Tocar deliberadamente a bola com as mãos (excepto o guarda-redes dentro da sua própria área de grande penalidade).

As faltas acima referidas são acumuladas.

Uma grande penalidade será concedida quando uma das dez faltas referidas seja cometida por um jogador dentro da sua própria área de grande penalidade, independentemente do local em que a bola se encontre nesse momento, desde que esteja em jogo.

Faltas punidas com pontapé-livre indirecto cometidas pelos guarda-redes

- Guarda-redes controlar a bola com as mãos ou com os pés na sua própria metade da superfície de jogo por mais de quatro segundos;
- Depois de jogar a bola, tocar-lhe novamente na sua própria metade da superfície de jogo, após ter sido deliberadamente jogada por um colega de equipa sem ter sido jogada ou tocada por um adversário;
- Tocar a bola com as mãos dentro da sua área de grande penalidade após ter sido pontapeada por um colega de equipa;
- Tocar a bola com as mãos dentro da sua área de grande penalidade após tê-la recebido diretamente de um pontapé de linha lateral executado por um colega de equipa.

Faltas punidas com pontapé-livre indirecto cometidas pelos jogadores

- Jogador que jogue de uma maneira perigosa na presença de um adversário;
- Faça obstrução à progressão de um adversário;
- Impeça o guarda-redes de soltar a bola das mãos;
- Cometa contra um colega de equipa uma das nove faltas punidas com pontapé-livre direto se forem cometidas contra um adversário;
- Cometa quaisquer outras faltas não mencionadas anteriormente na Lei 12 ou em qualquer outra Lei, pelas quais o jogo seja interrompido a fim de advertir ou expulsar um jogador.

CONDIÇÕES BÁSICAS PARA QUE UMA INFRAÇÃO SEJA CONSIDERADA UMA FALTA

- Ser cometida por um jogador ou por um substituto que não tenha cumprido corretamente o processo de substituição;
- Ocorrer na superfície de jogo;
- Ocorrer enquanto a bola esteja em jogo.

CURIOSIDADES

A acção de carregar um adversário representa uma disputa por espaço utilizando o contacto físico, enquanto a bola se encontra a uma distância jogável, mas sem utilizar os braços ou os cotovelos.

Constitui infracção carregar de maneira negligente, impudente ou com excesso de combatividade.

Agarrar um adversário inclui a acção de evitar que ele se mova para a frente ou contorne o infractor, utilizando as mãos, os braços ou o corpo.

Mão na bola: tocar a bola com a mão implica uma acção deliberada de um jogador, devendo ser considerado o seguinte:

- O movimento da mão em direção à bola (não da bola em direção à mão);
- A distância entre o adversário e a mão (bola que chega de forma inesperada);
- A posição da mão não pressupõe necessariamente uma infracção (estar afastada do corpo não significa intenção);
- Tocar a bola com um objeto agarrado na mão (como peça de vestuário, caneleira, etc.) corresponde a tocar deliberadamente a bola com a mão;
- Tocar a bola com um objeto lançado (uma sapatilha, caneleira, etc.) corresponde a tocar deliberadamente a bola com a mão.

Jogo perigoso consiste numa acção em que um jogador, ao tentar jogar a bola, põe em perigo um jogador adversário ou a si mesmo. O jogo perigoso é cometido com um adversário próximo e impede que este jogue a bola por medo de lesionar-se ou lesionar o outro jogador.



Periodização do treino de jovens no futebol: o indivíduo para além do processo



No futebol de formação, a aprendizagem do jogo, nas suas dimensões técnica, tática e estratégica, não é um processo de curto prazo. A aquisição e o aperfeiçoamento das acções técnicas, o desenvolvimento do raciocínio tático e a vivência dos condicionalismos estratégicos devem ocorrer por etapas, evitando as mais que habituais pressões exteriores de “executar rápido, bem, aqui e agora”. A crença no imediatismo gera usualmente insucesso; o insucesso conduz à saturação; a saturação culmina na desistência e no abandono precoces do processo de treino e competição (Stafford, 2005).

Uma vez que o jogo de futebol tem por base uma estrutura de rendimento complexa, é natural que as crianças/jovens sejam submetidos a situações de jogo ou competição exigentes dos pontos de vista físico, cognitivo e emocional. Contudo, as exigências que são colocadas aos miúdos devem ser muito bem equacionadas e geridas pelos treinadores. Um contexto de pouca exigência não estimula o desenvolvimento das competências dos jovens praticantes; por outro lado, um contexto de elevada exigência, sempre no limite, tende a desrespeitar

os processos biológicos de crescimento e maturação dos indivíduos, levando à inevitável saturação. Deste modo, uma conveniente periodização do treino por parte do treinador pode acautelar situações de desistência e potenciar os efeitos formativos decorrentes da prática numa perspectiva a médio/longo prazo.

Neste âmbito, é consensual entre especialistas a existência de alguns cuidados a ter na selecção do padrão de periodização a adoptar no treino de crianças/jovens. Tomemos em consideração os seguintes:

- O modelo de periodização deve ser adaptado à vida escolar (Matveiev, 1982, Tschiené, 1983, citados por Mota, 1988; Stafford, 2005), bem como à vida familiar da criança/jovem (Stafford, 2005). A grande maioria dos jovens praticantes de futebol no nosso país não está inserida em academias profissionais de futebol. Para além disso, a percentagem de jogadores que atingem o alto rendimento é irrisória. Enquanto agentes formadores de cidadãos, os treinadores não devem ignorar esta realidade;



- O que está em causa não é propriamente o rendimento, mas sim a criação dos pressupostos desse rendimento (Mota, 1988; Stafford, 2005; Martin et al., 2008); logo, a criança/jovem não precisa, ao longo do ciclo anual, de atingir picos ou níveis otimizados de forma desportiva (Tschienne, 1983, Weineck, 1983 e Carvalho, 1985, citados por Mota, 1988);

- No período preparatório (pré-época), o objectivo do treino não é tentar o desenvolvimento da forma desportiva que serve para vencer o campeonato, porque o preço a pagar será uma perda de motivação por parte do jovem praticante (Tschienne, 1983, citado por Mota, 1988; Seirul-lo, 1998);

- A alta intensidade associada a exercícios específicos e/ou gerais, por motivos biológicos, pode ser nefasta nos níveis base de formação, visto o factor técnica ainda se apresentar pouco consolidado, surgindo a possibilidade de reter o erro. Nestes escalões, a base de um nível futuro elevado de rendimento deve ser lançada através da dominância do incremento do volume (tempo de treino), não por intermédio do aumento da intensidade (Tschienne, 1983, citado por Mota, 1988; Stafford, 2005; Martin et al., 2008);

- O macrociclo anual (época desportiva) pode ser subdividido numa periodização tripla (três períodos), uma vez que oferece possibilidades de organização favoráveis para um processamento variado do ciclo anual, o que vem ao encontro dos interesses escolares das crianças/jovens (Lewin, 1978, Barbanti, 1979, Raposo, 1979, Berger, 1981 e Freitag, 1982, citados por Mota, 1988);

- É benéfico alterar o tipo ou algumas particularidades da periodização de época para época, de modo a fomentar a adaptação a novas estruturas de treino e a estímulos diversificados, em consonância com as exigências e as necessidades próprias de cada praticante e da competição (Stafford, 2005);

- Nos períodos de férias escolares, deve-se propiciar intervalos profiláticos, que providenciem a recuperação e a regeneração necessárias a jovens praticantes em desenvolvimento (Tschienne, 1983, citado por Mota, 1988; Stafford, 2005). Posto isto, será a frequência regular dos habituais torneios de Natal, Carnaval e Páscoa realmente benéfica para o desenvolvimento integral das crianças/jovens? Não serão estes torneios suplementares um factor de saturação para os jovens e para as respectivas famílias?

Um modelo de periodização assente nestas recomendações está especialmente ajustado às culturas ocidentais, até pela sua adequação à realidade no que diz respeito à matriz de estrutura social vigente. Em síntese, um modelo que se enquadre nos estilos de vida das crianças/jovens e das respectivas família é um modelo mais centrado e adaptado ao praticante, o que, em última instância, concorre para uma rentabilização e optimização do processo de formação desportiva e cívica através desta nossa modalidade: o futebol.

Referências

Martin, D., Carl, K. & Lehnertz, K. (2008). Manual de teoria do treinamento esportivo. São Paulo: Phorte Editora.
Mota, J. (1988). A periodização do treino com jovens. Horizonte, 4(23): 163-167.
Seirul-lo Vargas, F. (1998). Planificación a largo plazo en los deportes colectivos. Apuntes del curso de Entrenamiento Deportivo. Canarias: Escuela Canaria del Deporte.
Stafford, I. (2005). Coaching for long-term athlete development: To improve participation and performance in sport. Leeds: Sports Coach UK.



Carlos Humberto Almeida

Licenciado em Ciências do Desporto – menção em Educação Física e Desporto Escolar (FMH-UTL)
Mestre em Treino do Jovem Atleta (FMH-UTL)
Coordenador técnico de Futebol 7 no JD Monchiquense
Treinador de Infantis no clube JD Monchiquense

NOTA INTRODUTÓRIA

Neste número iremos manter um artigo sobre a história do Futebol em Portugal, recuperando o doutor Jorge Araújo responsável por este conjunto de artigos, a origem de alguns clubes que hoje ou num passado recente assumiram protagonismo do desenvolvimento da prática desportiva do Futebol no nosso país.

Após termos abordado em números passados temas como desenvolvimento dos jovens e a importância da pedagogia na formação dos jovens praticantes, neste número dando seguimento ao tema da formação, iremos abordar questões relacionadas com o esforço e a fisiologia no rendimento formativo do desporto da autoria dos Mestres Rui Batalau e Ricardo Gonçalves, ambos docentes do ISMAT. Continuamos ainda abertos às questões que nos queiram colocar e a abordagens de assuntos que considerem pertinentes e que gostassem de ver tratados na revista.

O nosso contacto é:
sportismafa@hotmail.com



J. Martinez
Coordenador Treino Desportivo ISMAT
Doutor em Didáctica



Do jogo da bola às Ciências do Desporto

- uma visão histórica sobre a evolução do futebol -

PARTE X

A tendência do homem ao movimento, como activador do crescimento funcional no âmbito fisiológico e psicológico, é acompanhado pelo prazer e o gosto por ele mesmo.

Neste sentido constitui parte do campo de acção vital do homem.

O exercício corporal (jogo) tem, pois, a sua origem na tendência natural do ser humano de configurar e conservar a sua vida.

Como ser biológico e social que é, os exercícios corporais são tão antigos como ele mesmo.

Gerhard Lukas
(1914-1998)

1. O presente texto surge no alinhamento do publicado no número anterior da revista «AFALGARVE».

Para situar a problemática da história social do desporto relacionada com o pioneirismo na promoção, dinamização e pré-organização do «jogo da bola» em Portugal, destacamos, nessa edição, algumas das influências mais relevantes, particularmente as exercidas pelas Instituições ligadas ao processo educativo, de que é exemplo paradigmático a Real Casa Pia de Lisboa, por efeito das suas características pedagógicas, secundadas, uma década depois, pelo movimento de adesão ao futebol dos grupos escolares sediados na capital, nomeadamente o Colégio Vilar, a Escola Nacional e o Colégio Arriaga, entre outros, e, desde 1894, o Núcleo Casapiano,





considerado na época o mais importante.

Se no início o que movia o gosto pelo «jogo da bola», ainda pouco conhecido entre nós, era o **PRAZER PELA PRÁTICA** (conceito de jogo), concebido a partir da organização informal e casuística de grupos de jovens aprendizes, esse prazer versus gosto muito contribuiu para o aparecimento dos Núcleos de Praticantes (equipas) como uma nova fase de subordinar a prática do futebol a um pensamento e acção emergentes num ideal de superação e transcendência, traduzido no **PRAZER PELO TRIUNFO** (conceito de desporto), mesmo que, à data, se tratasse, ainda, de um mero capricho da imaginação, fantasia ou acto de sonhar, dos seus principais actores/agentes, por ausência de experiência, competências e estruturas.

Deste modo, não é de estranhar o surgimento de formas de acção mais dinâmicas (conceito de organização), nomeadamente através da fundação/criação de Clubes de Bairro, com uma missão e objectivos definidos pelos seus membros, com nome próprio, símbolo, sede social, receitas, equipamentos e instalações desportivas apropriadas, e uma estrutura dirigente e técnica de controlo, modelo que se tem vindo a afinar ao longo dos anos (conceito de gestão).

Corolário dessa evolução é defensável considerar teoricamente, numa perspectiva crono, que qualquer que tenha sido o itinerário utilizado na evolução do futebol no último século, vulgarizando a sua prática, ele só ocorreu devido às influências que a natureza da vida social encerra, uma vez que o Ser Humano e a Sociedade não são seres estáticos, transformando, então, a sua vida em movimento permanente de mutações e de transcendências.

O futebol, enquanto actividade física e desportiva, nunca foi um fenómeno sociocultural neutral, ainda que se aceite uma história relativamente autónoma, uma vez que tem o seu próprio ritmo, as suas próprias leis de evolução, as suas próprias crises, ou seja, a sua cronologia específica. No entanto, ele e elas têm evoluído em resultado das interações que cada Ser Humano estabelece com os seus semelhantes nos domínios do **TER** (economia), do **PODER** (política) e do **SABER** (ideologia, enquanto conjunto de ideias e valores comuns a um grupo social).

Em comunhão com a dimensão sociocultural acima expressa, alguns dos pioneiros pela criação dos Clubes de Bairro ousaram pôr à prova as suas crenças, investindo as suas energias na criação de Clubes e Associações de maior dimensão, umas vezes através da fusão, outras por via de cisão, procurando aglutinar mais recursos humanos e materiais, no sentido da capitalização de maior prestígio e mais sucesso.

Porque o futebol nasceu em Lisboa, é na capital que surgem os primeiros exemplos dessa nova realidade, tendentes a dar visibilidade ao conceito de ambição, operacionalizada através duma dinâmica associativa cada vez mais eclética, procurando influenciar a adesão dos cidadãos para os seus projectos desportivos e sociais.

Destacam-se neste âmbito, pelas influências que desde cedo produziram na cidade, na região e no país, os casos do **Sport Lisboa e Benfica** (f.: 28.02.1904), do **Sporting Clube de Portugal** (f.:01.07.1906) e do **Clube de Futebol «Os Belenenses»** (f.:23.09.1919), comprovadas pela leitura e observação dos no-

mes e símbolos dos clubes fundados, a partir do início da segunda década do século passado, na Região do Algarve, como se dá conta no ponto seguinte.

2. Embora se aceite 1882 como sendo o ano em que se observou a prática do primeiro «jogo da bola» na região algarvia, tendo por protagonistas dois grupos constituídos por tripulantes de barcos ingleses ancorados na baía de Lagos, em trânsito para Gibraltar e Norte de África, só cerca de três décadas mais tarde é que o futebol ganha estatuto institucional.

Durante essa fracção de tempo de gestação, em que por efeito da interacção de uma tríade de conceitos sistémicos estruturados em: **espaço simbólico** (campo), **código de valores** (habitus) e **capital social, cultural, simbólico e económico** (capital), e que do ponto de vista do pensamento sociológico significa o modo como os indivíduos incorporaram o modelo de estrutura social, neste caso o futebol, legitimando-o e reproduzindo-o (teoria da reprodução social), foi possível conquistar esse estatuto, através do nascimento do **Sporting Clube Farense**.

Este acontecimento, considerando da maior relevância política e social para a cidade e para a Região, por tratar-se do emblema mais antigo do Distrito de Faro, ocorreu no dia 01 de **Abril de 1910**, por influência e mérito atribuído a João Gralho que havia idealizado, algum tempo antes, a criação de um clube de futebol, devidamente organizado, semelhante ao modelo seguido por clubes já existentes, nomeadamente os da capital.

Durante esse seu tempo de reflexão, certamente que foram hierarquizados os seus gostos e desejos e encontrou aquilo que estava a seu gosto. O que significa que o mesmo gosto, então hierarquizado, teria podido, num outro estado da oferta (no caso reduzida a dois clubes – SLB e SCP), exprimir-se em práticas fenomenalmente muito diferentes e, contudo, estruturalmente equivalentes.

Por isso, a objectividade do seu gosto, mesmo que se tivesse democratizado, ele traduziu-se na apropriação das duas primeiras designações do nome do Sporting Clube de Portugal a que lhe adicionou, no final, o nome do Município que o viu nascer, das cores e do símbolo do Leão, como se pode comprovar na imagem ao lado. Estamos, deste modo, perante um caso que serve de exemplo a outros que se seguiram, e que, provavelmente, obedeceram aos mesmos princípios: método e modelo.

Por esse facto, o Sporting Clube de Portugal considerou o Sporting Clube Farense como a sua filial n.º 2. Este conceito de filial para o SCP significa que é um clube que se associa ao espírito leonino, mas com existência autónoma, e que contribui para a expansão do Sporting Clube de Portugal. Embora o Sporting Clube Farense tenha sido considerado a filial n.º 2 do Sporting Clube de Portugal, a sua fundação é anterior à filial n.º 1 atribuída ao **Sporting Clube de Tomar**, fundado em 26.02.1915.

Para exemplificar melhor a «metamorfose dos gostos» convém acrescentar que para que haja gostos, é necessário que haja bens classificados, de «bom» ou de «mau» gosto, «distintos» ou «vulgares». Daí que, numa perspectiva teórica, segundo o eminente sociólogo francês **Pierre Bourdieu** (1930-2002), mestre na Escola Prática de Altos Estudos de Paris, os gostos, entendidos como o conjunto de práticas (actividades) e das propriedades de uma pessoa ou de um grupo são o produto de um





incorporado, que são objectivamente concordantes.

Entretanto, à época, assistia-se já a uma competição permanente entre os

(eternos) rivais de Lisboa – Sport Lisboa e Benfica e Sporting Clube de Portugal –

quer no âmbito das competições desportivas, quer nos desafios idealizados fora das quatro linhas tentando pontar em todos os actos, projectos e propostas apresentadas aos seus pares, visando ampliar a sua implantação e simpatia.



No Sport Lisboa e Benfica, o principal exemplo foi-nos dado por **Cosme Damião** (1885-1947) que, através do seu esforço e empreendedorismo, e após ter assumido a direcção do clube em 28.Out.1910, avançou com propostas originais que tinham por objectivo criar várias delegações em Lisboa e na Província, alargando o eclectismo do Clube, criando mais modalidades para os seus associados e simpatizantes, defendendo a realização de excursões das equipas de futebol a outras regiões do país, para promoção do nome do clube. Esta estratégia foi continuada, depois, pelo presidente **Alberto Lima** durante os seus mandatos de 1911 a 1915.

Corolário dessa política expansionista, são fundados na região do Algarve o **Sport Lagos e Benfica**, em 19.01.1914 (filial n.º 8), o **Lusitano Futebol Clube**, em 15.04.1916 (delegação n.º 1), o **Sport Faro e Benfica**, em 28.08.1917 (filial n.º 1) e o **Sport Fuzeta e Benfica**, em 01.01.1944 (filial n.º 18). Por outro lado o **Sporting Clube de Portugal** está ligado à fundação do **Sporting Clube Farense**, em 01.04.1910 (filial n.º 2), **Sporting Clube Olhanense**, em 27.04.1912 (filial n.º 4), **Silves Futebol Clube**, em 04.04.1919 (delegação n.º 4), **Glória Futebol Clube**, em 19.06.1919 (delegação n.º 1), **Sporting Clube Lagoense**, em 05.10.1938 (filial n.º 90), **Sporting Clube Vilarealense**, em 15.09.1975 (filial n.º 155) e **Leões Futebol Clube de Tavira**, em 07.10.1976 (delegação n.º 20).



Aos dois exemplos referidos anteriormente, junta-se, depois, um terceiro que dá pelo nome de **Clube de Futebol «Os Belenenses»**, tendo na figura de Fran-



cisco Mega (1903-1972), o dirigente que durante mais tempo presidiu à Direcção do Clube - nove anos - divididos em três períodos: 1935/38, 1939/41 e 1950/54, e que, seguindo a mesma metodologia dos seus competidores directos mais velhos, da capital, apostou, igualmente, na criação de filiais e delegações do Belenenses a nível nacional, atingindo em 1935 a cifra de trinta e três casos.

No Algarve, nascem, então, o **Clube de Futebol Marítimo Lacobrigense**, em 1921, o **Clube de Futebol «Os Bonjoanenses»**, em 04.05.1935, o **Clube de Futebol «Os Armazenenses»**, em 06.09.1935 e o **Clube de Futebol «Os Estombarenses»**, em 17.10.1937.

Por último, e tendo por patrono o **Clube Oriental de Lisboa**, nascido em 08.08.1946, da fusão de três outros clubes sediados em três bairros populares da zona oriental de Lisboa, o **Chelas Futebol Clube** (f.:25.11.1911), o **Clube de Futebol Marvilense** (f.:02.11.1918) e o **Grupo Desportivo «Os Fósforos»** (f.:01.09.1920), é fundado na Freguesia de Pechão, Município de Olhão, o **Clube Oriental de Pechão**, considerado a filial n.º 1 do COL, acto gravado no dia 24.06.1949.

Sobre a história que antecedeu a fusão das três agremiações, que deram origem ao COL, os registos referem, de forma devota, que era uma vez três clubes de Bairro. Três clubes populares, mais populares não podiam ser, na zona mais esquecida da nossa Lisboa, gente humilde, gente de trabalho mas que olhava a vida de frente, não tinha outros clubes quicá maiores, que não fosse o seu. Os jogadores eram seus familiares, seus amigos, seus vizinhos, seus colegas de trabalho. E os seus clubes, ao



estarem com eles ao Domingo, era a maneira de dizer, estamos vivos.

Após a ideia da fusão ter alastrado por toda a zona oriental de Lisboa, e de cada um dos três clubes ter realizado a sua respectiva assembleia-geral, onde se discutiu esta problemática, foram os associados do Chelas-Marvilense-Fósforos convidados a assistir à grande reunião magna pró-fusão que se realizou no dia 25 de Julho de 1946, 5.ª feira, às 21:30 horas, no Cine-Pátria, no Beato, onde foi aprovada a fundação do **Clube Oriental de Lisboa**.

Esta data não só ficou gravada, para sempre, no historial do COL, como nesse mesmo dia, no Oceano Pacífico, teve lugar a explosão da bomba nuclear Baker, no Atol de Bikini, uma experiência incluída na Operação Crossroads, da responsabilidade do governo dos Estados Unidos da América, que desejava conhecer o efeito desse tipo de arma nuclear em navios de guerra. No teste da bomba Baker, a primeira detonação da história a acontecer em baixo de água, dez navios foram afundados e não foi encontrado nenhuma parte reconhecível do navio anfíbio que





estava no ponto zero da detonação. Para se ter uma ideia da proporção da explosão, esta levantou dois milhões de toneladas de água e areia, formando sobre o mar uma coluna de aproximadamente 1.800m de altura e 600m de largura.

De regresso à história da fusão que deu lugar ao COL, e no que à escolha do equipamento, do emblema e das cores deste novo clube diz respeito, foi aprovado que a camisola seria grená e o calção branco, com predomínio das duas cores nas meias. O emblema seria constituído pelo escudo do Marvilense, encimado pela águia dos Fósforos, tendo ao centro a bola do Chelas, atravessado por uma faixa com as iniciais **C.O.L.** E a justificação para este unanimismo é traduzida nos seguintes termos: a união faz a força e a força de querer um Clube à medida dos seus so-



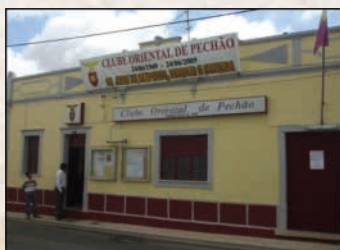
nhos deu àqueles homens a sabedoria, para de três emblemas bem distintos criar um só que continua no tempo a imagem dos seus antecessores. A cor do Oriental foi fácil de escolher. Lisboa tinha já clubes encarnados, verdes, azuis, brancos, amarelos e pretos. Felizmente restava a mais bela de todas. Não é a cor do vinho dos armazéns dos nossos sítios nem é a cor da Selecção Nacional. É o nosso grená, a cor do nosso Oriental.

É de referir, ainda, que é atribuído ao Clube Oriental de Lisboa a decisão de numerar as camisolas dos equipamentos dos jogadores, nas costas, de modo a facilitar a identificação de cada um por parte dos espectadores, tornando mais perceptível todos os seus actos (faltas, golos, ...) durante o jogo, sendo considerada, por isso, uma importante inovação.

Quanto ao nascimento do **Clube Oriental de Pechão**, na sua génese estava o sonho, igual a tantos outros, de um grupo de jovens, praticantes de futebol, em criar um clube na sua Freguesia. Para o efeito fez várias diligências, incluindo uma acalorada discussão sobre o nome a dar ao seu clube. Tendo como uma possibilidade a influência pela ascensão do COL, pela primeira vez na sua história, ao escalão máximo do futebol nacional (1.ª Divisão), a que se adicionou uma certa simpatia que o Oriental de Lisboa granjeava pelo país, uma representação de Pechão falou com alguns dos dirigentes do COL – Dr. Damas Mora e Penetra Rodrigues – os quais aceitaram com orgulho e bom grado a pretensão apresentada; a de ser filial do Clube de Lisboa, emprestando as suas cores e o seu símbolo.

Hoje, com sessenta e quatro anos de existência, o **Clube Oriental de Pechão**

continua a ser uma colectividade eclética, tendo na marchadora **Ana Isabel Cabecinha** a sua principal referência desportiva. No currículo desportivo desta atleta portuguesa de elite, nascida em Santiago Maior, Beja, constam os seguintes resultados: participação



nos Jogos Olímpicos de Pequim (2008) e Londres (2012) na prova de 20 kms. marcha, obtendo um 8.º e um 9.º lugar, respectivamente, estabelecendo um novo recorde nacional na primeira prova. Nos Campeonatos Ibero-Americanos, na prova de 10000m, foi medalha de prata em 2004, medalha de ouro em 2006, e nova medalha de ouro em 2010. Em 2013 (16.02.13), nos Campeonatos de Portugal de Pista Coberta, realizados em Pombal, venceu a prova dos 3000m marcha, batendo o recorde nacional com o tempo de 12:21,56.



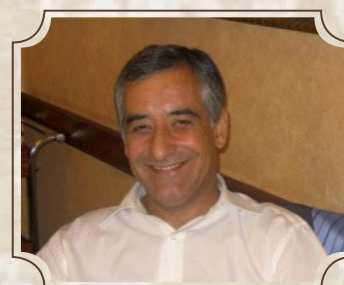
Pelo exposto, e sem prejuízo de se relatarem outros casos semelhantes, independentemente dos contextos, dos actores e das épocas, podemos concluir que os caminhos trilhados pela fenomenologia do futebol, quer em Lisboa quer na região algarvia, estão ligados, de forma indelével, à relação entre o sistema social e o sistema de ensino, ou vice-versa, em que a metamorfose dos gostos é um factor determinante entre produtores e consumidores, como se pode entender a partir da análise dos conceitos de adesão e abandono das diferentes práticas (actividades).

continua no próximo número



BIBLIOGRAFIA

- ARAÚJO, Jorge, (2003) – Da Actividade Lúdica ao Desporto em Portugal: as origens do movimento associativo. León: Universidad de León.
- ARAÚJO, Jorge, (2009) – A Prática Desportiva em Idade Escolar em Portugal: análise de influências nos itinerários entre a escola e a comunidade em jovens até aos 11 anos. León: Universidad de León.
- ARAÚJO, Jorge, (2013) – Do jogo da bola às Ciências do Desporto. Faro: Afalgarve; Revista da Associação de Futebol do Algarve, n.º 74 (Julho/Agosto'13), pp.29-33.
- BOURDIEU, Pierre, (2003) – Questões de Sociologia. Lisboa: Fim de Século.
- CLUBE ORIENTAL DE LISBOA, (2013) – Histórias do nosso Clube. Lisboa: Edição do autor.
- G1.Mundo, (2013) – Teste Nuclear Histórico feito pelos EUA. Sítio: www.globo.com (25.07.2013).



Jorge A. Araújo,
Set./2013





A Fisiologia do Exercício e o Futebol Jovem: Implicações para o Processo de Treino e Competição

Resumo

Do ponto de vista fisiológico, existem diferenças significativas entre as crianças e jovens e os adultos. Estas diferenças deverão ter implicações relevantes na forma como se concebe, concretiza e avalia o processo de ensino e treino do futebol nas idades correspondentes à infância e adolescência. Em termos concep-

tuais, várias estratégias podem e devem ser implementadas no sentido de adaptar de forma correcta o processo de ensino, treino e competição, às possibilidades e necessidades dos jovens praticantes. Para além do conhecimento profundo do jogo de futebol, a aplicação desse conjunto de estratégias no ensino e treino do futebol permitirá potenciar o processo de aprendizagem. Por último, o conhecimento subjacente às variáveis/condicionantes estruturais dos exercícios de treino e, particularmente, às relações entre as mesmas, deverá ser também um pré-requisito fundamental para o professor/treinador de futebol de crianças e jovens. Tendo como base esta sequência lógica de abordagem, tentar-se-á colocar algumas questões como ponto de partida e justificar cientificamente e pedagogicamente algumas sugestões que poderão promover o aperfeiçoamento do processo de ensino e aprendizagem do futebol.

1. Fisiologicamente, o que diferencia a criança do adulto?

“Y para el niño pequeño, el fútbol de los adultos es demasiado “grande”, demasiado difícil e complejo porque exige un nivel de capacidades físicas y mentales que los niños no tienen” (Wein, Seminário Internacional de Futebol, Algarve 2009)

Em primeiro lugar, torna-se imperioso esclarecer e diferenciar três conceitos fundamentais: o crescimento, o desenvolvimento e a maturação. O crescimento diz respeito ao aumento do tamanho/dimensão do corpo humano ou de uma das suas partes. O desenvolvimento refere-se à diferenciação e especialização celular, orgânica e sistémica e traduz as alterações funcionais que acompanham o crescimento. Por último, a maturação é o processo que conduz à forma e funções normais do adulto (Wilmore, & Costill, 2007). Nesta medida, o desempenho desportivo das crianças e jovens melhora com o crescimento, com o desenvolvimento e com a maturação. Considerando que estes processos são estritamente individuais, comparar a idade cronológica e a idade biológica parece ser cada vez mais determinante, não só para a selecção de alguns praticantes, como também para a inclusão de outros que, muitas vezes, são excluídos da prática desportiva apenas em função do tamanho sem considerar as suas reais competências motoras.

No final da adolescência, um praticante cuja maturação se revelou mais tardia, não só recupera a desvantagem que tinha em relação a outro de maturação mais precoce, como frequentemente o ultrapassa em vários dos atributos considerados decisivos para desempenho desportivo de elite.

Deste modo, as crianças e jovens não podem ser considerados adultos em miniatura pois, do ponto de vista fisiológico, existem várias diferenças entre as crianças e jovens e os adultos. Sistematizando, essas diferenças podem ser do foro cardiovascular, respiratório e metabólico (Wilmore, & Costill, 2007). Quanto à função cardiovascular, as crianças e os jovens apresentam coração de menor volume e menor massa sanguínea visto que ambos são proporcionais à dimensão corporal e, consequentemente, têm menor volume sistólico (volume de sangue que é transferido para a circulação por cada ciclo cardíaco). Contrariamente, as crianças e jovens apresentam maiores valores de frequência cardíaca (número de ciclos cardíacos, contracções ou batimentos por minuto) em resposta a exercícios sub-máximos e maiores valores de diferença artério-venosa de oxigénio (parâmetro que reflecte o consumo de oxigénio pelos tecidos), como forma de compensar os valores inferiores de volume sistólico. Quanto à função respiratória, todos os volumes pulmonares aumentam até se chegar à maturidade física. Até esse momento, a capacidade ventilatória máxima e a ventilação expiratória máxima aumentam em proporção directa com o incremento do tamanho corporal durante a realização de exercícios máximos ou esgotantes. Quanto à função metabólica, a aptidão





para os exercícios anaeróbios é muito menor, apresentam menor potência glicolítica, menor produção e tolerância ao ácido láctico. Além disso, a menor potência aeróbia absoluta limita as intensidades máximas que podem ser atingidas. Por outro lado, a criança é menos económica em esforço. Ainda no que diz respeito ao stress térmico nas crianças e jovens, a perda de calor por evaporação encontra-se diminuída (menor produção de suor), o processo de adaptação ao calor é mais lento, a perda de calor por condução encontra-se aumentada o que faz aumentar o risco de hipotermia) e, consequentemente, há que minimizar a realização de exercício em temperaturas extremas.

2. Implicações para o ensino e treino do futebol

“Devem os meninos de 8 anos jogar 7x7 ou 11x11?” “Colocar miúdos pequenos a jogar 11x11 é praticar um crime contra o seu desenvolvimento físico, mental e técnico – tático”. (Wein, 2005)

Naturalmente, esta breve revisão da fisiologia do exercício deve ter significativas implicações para o ensino e o treino do futebol com crianças e jovens. Exemplificando, o carácter intenso, fatigante e, muitas vezes, doloroso, dos exercícios de treino em futebol centrados especificamente na tolerância ou na potência lácticas, é razão mais que suficiente para se utilizar cuidadosamente estes meios de treino com crianças e jovens. Por outro lado, até ao fim da puberdade, a criança ou o jovem estão pouco preparados para desempenhos de força importantes, pelo que a força de resistência será a forma de manifestação da força muscular a privilegiar em idades baixas, nomeadamente, através do treino em circuito com inclusão de ações técnico-táticas. O desenvolvimento da velocidade de corrida acelera em duas fases, sendo que a primeira ocorre por volta dos 8 anos, estando dependente da maturação do sistema nervoso e da coordenação muscular geral e a segunda acontece sensivelmente entre os 12 e os 15 anos nos rapazes. (Bangsbo, 2009). Em função das características específicas da carga de treino inerente à realização de um exercício de treino, isto é, em função da intensidade, volume e densidade que o caracterizam, existe maior ou menor predominância de cada uma das vias metabólicas (anaeróbia alática, anaeróbia láctica e aeróbia). Quando o objectivo é o desenvolvimento da velocidade dos praticantes, a intensidade terá que ser máxima e o tempo que medeia as repetições deverá permitir que a recuperação seja completa pois a velocidade pressupõe ausência de fadiga, pelo que a via metabólica predominante é a via anaeróbia alática.

Para além da fisiologia do exercício, outras áreas do conhecimento científico não abordadas neste artigo, deverão também ter o seu reflexo na prática pedagógica dos professores e treinadores de futebol. De facto, é necessário adaptar o jogo à criança e não obrigar o jovem futebolista a adaptar-se ao jogo dos adultos (Wein, 1995 in Pacheco, 2001). Para o conseguir eficazmente, sugere-se a implementação de formas jogadas reduzidas e condicionadas com o terreno de jogo reduzido, com balizas de dimensão reduzida, com número de jogadores reduzido, com tamanho e peso da bola adaptados e com uma simplificação das regras do jogo.

Com efeito, sugerem-se várias estratégias que podem ser implementadas: 1) A racionalização do espaço de jogo e do seu preenchimento através do mapeamento do jogo que proporcione aos praticantes as referências absolutamente necessárias para o cumprimento das missões técnico – táticas desejadas; 2) Evitar a aglomeração dos praticantes em torno da bola na fase inicial de aprendizagem, conseguindo a sua dispersão em relação à bola; 3) Descentrar o jogo (apelando à circulação da bola e dos praticantes pelos corredores laterais); 4) A criação de noções de profundidade e largura no ataque e equilíbrio e concentração na defesa; 5) Proporcionar situações de jogo, des-



de as mais simples às mais complexas, com superioridade numérica no ataque (utilizando o guarda-redes avançado e/ou de ocasião) com o objectivo de permitir um sucesso significativo ao processo ofensivo (ataque). Jogar com guarda – redes de ocasião significa que as equipas não têm um guarda – redes definido e quando não têm a posse da bola, o jogador que estiver mais perto da própria baliza assume a função de guarda-redes. Jogar com guarda-redes avançado significa que as equipas têm um guarda-redes definido que apenas assume essa função quando a equipa não tem a posse da bola; 6) A promoção de um sucesso significativo no processo ofensivo através da existência de superioridade numérica no ataque e, portanto, torna-se necessário não permitir a utilização da defesa individual pois assim contraria se o princípio referido; 7) Orientar os praticantes para objectivos operacionais práticos de acordo com a lógica interna do jogo, que os ajudem a identificar, analisar e interpretar problemas táticos concretos, valorizando os conteúdos/acções de aprendizagem com uma contabilidade de golos dependendo da concretização desses conteúdos/acções (exemplo: o golo que é precedido de uma combinação tática directa vale dois); 8) Criar situações problema a resolver, sistematizando toda a informação pertinente de apoio à tomada de decisão pelos praticantes em jogo; 9) Apelar a uma constante capacidade, qualidade e velocidade de tomada de decisão por parte dos praticantes (decidir no contexto do jogo), construindo os referenciais individuais e colectivos para a sua actuação; 10) Fazer respeitar os princípios de jogo a observar no centro de jogo ofensivo e defensivo; 11) Dar coerência colectiva a todos os comportamentos táticos individuais dos jogadores e definir uma ou duas circulações táticas ofensivas e defensivas de fácil assimilação e execução; 12) Estimular a iniciativa de carácter individual através do desenvolvimento do drible/finta, nomeadamente, dos praticantes que se revelam mais dotados nessas acções; 13) Desenvolvimento da visão periférica, traduzida pela capacidade de observação; 14) Fazer aprender as regras principais do jogo de futebol; 15) Proporcionar a todos os praticantes a passagem por todas as posições no terreno de jogo. Em termos práticos, todos devem conhecer as funções a desempenhar em todos os lugares, ou seja, treinar, executar e jogar em todas as posições. Na prática, apresentamos um exemplo em que várias destas estratégias são implementadas (Cambundo, 2009):



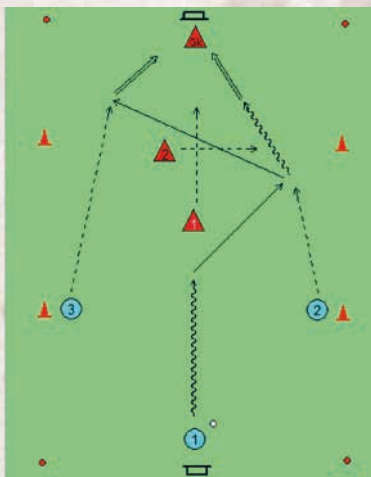


JOGO 3X3 COM GUARDA-REDES AVANÇADO COM CIRCULAÇÃO TÁCTICA OFENSIVA E DEFENSIVA

Objectivos: Aprendizagem da Circulação Táctica Ofensiva e Defensiva

Descrição da Circulação

Táctica Ofensiva: O jogador do corredor central (enquanto guarda-redes avançado) progride/penetra com a bola em direcção à baliza até encontrar oposição. Quando tal acontecer, passa a bola para um dos corredores laterais e garante a cobertura ofensiva através da colocação ao lado e/ou atrás do portador da bola. Simultaneamente, o atacante do corredor lateral que não recebeu a bola, realiza uma desmarcação diagonal ou indirecta pelo seu corredor. O atacante que recebeu a bola tem três opções, de acordo com a atitude dos defensores: 1) faz a devolução para o corredor lateral contrário (combinação táctica indirecta); 2) opta pelo drible/finta pelo seu corredor no sentido de finalizar ou efectuar o cruzamento; 3) devolve a bola ao jogador em cobertura ofensiva, mantendo assim a posse da bola.



Descrição da Circulação Táctica Defensiva: Os dois jogadores formam duas linhas, garantindo assim a contenção e a cobertura defensiva. Quando o jogador adversário do corredor central progride com a bola, o defensor mais adiantado (1.º defesa) realiza imediatamente a contenção. Quando a bola é jogada num dos corredores laterais, o defensor mais atrasado (2.º defesa) passa imediatamente a fazer contenção e o 1.º defesa recua, passando ele a garantir a cobertura defensiva, tentando evitar dessa forma a progressão da equipa adversária.

O exercício de Treino no Futebol

"The objective create the exercise" (Van Gaal, 2006)

Assim, aquando da concepção dos exercícios de treino, há que reflectir adequadamente sobre as variáveis ou condicionantes estruturais dos mesmos, na medida em que representam as condições iniciais de prática que terão de ser definidas. Existindo uma analogia entre a lógica do jogo e a construção e aplicação dos exercícios de treino, as condicionantes estruturais proporcionam uma aproximação, mais ou menos integral, da sua realidade competitiva, assegurando assim um estrito e preciso domínio dos efeitos do treino, ou seja, uma adaptação específica do praticante. Logo, quanto mais as condicionantes estruturais do exercício de treino reproduzirem parcial ou integralmente a lógica ou parte da lógica interna do jogo, maior será o grau de identidade e, consequentemente, maior será a sua especificidade. Algumas dessas condicionantes/variáveis são: 1. Forma; 2. Espaço; 3. Tempo; 4. Número; 5. Regulamento (Castelo, 2003).

1. O factor forma na construção do exercício de treino em futebol refere-se à estrutura de complexidade da actividade e que resulta da relação entre a estrutura e conteúdo do exercício e a estrutura e conteúdo do jogo. No treino com crianças e jovens, os exercícios fundamentais, isto é, todas as formas de jogo que incluem a finalização como estrutura elementar fundamental, deverão

predominar. Segundo Queiroz (1987), este tipo de exercícios contempla três formas fundamentais distintas: I – ataque sem oposição sobre uma baliza; II – ataque contra defesa sobre uma baliza; e III – ataque contra defesa sobre duas balizas. Os exercícios complementares poderão ser importantes em determinadas sessões de treino ou em determinadas partes, nomeadamente na fase destinada ao aquecimento, onde a relação com a bola deverá ser proporcionada simultaneamente com exercícios de mobilidade articular.

2. O factor espaço do exercício de treino em futebol refere-se ao local, à sua organização, forma geométrica, dimensões, especificidades e meios materiais utilizados. Quanto menor o espaço, maiores são as dificuldades encontradas pelos praticantes na concretização dos objectivos implícitos nos exercícios de treino. Logo, quanto menor o espaço, menor será o tempo que os praticantes possuem espaço de forma muito precisa visto que entre o espaço e a actividade desenvolvida pelos praticantes existe uma relação directa (Castelo, 2003). Não obstante, devido à quantidade e qualidade das instalações e materiais para a prática do futebol, devido ao elevado número de praticantes dos clubes e, eventualmente, devido ao conhecimento dos professores/treinadores que orientam o processo de ensino e treino com crianças e jovens, esta variável é muitas vezes incorrectamente estruturada, comprometendo-se a concretização dos objectivos inicialmente propostos.

3. O factor tempo na construção do exercício de treino em futebol refere-se ao volume expresso no número de vezes ou tempo de actividade (no ataque ou na defesa) nas tarefas de jogo, frequência das acções de jogo, velocidade de execução, ritmo de jogo, duração das acções (condicionantes técnicas) e índices de eficácia do desempenho. A manipulação do tempo de acção para a resolução de uma ou várias tarefas estabelecidas pelo exercício de treino, representa o factor de maior constrangimento para o praticante na concretização dos objectivos e critérios de êxito definidos para as acções motoras (Castelo, 2003). O factor tempo está estritamente ligado ao factor espaço, o que significa que são interdependentes pois quanto mais temos de um, mais temos do outro.

4. O factor número no exercício de treino refere-se à quantificação dos praticantes utilizados durante a actividade, nas tarefas (atacantes e defesas) ou ainda nas funções tácticas. É um factor de especial importância, fundamentalmente nos jogos desportivos colectivos, uma vez que ao diminuir-se o número de praticantes envolvidos num exercício, aumenta-se claramente a possibilidade destes serem solicitados para a execução das acções motoras programadas (Castelo, 2003). A redução do número de praticantes irá aumentar o número de vezes que estes podem relacionar-se de forma directa com a bola ou próximo dos companheiros e adversários que num dado momento a detêm, e tão ou mais importante, serem eles próprios a concretizarem o objectivo final estabelecido para o exercício. Ao aumentarmos o número de possibilidades de solicitação dos praticantes, proporciona-se a oportunidade destes desenvolverem os factores técnico-tácticos não só de ordem individual, como de ordem colectiva. Nesta medida, parece defensável que o formato dos quadros competitivos tem que ser repensado urgentemente, não só no contexto das escolas de futebol, mas também no contexto da prática desportiva federada. Muitas crianças e jovens são sujeitos ao processo de competição com elevado número de praticantes de forma demasiado precoce, fato que prejudicará a expressão do seu potencial técnico-tático no futuro. Exemplo disso, é a prática recorrente de futebol de 7 por parte de praticantes de 6, 7 e 8 anos de idade ou a prática de futebol de 11 por parte de praticantes do escalão de infantis. Deste modo, esta questão não pode nem deve ser deixada ao critério dos clubes, nomeadamente, dos seus dirigentes e dos pais e encarregados





de educação das crianças e jovens. Os critérios administrativos, financeiros e logísticos não deverão sobrepor-se aos critérios pedagógicos para uma tomada de decisão tão importante para o futuro dos praticantes, dos clubes, do futebol algarvio e do futebol português.

5. O factor regulamentar do exercício de treino normaliza as acções dos praticantes estabelecendo diferentes graus de liberdade, determina as prescrições necessárias para que os praticantes possam intervir convenientemente nas situações-problema favorecendo a sua resolução e apresenta-se como elemento definidor do exercício de treino consubstanciando o seu sentido, porque está integrado nele, fazendo assim parte da sua própria essência (Castelo, 2003). Neste factor, segundo o mesmo autor, poderemos considerar três situações: simplificação do regulamento, particularmente importante no treino com crianças; manutenção do regulamento do jogo de futebol, procurando consolidar os diferentes comportamentos de resposta aos problemas evidenciados pelo exercício de treino; aumento dos constrangimentos que derivam do regulamento, procurando criar condicionantes mais exigentes de forma a direccionar e potenciar a análise, o raciocínio e a resposta motora para cada situação de treino por parte do praticante (exemplo: condicionar o número de toques na bola por intervenção, condicionar o número de acções de passe possíveis até à finalização, valorizar de forma mais expressiva a obtenção de golos através da utilização de uma combinação táctica mais complexa, etc.) (Castelo, 2003). Para além destes factores, no ensino e treino do futebol com crianças e jovens, torna-se imperioso considerar o factor físico de acordo com os conteúdos oriundos da bioenergética abordados de forma genérica anteriormente. Assim, sugere-se que os professores/treinadores que orientam a prática desportiva de crianças e jovens no âmbito do futebol, caracterizem adequadamente os exercícios propostos do ponto de vista físico e não considerem somente os objectivos de carácter técnico (por exemplo, realizar um exercício para treinar a acção técnico-táctica de remate) e táctico (por exemplo, realizar um exercício para treinar o princípio específico da defesa denominado contenção). Por último, considerando que diversas competências psicológicas também deverão ser desenvolvidas pelos praticantes, será importante definir igualmente objectivos do ponto de vista psicológico.

Palavras-Chave: Fisiologia do Exercício, Crianças e Jovens, Futebol, Exercícios de Treino.

Referências Bibliográficas:

- Bangsbo, J. (2009). O Treino Aeróbio a Anaeróbio no Futebol. Coleção: O Treino da Condição Física no Futebol. Sports Science, Ilda.
- Castelo, J. (2003). Futebol. Guia Prático de Exercícios de Treino. Edição Visão e contextos. Lisboa.
- Cambundo, A. (2009). O ABC do Futebol. O Futebol Infante-Juvenil. Para uma Formação Desportiva de Sucesso. Edições Universitárias Lusófonas. Lisboa.
- McArdle, W., Katch, F., & Katch, V. (2010). Exercise Physiology. Nutrition, Energy and Human Performance. Seventh Edition. Lippincott Williams & Wilkins, a Wolters Kluwer Business.
- Pacheco, R. (2001). O Ensino do Futebol. Futebol de 7. Um Jogo de Iniciação ao Futebol de 11.
- Queiroz, C. (1987). Estrutura e Organização dos Exercícios em Futebol. Federação Portuguesa de Futebol. Lisboa.

Ramos, F. (2003). Futebol: Da "Rua", à Competição. Centro de Estudos e Formação Desportiva. Instituto do Desporto de Portugal. Lisboa.

Van Gaal, L. (2006). The Objective Creates The Exercise. Soccer Coaching. N.º 16 – August/September.

Wein, H. (2004). Fútbol a la Medida del Niño. Desarrollar la Inteligencia de Juego para Jugadores hasta catorce años. Real Federación Española de Fútbol. Centro de estudios, desarrollo e investigación del Fútbol. Volume 2. Editorial Gymnos.

Weineck, J. (2004). Particularidades das Crianças e Jovens quanto à Cargabilidade Desportiva. Seminário Internacional sobre Treino de Jovens, Lisboa. Instituto do Desporto de Portugal.

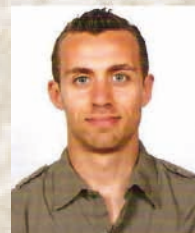
Wilmore, J. & Costill, D. (2007). Physiology of Sport and Exercise. 6ª ed. Champaign: Human Kinetics.



Rui Batalau

Professor Assistente

Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes (ISMAT)



Ricardo Gonçalves

Professor Assistente

Instituto Superior Manuel Teixeira Gomes (ISMAT)





Último Pontapé

“Sangue” algarvio no Brasil

Vai haver “sangue” algarvio no Mundial do Brasil: João Moutinho, nascido para o futebol nas escolas do Portimonense, será seguramente uma das estrelas da nossa Selecção no Mundial que se disputará do outro lado do Atlântico, em Junho e Julho do próximo ano.

Filho de Nélson Moutinho, antigo avançado do Benfica, Portimonense, Olhanense, Barreirense e vários outros clubes, João depressa mostrou atributos acima da média nas equipas de formação do clube barlaventino, despertando a cobiça do Sporting. Aí foi crescendo de forma discreta mas ao mesmo tempo segura, até surgir a oportunidade de chegar à equipa principal dos leões. A 23 de Janeiro de 2005, em Barcelos, frente ao Gil Vicente, José Peseiro lançou um miúdo franzino, numa vitória fácil, por 3-0. João Moutinho tinha 18 anos e quatro meses e agarrou a oportunidade, a ponto de rapidamente se firmar como um dos habituais titulares, vencendo desconfianças e inseguranças.

Não tardaria a assumir o estatuto de “motor” da equipa verde e branca, sendo as suas qualidades buriladas por Paulo Bento, actual seleccionador nacional. Não estranhou, por isso, a primeira internacionalização, a 17 de Agosto de 2005, em Ponta Delgada, na vitória por 2-0 frente ao Egipto. Jogou a segunda parte, rendendo Petit. Era treinador Luiz Felipe Scolari.

A afirmação na Selecção demorou algum tempo (havia Deco, Maniche ou Petit, por exemplo) mas acabaria por acontecer e a chegada de Paulo Bento ao comando da equipa das quinas favoreceu João Moutinho, pois o treinador, conhecendo-o bem dos tempos em que ambos traba-

lharam no Sporting, não hesitou em atribuir-lhe a batuta no meio-campo português.

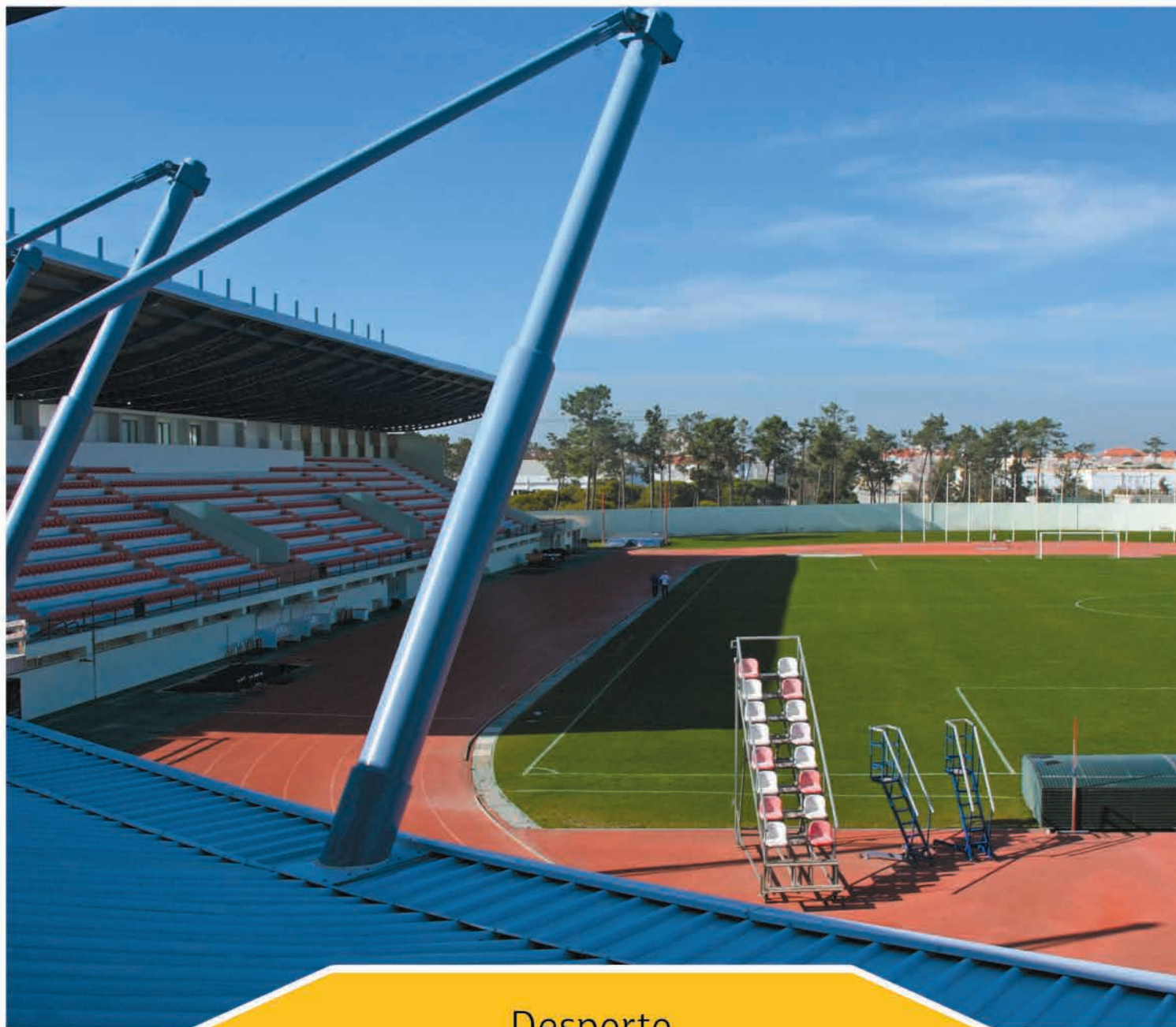
De Alvalade João mudou-se para o Dragão, somando títulos e feitos de monta ao serviço do FC Porto, e representa agora os franceses do Mónaco. Até esta data, são 65 os jogos disputados pelo médio com a camisola de Portugal, tendo apontado dois golos, um diante da Geórgia e outro frente à Islândia.

Aos 27 anos, apresenta um currículo de grande significado, a que seguramente se juntarão muitos mais feitos: conquistou uma Liga Europa (2010/11), um Europeu de Sub-17 (2003), ganhou a 1.ª Liga (2010/11, 2011/12 e 2012/13), a Taça de Portugal (2006/07, 2007/08 e 2010/11) e a Supertaça Cândido de Oliveira (2007, 2008, 2010, 2011 e 2012) e foi ainda campeão nacional de juniores (2004/05).

O exemplo de sucesso de João Moutinho constitui uma prova da qualidade do jogador algarvio e um estímulo para todos quantos, no Algarve, trabalham na formação. No recente e célebre jogo de Solna, na Suécia, Cristiano Ronaldo rubricou um desempenho soberbo – se o apelidarmos de épico não estaremos propriamente a exagerar – mas importa reter que duas assistências saíram dos pés do pequeno médio, enorme na luta no centro terreno, aliando presença, maturidade, qualidade e decisão, num registo que pode, no Brasil, catapultá-lo para patamares ainda mais elevados, levando longe o “sangue” algarvio

Armando Alves





Desporto

COMPLEXO DESPORTIVO

Vila Real de Santo António

Desporto aqui.



Município de Vila Real de Stº. António
Praça Marquês de Pombal
8900 - 231 Vila Real de Stº. António

Tel. 281 510 000
Fax. 281 510 003

www.cm-vrsa.pt



VILAREALSTºANTONIO

Albufeira vive o desporto



Albufeira

CÂMARA MUNICIPAL

www.cm-albufeira.pt