

UMA ANÁLISE DO TREINAMENTOS DE GOLEIROS E GOLEIRAS EM DIFERENTES CATEGORIAS NA ELITE DO FUTEBOL BRASILEIRO

Palavras-Chave: Análise de desempenho; formação de atletas; planejamento; controle de carga; tomada de decisão.

Autores/as:

THIAGO OLIVEIRA DOS SANTOS, FEF - UNICAMP

Profa. Dra. JULIA AUGUSTO BARREIRA (orientadora), FEF - UNICAMP

RESUMO:

O presente estudo tem como objetivo analisar as diferentes metodologias de treino utilizadas pelos treinadores de goleiros, nas categorias de base e profissional, masculino e / ou feminino, de equipes de futebol que estão dentro do calendário nacional de futebol.

Como principal motivador da pesquisa, o estudo de Otte et al. (2020) analisou as sessões de treinamento ministradas por treinadores de goleiros, assim como as características que julgam fundamentais para o bom desempenho nessa posição. Os autores realizaram entrevistas com 15 treinadores de goleiros que atuam no contexto do futebol europeu masculino. Como principais achados, encontraram que o aspecto da tomada de decisão foi a habilidade fundamental mais citada, seguido pelo aspecto psicológico, atlético e habilidades técnicas. Além disso, as sessões eram caracterizadas por 5 blocos diferentes, sendo ordenado por: pré-ativação; aquecimento; parte técnica; parte situacional e desaquecimento. Com isso, o autor encontrou uma contradição entre os conteúdos trabalhados nas sessões de treinos, em relação

às habilidades fundamentais de um goleiro, que foi sustentada pelo senso comum de que o desenvolvimento técnico do goleiro é a chave fundamental para um bom desempenho. Assim, o estudo sugere a necessidade de mais pesquisas na área, para sustentar um senso crítico em cima dessa afirmação.

Além disso, também reconhecemos a importância de analisar as metodologias de treino aplicados pelos treinadores de goleiros. Os modelos tradicionais comumente se concentram em aspectos técnicos e físicos, utilizando grande parte da sessão de treino em ações analíticas, de repetições em movimentos técnicos (Dos Reis et al., 2024). Por outro lado, o modelo ecológico compreendo o treinamento como um processo adaptativo. Nele, a sessão de treino é baseada em situações de jogo, em que o atleta vai desenvolver principalmente a tomada de decisão em relação as melhores escolhas para cada ação dessas situações.

Com isso, surge a motivação para a realização do presente estudo, indagado pela ausência de referenciais teóricos sobre treinamento para goleiros e goleiras. Essa investigação possibilita que possamos contribuir

com diferentes pontos de vista sobre a estruturação de um planejamento de treinos para goleiros e goleiras, garantindo ao público novas possibilidades de práticas pedagógicas.

METODOLOGIA:

Caracterização:

Este estudo tem um caráter qualitativo e exploratório (YIN, 2015), de entrevista semiestruturada (SMITH; SPARKES, 2016), com recorte transversal, realizado de forma remota, via Google Meet.

Participantes:

Os participantes foram selecionados por meio de um processo de conveniência. Como critérios de inclusão, selecionamos treinadores de goleiros e/ou goleiras que atuam no treinamento desses atletas há pelo menos 6 meses, dentro do ambiente do futebol, nas categorias de base ou profissional. Entretanto, era necessário que essa pessoa fosse de uma equipe que se encontra dentro do calendário nacional de futebol, ou seja, um clube que esteja entre a série A, B, C ou D do Brasileiro profissional. Esses profissionais precisavam ser maiores de 18 anos de idade, sendo homem ou mulher.

As características dos participantes desse estudo são apresentadas na tabela abaixo (Tabela 1).

Tabela 1. Característica dos participantes do estudo.

Entrevistado	Gênero	Categoria	Equipe
A	Homem	Sub-17	Masculina
B	Homem	Sub-17	Masculina
C	Homem	Profissional	Feminina
D	Homem	Profissional	Masculina
E	Homem	Profissional	Masculina
F	Homem	Sub-20	Feminina
G	Homem	Sub-15	Masculina

Procedimentos:

Para atingir os objetivos deste estudo, realizamos entrevistas semi-estruturadas, de forma remota, com duração de aproximadamente 40 minutos, com a finalidade de analisar a prática pedagógica dos treinadores no dia a dia de treinamento de seus ou suas atletas, o controle dessa carga de treinamento no contexto de um microciclo, mesociclo e macrociclo e a maneira que esses treinadores têm de realizar a análise de desempenho dos seus(as) atletas, para avaliar o sucesso do seu treinamento.

Análise de dados:

Para a análise dos dados, utilizamos anotações sobre tópicos relevantes que sejam levantados pelo entrevistador, durante a entrevista. Todas as entrevistas foram transcritas e exploradas a partir da Análise Temática Reflexiva, conforme proposto por Braun e Clarke (2019). Essa abordagem permite identificar padrões e significados nos dados qualitativos, auxiliando na compreensão dos fenômenos investigados e na construção de interpretações alinhadas ao contexto da pesquisa.

RESULTADOS:

A importância das experiências e cursos de formação para atuar como treinador de goleiros ou goleiras:

A partir dos relatos dos entrevistados, identificamos que a principal fonte de conhecimento para os treinadores de goleiros e goleiras são as experiências vividas no decorrer da carreira. Todos nossos entrevistados relataram que já tiveram contato com o futebol desde a infância, como goleiros, seja em escolas de futebol para iniciação, ou categorias de base formais em clubes. A motivação para assumir o

cargo de treinador de goleiro ou goleira, vem juntamente do término dessa carreira como atleta, para uma carreira como comissão técnica. Nesse contexto, suas vivências dentro do âmbito do futebol auxiliam na formação de novos atletas e na estruturação de seus treinos e gestão do cargo de treinador.

Além da vivência prática como atletas, outro aspecto recorrente entre os entrevistados foi a realização de cursos de certificação, especialmente os promovidos pela Confederação Brasileira de Futebol (CBF). Seis dos profissionais entrevistados relataram ter concluído o curso específico da CBF voltado ao treinamento de goleiros e goleiras, destacando essa experiência não apenas como uma exigência formal para atuar na área, mas também como uma oportunidade de formação continuada. Um dos principais benefícios apontados pelos entrevistados em relação à realização do curso da CBF foi o networking.

A tomada de decisão como uma habilidade fundamental para o desempenho do jogador ou jogadora:

Ao serem questionados sobre as habilidades fundamentais de goleiros e goleiras no futebol de alto rendimento, todos os treinadores mencionaram a capacidade de “tomada de decisão”. Esse achado corrobora os achados de Dos Reis (2024) ao indicar a necessidade de um treinamento específico para que os goleiros desenvolvam seu entendimento tático e sua tomada de decisão para realizar ações durante o jogo.

Dessa forma, é possível observar que, embora capacidades como a técnica, a comunicação e as qualidades físicas possam ter sua carga de treinamento adaptada de acordo com a idade,

fase de desenvolvimento ou demandas específicas do atleta, a tomada de decisão permanece como um elemento central e inegociável no processo formativo do goleiro. Esses achados corroboram o estudo de Perez-Arroniz et al. (2023) ao descrever o perfil do goleiro ideal como um atleta completo, que alia habilidades físicas e técnicas à capacidade cognitiva de interpretar o jogo e agir estrategicamente diante das situações que se apresentam.

O planejamento do treinamento baseado em jogos e uso de modelos tradicionais:

Foi possível observar que existe uma grande preocupação dos treinadores de goleiros e goleiras relacionarem o treinamento deles para uma vivência mais “situacional” do jogo, uma metodologia que se assemelha muito ao modelo ecológico, em que o treinador busca criar situações-problema para o goleiro ou goleira. Nessa proposta, o goleiro ou goleira precisa tomar uma decisão para resolver aquela situação criada pelo treinador que é referente a um determinado momento do jogo. A partir desse método, o goleiro ou goleira pode refletir junto do treinador se a decisão tomada foi a melhor, ou o que poderia ser feito diferente.

Além disso, todos treinadores fazem sua análise em cima dos jogos realizados pelo atleta, e essa análise é feita de forma qualitativa ou quantitativa, em sua grande maioria, através do uso de filmagem dos jogos.

CONCLUSÃO:

O estudo conclui que a posição de goleiro(a) no futebol é altamente específica e vem passando por transformações significativas em função das exigências modernas do esporte, cada vez mais mercantilizado. A função, antes centrada exclusivamente na defesa da meta, hoje demanda múltiplas competências, integrando o(a) goleiro(a) de forma mais ativa ao jogo. Diante disso, destaca-se a importância da tomada de decisão como a principal habilidade a ser desenvolvida nos treinamentos, sem desconsiderar aspectos físicos, técnicos e psicológicos. Observou-se ainda que os treinadores constroem suas metodologias com base em experiências prévias, especialmente enquanto atletas, adotando diferentes caminhos pedagógicos para alcançar objetivos semelhantes, o que reforça a complexidade e a individualização do processo de formação de goleiros e goleiras.

Além disso, também observamos a necessidade de mais estudos na área, para o desenvolvimento de mais possibilidades de elaboração de treinamentos para goleiros, visando controle de carga e desempenho, além de uma possível elaboração de uma metodologia ou protocolos para controle de carga individualizado, a partir da quantificação de ações dos goleiros nos jogos.

BIBLIOGRAFIA:

BRAUN, Virginia; CLARKE, Victoria. **Reflecting on reflexive thematic analysis**. Qualitative research in sport, exercise and health, v. 11, n. 4, p. 589-597, 2019.

DOS REIS, José Gabriel Gomes et al. **The role of specific goalkeeper training in the tactical knowledge of young soccer goalkeepers**. RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol, v. 16, n. 65, p. 303-311, 2024.

OTTE, F. et al. (2020). **Specialist role coaching and skill training periodisation: A football goalkeeping case study**. International Journal of Sports Science & Coaching, 15(4), 562–575.

PEREZ-ARRONIZ, Markel et al. **The soccer goalkeeper profile: bibliographic review**. The Physician and sportsmedicine, v. 51, n. 3, p. 193-202, 2023.

SMITH, Brett; SPARKES, Andrew C. **Interviews: Qualitative interviewing in the sport and exercise sciences**. In: Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise. Routledge, 2016. p. 125-145.

YIN, Robert K. **Qualitative research from start to finish**. Guilford publications, 2015.