



PORTUGAL

11

Тера



# Conceitos de Corfebol

Ben Crum

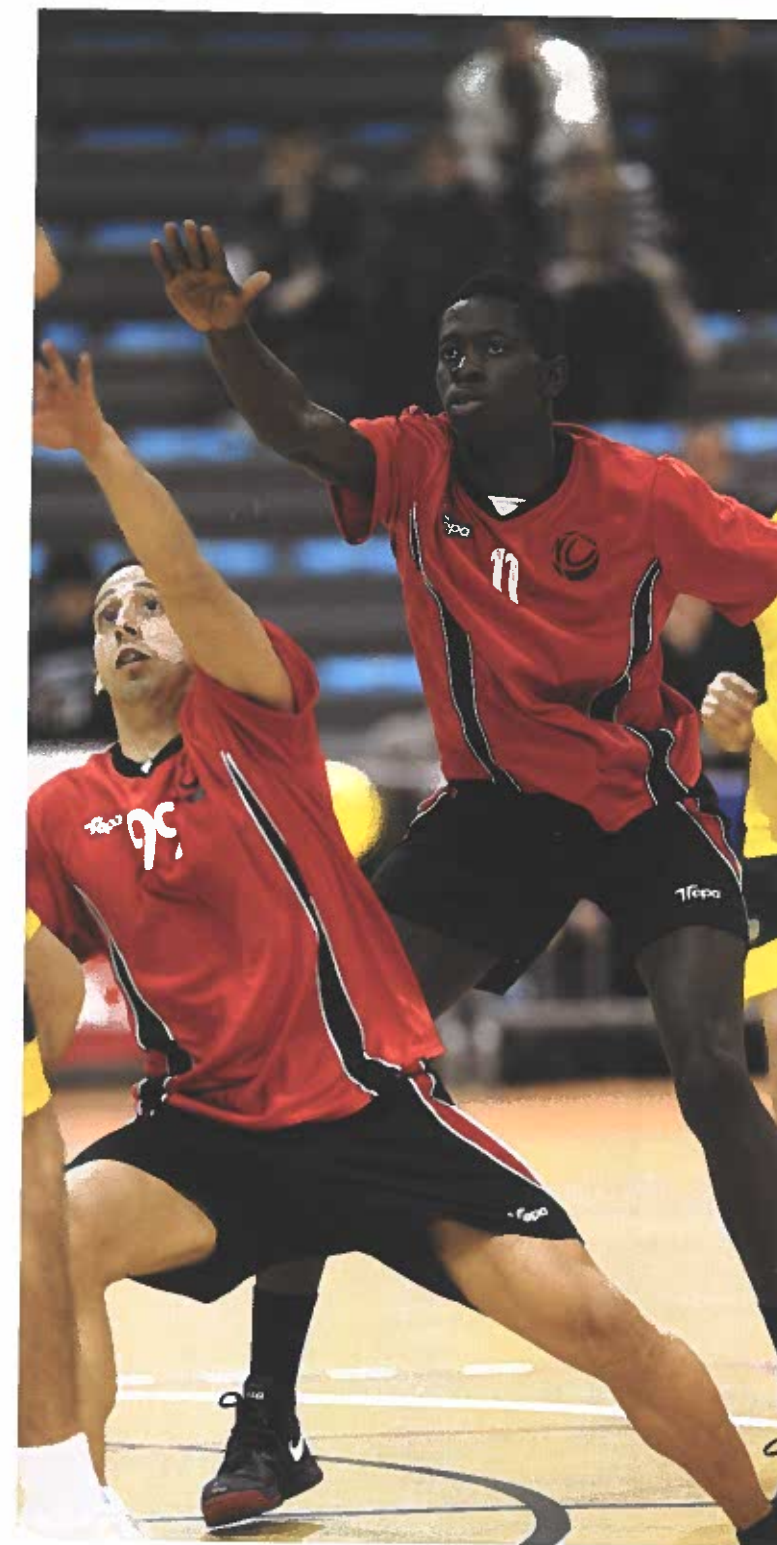




Autor Ben Crum  
Tradução Nuno Ferro  
Desenho gráfico TIME, Rotterdam (www.time4u.nl)  
Fotos Cor Mantel, Jorge Alves  
Título original Korfbalconcepten  
Data 2014  
Data Edição Original 2003

## Índice

Nota Prévia	4
Introdução	7
A particularidade e a controvérsia do jogo de Corfebol	8
Corfebol como um desporto de alto nível	11
Princípios básicos	13
Novos princípios do jogo produzem novas regras de jogo	14
Meios de afirmação do Corfebol enquanto jogo espetacular	17
As funções do treinador no Corfebol	21
Objetivos e recursos	23
Sonhos e realidade	25
Conceito e plano	27
Funções	29
Espaço	32
Posições	35
Contexto	39
Tempo	43
Plano	45
Treino	47







## Nota Prévia

Dez anos decorridos após a primeira edição de *Korfbal Concepten - The last developments of Korfbal*, poder-se-ia considerar um tempo demasiado longo para a tradução de um livro. O facto de o Corfebol estar sujeito, em especial nos últimos anos, a constantes alterações tanto ao nível de regulamentos como dos processos de desenvolvimento do jogo, e à particularidade de ser uma modalidade que, apesar de existir há cerca de cem anos, só nos últimos anos tem evoluído na sua fundamentação teórica, poderiam criar condições para que em dez anos muito se tivesse alterado na conceção do jogo.

No entanto, uma análise contextualizada do jogo dos nossos dias demonstra que a maioria das ideias e dos conceitos então apresentados, se mantêm atuais. Esta atualidade concetual e a qualidade da sistematização apresentada, levaram à decisão

de concretizar esta edição, a primeira tradução de um livro de Corfebol para a língua portuguesa, constituindo-se como mais uma referência e ajuda para aqueles que se queiram dedicar ao ensino e treino da modalidade.

O livro, escrito por Ben Crum em 2003, é um dos poucos livros didáticos de Corfebol e surgiu num contexto muito próprio de desenvolvimento da modalidade. O Corfebol, na Holanda, estava em profunda mudança, em especial ao nível dos aspetos técnicos do jogo, motivada pela experimentação de novas regras, com as consequentes alterações nos padrões técnicos e táticos do jogo. Foi também uma altura com muitas alterações na organização das estruturas representativas e de suporte da modalidade (federação e clubes), nomeadamente no que se refere à definição de novas dinâmicas de funcionamento na organização e envolvimento das competições internas. Muitas dessas experiências conduziram à definição de novas regras e de novos padrões de jogo que são hoje uma realidade. Este facto poderia retirar, pontualmente, alguma atualidade ao discurso da altura. No entanto, esta visão no tempo dá-nos

a perspetiva de como se processou a evolução da modalidade neste fase crucial do seu desenvolvimento, dando-nos a conhecer alguma da fundamentação para decisões que tornam o jogo naquilo que hoje conhecemos.

A escassez de documentos em português que sustentem o estudo de quem quer conhecer mais e melhor esta modalidade é sem dúvida um handicap, pelo que todos os contributos que permitam um maior aprofundamento do conhecimento do jogo, são importantes. Neste sentido, esta edição é feita não só a pensar no desenvolvimento do Corfebol em Portugal mas também noutros países de língua oficial portuguesa, como é o caso do Brasil, Angola, e Moçambique, que começam a dar os primeiros passos na modalidade. Sobretudo para esses, espera-se que este livro possa ser um contributo para um melhor conhecimento do jogo e, conseqüentemente, para a divulgação e afirmação da modalidade nos respetivos continentes. Ben Crum é uma referência ímpar do corfebol holandês e mundial. Ainda no ativo como treinador do PKC (*Papendrecht Korfbal Club*), desempenhou ao longo da sua carreira, todas as funções técnicas tanto em clubes como nas seleções holandesas. Como jogador, em especial no DKOD (*de Heelsum*), marcou uma geração tanto pela sua qualidade como pela longevidade da sua carreira. Jogou esta modalidade entre 1949 e 1983, perfazendo 34 anos de atividade. Foi campeão por duas vezes na competição "indoor" (1965 e 1967) e por seis vezes na competição "outdoor" (1957, 1963, 1964, 1967, 1968 e 1969), aquela que à época se constituía como a competição mais importante da Holanda.

Licenciado em Educação Física, iniciou a sua carreira de treinador ainda enquanto jogador, marcada ao longo de 40 anos por inúmeros sucessos tanto ao nível de clubes como ao nível de seleções.

Enquanto treinador de clubes foi por diversas vezes campeão nacional holandês pelo DKOD, pelo PKC (Papendrecht), pelos Deetos (Dordrecht), pelo Nic. (Groningen), tendo conquistado por dez vezes a Europa Cup. Na época de 2012/2013 conquistou, mais uma vez, o título de campeão holandês "indoor" (atualmente o título mais cobiçado por todos os jogadores e treinadores nesta modalidade) ao serviço do PKC.

Foi selecionador e treinador da seleção principal e das seleções de Sub21 e Sub23 entre 1978 e 1993. Foi campeão do mundo, da Europa e vencedor dos Jogos Mundiais em todas as competições disputadas, com exceção do campeonato do mundo de 1991, disputado na Bélgica, a única final de um campeonato internacional sénior que a seleção holandesa perdeu para a sua congénere belga.

No momento em que se despediu das suas funções enquanto treinador das seleções assumiu o cargo de chefe de delegação

das seleções entre 1994 e 2011, tendo nesse ano terminado a sua ligação à federação holandesa de Corfebol. Mantém-se como Chief Advisor da daquela federação e formador da federação internacional da modalidade, sendo responsável pela edição de vários documentos técnicos da modalidade.

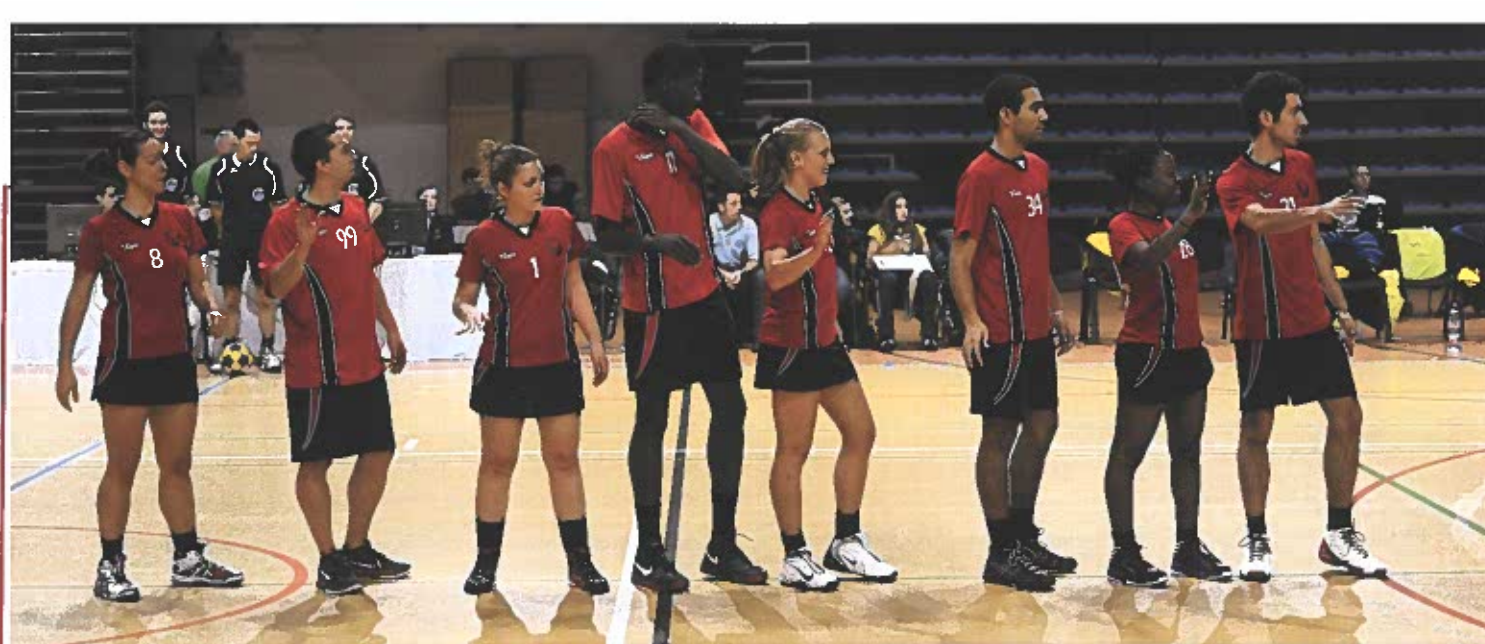
Mas as qualidades de formador não se restringiram ao Corfebol. Durante 29 anos foi professor / formador na *National Sport Academy and NSF Master Coaching (NSF\*NOC)*, que corresponde à escola nacional holandesa de treinadores. Também durante 19 anos, foi formador na Federação Holandesa de Futebol (*Professional Coach Academy Dutch Soccer Association*), onde foi professor de muitos treinadores de futebol mundialmente conhecidos.

Esta tradução é também, de certa forma, a demonstração do reconhecimento de uma geração de jogadores e treinadores que ao longo da carreira conviveram, aprenderam e partilharam com Ben Crum, ideias, dúvidas, hipóteses de evolução relacionadas com esta modalidade.

Os primeiros contactos de Ben Crum com Portugal tiveram lugar nos anos 90 quando, enquanto treinador da seleção holandesa, defrontou a seleção portuguesa, então comandada por Kees Rodenburg. A proximidade entre estes dois treinadores possibilitou aos jogadores / treinadores portugueses daquela altura, diversos contactos, quer na Holanda quer em Portugal,







## Introdução

Em 1993 foi publicado um livro chamado *Korfbal made simple*. Nele estava escrito em tom de aviso: “*Korfbal made simple* limita-se a analisar seis exercícios standards. Em próximas edições outros temas mais complexos serão abordados.”

Tenho que confessar que a abordagem feita neste livro é algo diferente da que acabou por ser apresentada em 1993.

Este facto deve-se a todos os desenvolvimentos verificados no Corfebol e a uma mudança de convicção da minha parte.

O Corfebol é um jogo que encerra uma contradição especial. Pelo facto de ser misto, é em relação ao que é comum, diferente de todos os outros desportos. Talvez por isto, é o melhor desporto na integração e na promoção de relação entre os elementos de um clube ou em escolas em todo o mundo.

Para além disto o Corfebol é um desporto de alto nível e quer ser igual aos desportos de alto nível. Estes desportos são praticados em todo o mundo, envolvem a comunicação social, têm campeonatos entusiasmantes, tanto a nível nacional como internacional. Nestes aspetos o Corfebol tem muito para fazer.

Este livro pretende ser um contributo para treinadores, na procura de uma maior evolução do Corfebol como desporto de alto nível.

Em conclusão gostaria de agradecer a Mrs Vis, Huistra, Philips, Rulkens and Williams a preciosa ajuda na edição deste livro.

Ben Crum

Oosterbeek, Maio 2003



Ben Crum

com a realização de múltiplos jogos, treinos e estágios em conjunto. Todos estes momentos permitiram um contacto informal muito próximo, com muitas horas de conversa sobre o jogo e, em particular, sobre as possibilidades de desenvolvimento da modalidade, e contribuíram para um estreitar de relações de amizade que ainda hoje se mantêm.

A edição original surgiu numa versão bilingue – holandês e inglês – sendo a versão inglesa uma tradução não escrita (diretamente) pelo próprio Ben Crum. O facto de grande parte da tradução para português se basear na tradução em inglês, que em alguns aspetos e nas palavras do próprio Ben Crum - “continha algumas dificuldades de entendimento da ideia original” -, obrigou a que em muitas situações se tivesse recorrido à versão holandesa para assim se conseguir uma tradução, nem sempre literal em relação à versão inglesa, mas fiel à ideia original do autor. Em situações em que a tradução direta não era esclarecedora recorreremos ao autor de forma a melhor explicitar as ideias e conceitos envolvidos.

Respeitou-se o recurso linguístico a períodos curtos originários do texto em holandês, embora em algumas situações, no sentido de melhor articular e apresentar um determinado conceito na língua portuguesa, tenhamos optado por períodos mais longos do que os apresentados na versão original. Respeitou-se o texto a negrito no início de cada capítulo tal como na versão holandesa, que surge como uma pequena introdução ao tema exposto.

Sempre que se considerou necessário foram incluídas notas do tradutor (NT) em rodapé. Estas notas surgem para explicar algum nome ou termo da realidade holandesa, para enquadrar o contexto histórico de referência ou para fazer uma ligação à terminologia específica utilizada no Corfebol português. Simultaneamente e respeitando os objetivos anteriormente referidos, as notas de rodapé serviram ainda para contextualizar e dar a conhecer alguns aspetos por nós considerados como importantes para um leitor que possa estar mais afastado da modalidade.

A qualidade de desenvolvimento de uma qualquer modalidade desportiva está intimamente ligada à qualidade daqueles que a ensinam e treinam. É determinante para a mais-valia do desporto, enquanto espaço formativo, o nível de formação - cultural, científica e pedagógica - dos agentes responsáveis pela sua condução.

Este livro é um contributo para este objetivo formativo, para professores e para treinadores de todos os níveis, mas muito em particular para aqueles que apresentam o jogo a quem o pretende iniciar. A qualidade das primeiras experiências é essencial para a motivação e para o potencial evolutivo dos futuros jogadores. A qualidade de uma boa apresentação do jogo é o garante para um crescimento sustentado através de uma base sólida e só essa promove um desenvolvimento qualitativo do jogo.

Ser treinador implica um processo de formação demorado e exigente em múltiplas e variadas dimensões e implica uma dedicação e estudo constantes. Como disse um grande treinador e formador português, Teotónio Lima<sup>1</sup>:

*Saber treinar, aprende-se... à custa de uma aprendizagem que se processa todos os dias e que se enriquece com todos os acontecimentos desportivos, culturais e sociais que o treinador consiga integrar na sua valorização como ser humano e cidadão. Saber treinar, aprende-se através de uma atitude que preza o saber que nos é transmitido em acções de formação, o saber adquirido na prática, o saber transmitido por outros treinadores, o saber discutido com os outros, o saber conseguido por muitas leituras, o saber alcançado pela reflexão, o saber divulgado pelas fontes do conhecimento científico e o saber criado pelos atletas.*

É para esta construção do “saber treinar” (e ensinar) que esperamos que esta edição possa ser uma ajuda.

<sup>1</sup> - Lima, Teotónio (2000). *Saber Treinar, Aprende-se*. Lisboa: Ministério da Juventude e do Desporto – Centro de Estudos e Formação Desportiva.



# A particularidade e a controvérsia do jogo de Corfebol

Corfebol, Netball<sup>2</sup> e Basquetebol são desportos que têm uma reconhecida parelha entre si. Pode-se dizer que estão relacionados. São na verdade, mutações de uma mesma origem. O desenvolvimento destas modalidades desportivas percorreu caminhos próprios. Este facto, deve-se às características culturais do contexto em que cada um se desenvolveu. Em certos aspetos estas modalidades estão a crescer e a aproximar-se em resultado da “globalização” do mundo.



A origem do Corfebol é Holandesa. É o produto de determinadas circunstâncias. As circunstâncias mais determinantes foram:

- o momento, no início do século XX, em que Broekhuysen “criou” o Corfebol (Broekhuysen<sup>3</sup> é considerado o “criador” do Corfebol);
- o desenvolvimento da sociedade holandesa, que era reconhecida como conservadora e controversa. O Corfebol é por isso um produto desse tempo e desse contexto.

## Uma teoria freudiana

Ganhar é, basicamente, a motivação para praticar qualquer desporto num nível mais elevado. Ganhar é a euforia, o sentimento de satisfação depois dum duelo. Ganhar só promove prazer se se tiver de lutar pela vitória. O sentimento experienciado ao se vencer pode ser comparado a um orgasmo como o clímax no jogo do amor. Em muitos desportos de equipa, e certamente também no Corfebol, há aspetos do jogo que se podem reconhecer como uma metáfora erótica. O Corfebol é “o único desporto misto do mundo”.

Tal como no jogo do amor, num jogo de Corfebol, as regras para homens e mulheres não são iguais, mas são equitativamente divididas. Metaforicamente pode ver-se o cesto como a mulher e a bola como o homem. Existe algo melhor que o sentimento da bola a entrar no cesto durante o jogo? Se olharmos para o Corfebol como um jogo com tendências eróticas, os opositores assumem o papel do rival tal como no jogo do amor. O opositor tem ciúmes da equipa vencedora. Eles vão querer destroçar a equipa, até tornar impossível essa relação. Os jogadores atuam como membros duma equipa, mas se um jogador passa a bola a um adversário esse ato é considerado como um adultério. Freud vivia há 47 anos em Viena quando Broekhuysen, com 25 anos de idade, inventou o Corfebol em 1902. Talvez não haja coincidência no facto de Freud ter começado a análise da interpretação dos sonhos por essa altura (1900). Broekhuysen, tal como Freud, era um génio e, certamente, à frente no seu tempo quando inventou a modalidade. Criou um jogo desafiador e motivante para católicos, protestantes e socialistas<sup>4</sup>. Com o Corfebol ele imaginou o jogo dos sonhos, uma inconsciente realidade erótica para a sociedade holandesa. Cem anos depois e com a ajuda de Freud, é possível ver o jogo Corfebol para além do consciente. O jogo já não se encontra oprimido, sendo permitido disfrutar plena e conscientemente de muitas surpresas, para novos, velhos, homens e mulheres.

## O conteúdo do Corfebol 'Qualidades características do Corfebol'

“O Corfebol é um desporto de exterior, jogado por duas equipas durante o inverno. (...)” (cit in Dr. H. Gerding: em “Dat is Korfbal”<sup>5</sup>)

Nijgh van Ditmar N. V. Rotterdam 's-Gravenhage 1949, deel 2: “Het wezen van de korfbalsport.”<sup>6</sup>)

“Numa análise ao lugar que o Corfebol ocupa em relação às outras modalidades desportivas podemos concluir algumas das características e qualidades que esta modalidade apresenta:

- Corfebol é um jogo misto;
- Corfebol conduz ao desenvolvimento integral de todo o corpo;
- Corfebol baseia-se na velocidade e agilidade, sendo eliminado o uso da força perante o adversário como parte integrante do jogo;
- Corfebol baseia-se integralmente no jogo cooperativo;
- Corfebol obriga à versatilidade tática;
- Corfebol encoraja o auto controle e auto disciplina na relação com o opositor.”

É óbvio que estas características (aos olhos da comissão técnica daquela altura), sendo específicas do Corfebol, têm muito a ver com o objetivo de valorizar os jogadores, integrando-os no jogo. “A participação num desporto como o Corfebol contribui, em geral, para a evolução da humanidade em geral e, em particular, para a encarnação pessoal do homem.” (Dr. H. Gerding).

## Intenções pedagógicas das regras

Os ideais pedagógicos e os valores do Corfebol estão fortemente marcados nas suas características. Isto implica, de imediato, uma consequência na definição das regras. No sentido de garantir iguais oportunidades no jogo, é proibido intervir sobre o oponente de género oposto no momento do passe ou defendendo o lançamento. Jogar em cooperação torna-se obrigatório, dada a proibição de andar com a bola, passar a bola na mão a um companheiro, evitando o jogo individual. A herança do passado, em que as capacidades motoras como a velocidade e a agilidade eram mais importantes que a estatura e o poder de impulsão, é garantida através da proibição de lançar de uma posição de defendido. Ainda agora, em 2002, algumas destas intenções pedagógicas constituem a base do jogo, determinando as regras da modalidade.

<sup>2</sup> - Netball é uma modalidade derivada de versões antigas do basquetebol, originária de Inglaterra na década de 1890 e praticada essencialmente nos países da Commonwealth. É jogado por equipas exclusivamente femininas.

<sup>3</sup> - Nico Broekhuysen - holandês, professor de Educação Física, criou a modalidade em 1902 inspirado num jogo sueco denominado “Ringboll”. Na Holanda, o “ring” (aro metálico) sueco foi substituído pelo “korf” (cesto), originando o Korfbal.

<sup>4</sup> - Referência a algumas das razões que levaram a criação do corfebol - o facto de ser misto face à prevalência da religião protestante em que a coeducação sempre esteve presente e ao facto de ter de envolver muitos alunos ao mesmo tempo, resultado de uma massificação do ensino provocada pela revolução industrial. Com a revolução industrial muitos pais eram obrigados a trabalhar geralmente 12 horas, o que levou a um aumento dos problemas de delinquência juvenil. O Corfebol surgiu como uma resposta para enquadrar um elevado número de alunos ao mesmo tempo (24 alunos em cada campo no formato original do jogo), em turmas que eram compostas por 40 a 50 alunos.

<sup>5</sup> - “Isto é Corfebol”

<sup>6</sup> - “A essência do Corfebol”





## Corfbol como um desporto de alto nível

*“Futebol é uma guerra”. Esta é uma declaração dos anos setenta de Rinus Michels<sup>7</sup>, um treinador holandês de futebol. Com esta frase resumiu quão importante era para ele e para a equipa holandesa ganhar um jogo de futebol. Ganhar hoje em dia, significa mais do que apenas um sentimento de êxtase que consome os vencedores após o jogo. Aqueles que aplaudem os vencedores fazem-no com respeito, reconhecimento, orgulho, superioridade, carisma e fortuna. A relação entre o jogo e as vitórias mudou totalmente. Os desportos de alto rendimento custam muito dinheiro.*

As carreiras de desportistas e dirigentes desportivos assumem-se como profissões plenas nos dias de hoje. São áreas em se faz do desporto uma forma de vida. Para além disto, os investimentos, que são parte integrante do desporto profissional, têm de ser compensados. É por isso importante que o desporto de alto rendimento e a atividade empresarial se apoiem mutuamente. Com o desporto de alto nível os objetivos comerciais tornam-se exequíveis. A comunidade comercial e as empresas são elementos chave para patrocínio do desporto de alto nível. Em conjunto, os patrocinadores (empresas e a comunidade comercial) permitem a ligação aos *media*, tanto através da televisão como da rádio, onde os programas desportivos representam atualmente os mais elevados índices de audiência. Através desta visibilidade e da relação com os meios de comunicação social, os objetivos comerciais das empresas e dos clubes são atingidos. O desporto de alto rendimento é atrativo, oferece entretenimento, numerosos espetadores, atraindo uma maior exposição através dos *media*. O desporto tornou-se rentável, uma vez que os patrocinadores beneficiam diretamente por estarem associados a produtos desportivos populares.

A relação de equilíbrio entre os objetivos do jogo e os objetivos anteriormente mencionados alteraram-se. Tanto o aumento da exposição nos *media*, como o interesse das empresas patrocinadoras, conduzem naturalmente à necessidade de uma mudança nos conteúdos e na estrutura das modalidades desportivas. Os participantes diretos no jogo, não são os

únicos interessados no desporto de alto nível. Existem agora mais agentes interessados. Os agentes desportivos devem por isso reconhecer a necessidade e a possibilidade de alterarem os conteúdos e a estrutura da sua modalidade, para se tornarem mais atrativos para a televisão e em termos comerciais. O desporto em geral, e o desporto de alto rendimento em particular, tornaram-se um assunto muito sério na nossa sociedade. Tudo isto tem também implicações para os praticantes do Corfbol alto rendimento, apesar desta modalidade ainda se encontrar no início do seu desenvolvimento enquanto modalidade de alto nível. É um processo inevitável: o Corfbol enquanto modalidade de alto rendimento apenas poderá existir se se conseguir adaptar às leis do desporto de alto rendimento. Isto numa modalidade em que o equilíbrio entre o jogo e os seus objetivos foi originalmente determinado pela relação entre o jogo e os seus ideais pedagógicos.

Os tradicionais ideais pedagógicos do Corfbol têm de se tornar concordantes com aqueles que são os assumidos pelo desporto profissional, se a KNKV<sup>8</sup> quiser reclamar a mesma importância do Hóquei em Campo ou do Voleibol<sup>9</sup> na sociedade holandesa. As leis comerciais que se aplicam ao Corfbol enquanto desporto de alto rendimento aplicam-se às associações, aos clubes e aos praticantes. As pessoas compreendem que se estiverem interessadas no Corfbol como desporto de alto nível, têm de se adaptar rapidamente às leis que governam o desporto.

<sup>7</sup> - Rinus Michels treinador da seleção Holandesa que conquistou o título de campeão da Europa em 1988 e atingiu a final do campeonato do mundo de 1974, sendo uma referência para os treinadores de todas as modalidades na Holanda.

<sup>8</sup> - KNKV (Koninklijk Nederlands Korfbalverbond) iniciais da Federação Holandesa de Corfbol.

<sup>9</sup> - Modalidades coletivas que em 2003, a seguir ao Futebol, eram as mais populares em número de praticantes na Holanda. Atualmente o Hóquei em Campo será a segunda modalidade mais praticada com cerca de 200 mil federados, tendo o Corfbol cerca de 90 mil.





## Princípios básicos

### Novos princípios básicos do Corfebol

Os ideais pedagógicos do Corfebol são uma barreira ao seu desenvolvimento enquanto desporto de alto rendimento. Uma regra importante no desporto de alto rendimento é a de que ele deve proporcionar entretenimento. Este entretenimento alicerça-se em movimentos espetaculares, específicos da modalidade, e em jogos onde o resultado é disputado. Estes jogos são entusiasmantes, oferecem competição, equilíbrio, público e recebem atenção dos *media*.

A Federação Internacional de Corfebol está ciente de que a modalidade só terá futuro se for reconhecida enquanto desporto de alto rendimento (por exemplo, pelo Comité Olímpico Internacional). Estão por isso a ser dados passos que não-de conduzir a uma renovação da modalidade.

Durante o congresso da IKF<sup>10</sup> em *New Delhi* na Índia, em 1995<sup>11</sup>, as atenções dos congressistas centraram-se nas regras básicas do jogo, com o intuito de proporcionar um aumento do interesse dos *media* pela modalidade.

Nos anos 80, a IKF deu um importante passo neste sentido, quando decidiu que o Corfebol de pavilhão (*indoor*)<sup>12</sup> seria a forma preferencial para disputa das competições internacionais. Em 1952, o professor Mazure introduziu o "micro" Corfebol<sup>13</sup>, "indoor" Corfebol (Prof. Dr. IR. J.P Mazure é considerado o criador do "micro" Corfebol). Nessa altura, o "micro" Corfebol era apenas um jogo utilizado para passar a estação de Inverno.

Nove novas regras básicas foram formuladas em Adelaide, Austrália, em 1999<sup>14</sup>. Devido a esta alteração foi possível substituir algumas regras desatualizadas e incluir algumas novas regras.

Foram os seguintes os princípios definidos em Adelaide:

- O Corfebol é um desporto com bola, que se joga com as mãos;
- O Corfebol joga-se para um cesto;
- O Corfebol tem por objetivo um alvo que pode ser alcançado de todos os lados;
- O Corfebol joga-se para um cesto suficientemente alto para que seja impossível afundar;
- O Corfebol baseia-se em formas de jogo cooperativas;
- O Corfebol é um desporto misto em que homens e mulheres podem participar em condições iguais;



- O Corfebol caracteriza-se por uma disputa de 4 contra 4 num retângulo;
- O Corfebol é um desporto em que todas as destrezas são encorajadas;
- O Corfebol é uma modalidade em que o contacto ocorre de uma forma controlada.

<sup>10</sup> - IKF sigla para *International Korfball Federation* (Federação Internacional de Corfebol) estrutura que superintende a modalidade a nível mundial. Foi fundada em 1933 pelas federações belga e holandesa e tem atualmente sede em *Bunnik*, na Holanda. Atualmente estão filiados na IKF 60 países e conta com 5 federações continentais - Europa, Ásia, Oceânia, África e Américas.

<sup>11</sup> - Durante a realização do 5º Campeonato do Mundo da modalidade, campeonato em que Portugal conseguiu o seu melhor resultado ao nível de seleções, tendo conquistado a medalha de bronze na competição. Portugal tem participado em todos os campeonatos do mundo desde 1987: Holanda, 1987 (9º lugar); Bélgica, 1991 (6º lugar); Índia, 1995 (3º lugar); Austrália, 1999 (5º lugar); Holanda, 2003 (6º lugar - campeonato comemorativo dos 100 anos da modalidade); República Checa, 2007 (4º lugar); China, 2011 (7º lugar).

<sup>12</sup> - Até esta altura a forma predominante de prática da modalidade era na sua versão exterior (*outdoor*) em campos de relva natural, com as dimensões de 90mx30m, com equipas de 12 elementos distribuídos por 3 zonas, sendo que a zona intermédia era apenas utilizada como zona de transição entre a defesa e o ataque.

A versão atual de *outdoor*, praticada em campos de 50mx25m, normalmente em relva artificial, num formato de 8x8, tem ainda competições na Holanda e Bélgica na fase da época em que a versão *indoor* está parada (de agosto a outubro e de final de maio a junho).

<sup>13</sup> - *Micro Korfball* foi o primeiro nome dado à versão de *indoor* (8x8). É a versão atualmente praticada em pavilhão num campo de 40mx20m, na qual se disputam as principais competições nacionais e internacionais.

<sup>14</sup> - No congresso da IKF, durante a realização do 6º Campeonato do Mundo.



# Novos princípios do jogo produzem novas regras de jogo

As novas regras de jogo vão influenciar a técnica e a tática, no fundo, a forma como se joga Corfebol. Podem tornar o jogo mais rápido, mais atlético e mais atrativo. As novas regras não devem limitar as diferenças individuais entre jogadores – qualquer nova regra deve permitir que os jogadores demonstrem que existem diferenças entre eles. As regras devem permitir a possibilidade do Corfebol se tornar um jogo espetacular. O desporto de alto nível requer estrelas desportivas. O Corfebol procura um padrão de jogo que seja entendido pelos espetadores e que o possa tornar mais atrativo com mais velocidade, mais precisão e de uma alternância no jogo emocionante. Com estes objetivos estão a desenvolver-se experiências com novas regras.

## Estas experiências são:

- Diferenciação na marcação de faltas, nomeadamente as penalidades e os livres da marca de penalidade em relação à marcação de faltas leves, realizadas com a reposição pela linha lateral<sup>15</sup>. Provavelmente, esta alteração permitirá limitar os momentos de interrupção do jogo. A lei da vantagem poderá ser utilizada mais frequentemente.
- Permitir os lançamentos em movimento a partir da situação de “defendido”. Com a alteração da regra do lançamento defendido, a regra (16n)<sup>16</sup> não será válida. Marcar cestos é uma parte atrativa do jogo. Marcar através dum lançamento em movimento enquanto um opositor o perturba é, de certa forma, uma arte. Os espetadores gostam deste elemento do jogo por ser espetacular<sup>17</sup>.
- A regra dos 21 segundos<sup>18</sup>. O ataque deve efetuar um lançamento em 21 segundos e a bola tem de tocar no cesto. A organização do ataque deve ser feita de forma rápida e objetiva. A perda da posse de bola torna-se um risco com maiores possibilidades de acontecer. Desta forma, o jogo proporcionará uma maior alternância nas transições defesa-ataque aumentando assim as oportunidades de finalizaçã<sup>19</sup>.

## Num futuro próximo poderão também vir a ser consideradas as seguintes regras:

- Jogar com o tempo “real” de jogo<sup>20</sup>, controlado por um júri e visível para todos os espetadores. Normalmente, no final de um jogo, existe tensão para jogadores, treinadores e espetadores. Para tornar possível vivenciar este aumento de tensão no jogo é necessário que todos saibam qual o verdadeiro tempo de jogo.
- Regra do tempo para a posse de bola. Um jogador apenas pode manter a bola na sua posse por 4 segundos. Neste

momento, pode acontecer um abrandamento do ritmo de jogo na tentativa da equipa em situação de vantagem no resultado tentar manter a posse de bola. A perda da posse de bola pode ser evitada porque a cooperação é adiada. A regra dos 4 segundos pretende evitar o abrandamento e perda de tempo no jogo<sup>21</sup>.

- Um golo marcado através dum lançamento efetuado para além dum círculo a uma distância pré-definida vale dois pontos. Lançar de longa distância é difícil. Lançar sem ressaltar é um risco difícil de assumir. O cesto de 2 pontos encoraja o lançamento longo. Para além disto, haverá mais possibilidades para que surjam lançamentos na passada. Os defesas terão de ir para além de uma “normal” distância de segurança na pressão defensiva para evitar o lançamento de 2 pontos<sup>22</sup>.

<sup>15</sup> - Regra atualmente já alterada com a marcação de faltas graves da marca de penalidade e as faltas leves no local onde foram cometidas, com a reposição de bola sem oposição ativa. Foi testada a reposição da bola pela linha lateral após uma falta leve, mas a alteração da regra não se verificou devido ao tempo de paragem que produzia no jogo, optando-se pela reposição no local da falta.

<sup>16</sup> - Identificação da regra que impede o lançamento a partir duma posição de defendido.

<sup>17</sup> - Regra que tem vindo a ser testada, em especial em torneios organizados pela KNKV, não tendo ainda reunido o consenso para ser alterada essencialmente devido à dificuldade em clarificar as situações em que se considera o lançamento em movimento.

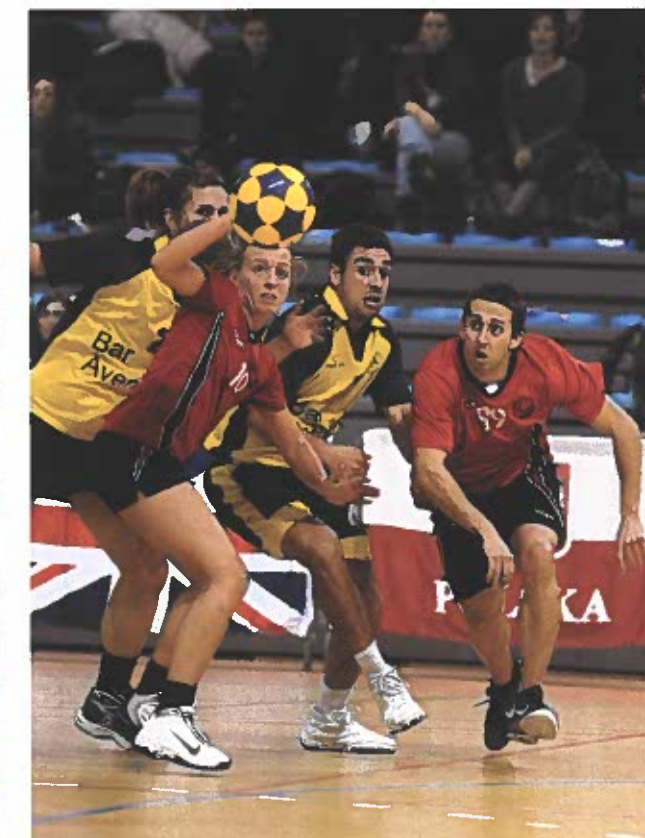
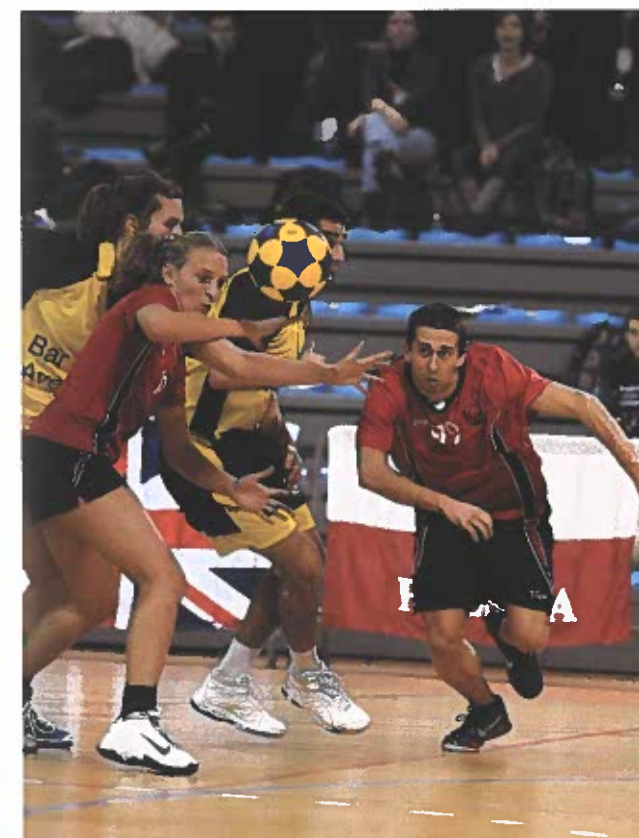
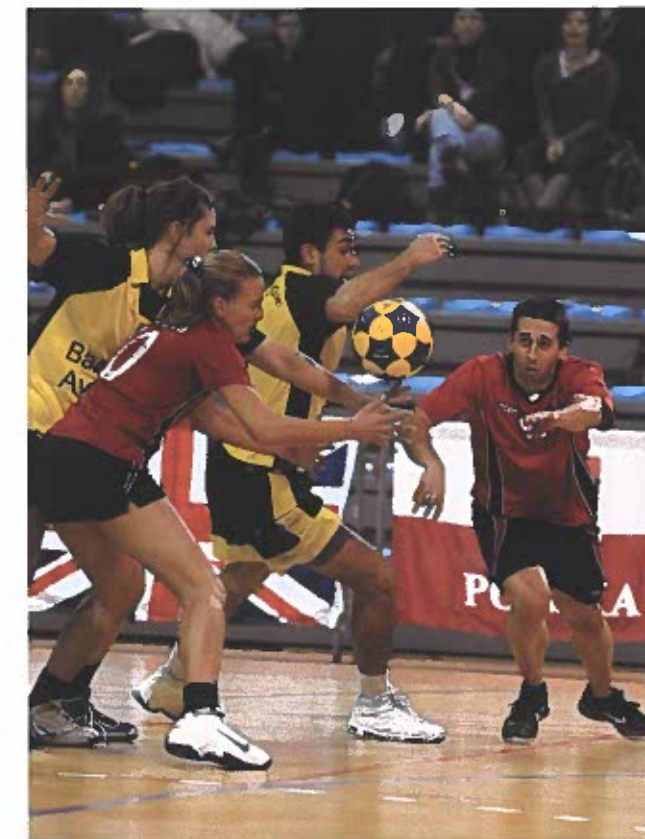
<sup>18</sup> - A atual regra dos 25 segundos para lançamento ao cesto foi testada inicialmente com o tempo de 21 segundos.

<sup>19</sup> - Na competição holandesa, aquela que tem dados acumulados que permitem esta análise, estima-se que a alteração desta regra permitiu um aumento de 20% do número de ataques e consequentemente o número de golos por jogo que passou de uma média de 42 golos para 50 golos or jogo.

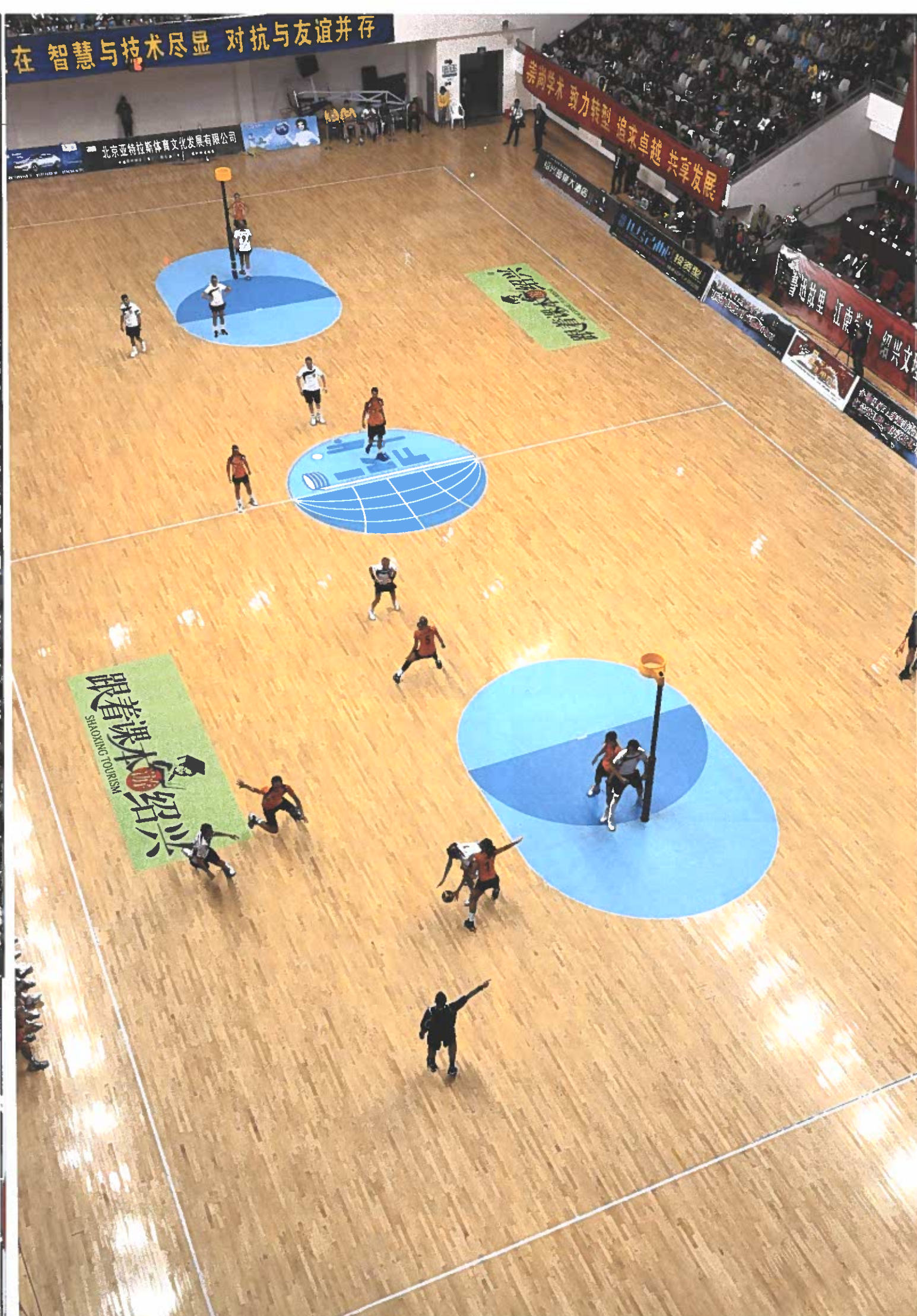
<sup>20</sup> - Regra também já utilizada, em que a contagem do tempo de jogo é efetuado com paragem do cronómetro sempre que existe uma interrupção do jogo. Com a introdução desta regra foi também alterada a duração do tempo de jogo, passando de duas partes de 30 minutos (duração total de 60 minutos com intervalo de 10 minutos) para um tempo de jogo de 50 minutos – duas partes de 25 minutos com intervalo de 10 minutos. Esta regra, associada à limitação do tempo de 25 segundos para lançamento ao cesto, foram as que mais contribuíram para uma maior velocidade e intensidade no jogo.

<sup>21</sup> - Regra ainda não alterada por se considerar que contraria um dos princípios básicos e pedagógicos do jogo.

<sup>22</sup> - Regra também já testada mas ainda não alterada.







## Meios de afirmação do Corfebol enquanto jogo espetacular

O Corfebol de alto nível precisa de visibilidade. Com uma maior exposição poderá haver um maior encaixe financeiro, quer através de patrocínios, quer através da venda dos direitos de transmissão televisiva. Para além disto, esta visibilidade contribui para uma maior popularidade da modalidade, levando à existência de mais jogadores e simpatizantes, o que é positivo para os clubes e para as associações.

A KNKV tem apostado em três importantes meios para conseguir mais exposição:

- Competições “indoor”<sup>23</sup> de alto nível;
- Jogos internacionais;
- Eventos, como as meias-finais e final do campeonato e o Korfbal Challenge<sup>24</sup>.

### Competições “indoor”

Num verdadeiro jogo o resultado nunca é previsível. Um jogo de Corfebol torna-se atrativo para os espetadores se for nivelado. Os espetadores poderão apoiar a sua equipa e até poderão fazer apostas se assim o desejarem. O desporto de alto nível oferece entretenimento para os espetadores e reconhecimento para os jogadores.

O equilíbrio na capacidade das diferentes equipas de mais alto nível (equilíbrio competitivo) torna a competição emocionante. Numa competição equilibrada não é possível antecipar um vencedor. Neste momento, o equilíbrio competitivo existente entre os clubes das duas principais ligas é insuficiente para assegurar uma competição emotiva. Dezasseis clubes participam no “Road to Ahoy”<sup>25</sup>, dos quais cerca de metade não têm qualquer hipótese de alcançar as meias-finais ou a final<sup>26</sup>. Cerca de oito equipas podem oferecer uma forte competição no “Road to Ahoy”. Durante a competição, muitos dos jogos são pouco interessantes ou entusiasmantes para espetadores e para os media. O momento mais alto do Corfebol para os espetadores é o Ahoy. Na presença de 8000 espetadores, duas equipas disputam a conquista do título de Campeão Holandês de Corfebol “indoor”.

O Corfebol de alto rendimento só crescerá se cada jogo da

competição for emocionante. Nessa altura, o interesse do público e o valor comercial da competição irão aumentar. A exposição dos jogos da principal liga está também dependente da capacidade de divulgação da modalidade em todo o país. A generalização do Corfebol de alto nível por toda a Holanda implica que os principais clubes desenvolvam uma estreita relação com os espetadores, com os media regionais e com os patrocinadores, por toda a região em que estão implantados. É necessária uma política objetiva, que considere como prioridade a importância de uma competição de alto nível equilibrada e a implantação de clubes de top por toda a Holanda, de forma a assegurar o seu sucesso.

### Jogos Internacionais

Só após 100 anos é que o Corfebol se tornou uma modalidade de referência na Holanda. O Corfebol desenvolveu uma luta constante pelo seu reconhecimento, especialmente devido aos seus ideais pedagógicos e culturais. Esta “cultura educacional” associada à modalidade foi usada como razão para uma opinião menos positiva por parte do meio desportivo em geral. Estas mesmas razões podem agora ser utilizadas como a base para novos desenvolvimentos com possibilidades ilimitadas.

Depois de uma primeira fase contra a corrente, as recentes mudanças na sociedade global podem ser uma oportunidade para que o Corfebol, enquanto modalidade mista e como um desporto de família, se desenvolva, agora, a favor da corrente.

<sup>23</sup> - Referência sempre presente para distinguir da competição “outdoor” que mantém a competição em moldes idênticos à competição de “indoor” mas que tem perdido algum interesse competitivo para jogadores e clubes. No entanto, continua a ser um meio essencial para promoção e agregação dos clubes, devido à possibilidade de juntar em vários campos ao ar livre, equipas de diferentes gerações, garantindo um certo cunho familiar, característico da modalidade.

<sup>24</sup> - Korfbal Challenge é o nome de um torneio organizado pela federação holandesa, no final do ano, que reúne as melhores equipas e jogadores do campeonato holandês e belga.

<sup>25</sup> - Designação do lema que identificava o campeonato holandês. Ahoy é o nome do pavilhão em Roterdão, onde todos os anos se disputa a final do campeonato holandês (em conjunto com a final de juniores). O desenho competitivo mantém-se inalterado, não prescindindo a KNKV da final no Ahoy como o momento mais alto da modalidade, atraindo espetadores (cerca de 8000 todos os anos), cobertura televisiva e atenção generalizada dos media.

<sup>26</sup> - Situação que se alterou nos últimos anos, sendo o equilíbrio competitivo uma realidade na competição holandesa, com uma verdadeira incerteza e alternância dos clubes que podem ser campeões na Holanda.



O clube de Corfebol, enquanto elemento de extensão familiar na comunidade, é agora mais do que nunca, devido às suas características únicas, capaz de enquadrar as necessárias funções chave para uma sociedade saudável. A característica da modalidade, em que homens e mulheres jogam em conjunto, pode ser desenvolvida de diferentes formas: como um desporto de alto nível ou como um desporto de carácter mais recreativo (social). As infraestruturas dos clubes, o campo relvado, o *clubhouse*<sup>27</sup> e algumas vezes o seu próprio pavilhão, são meios que podem ser utilizados em benefício de todos. “Corfebol é para todos” vai ser o *slogan* num futuro próximo. Com estas possibilidades de desenvolvimento da modalidade e dos clubes, é necessário que praticantes e dirigentes percebam as circunstâncias e condições em que se movem e como se devem adaptar para poderem beneficiar de todas as oportunidades que a modalidade pode oferecer.

Internacionalmente, a expressão “desporto misto” também oferece oportunidades para mais e novos desenvolvimentos. O Corfebol encontra-se presente e é praticado em 40 países por todo o mundo<sup>28</sup>. Infelizmente não existe uma verdadeira competição a nível internacional (Ainda não! Dizem os meus

amigos internacionais). A seleção holandesa tem-se mantido imbatível durante anos. É importante para o futuro do Corfebol enquanto desporto de alto nível haver uma forte e renhida competição a nível internacional. Para que o Corfebol possa ser um desporto de *top* a nível internacional é necessário que a modalidade ganhe um amplo reconhecimento. O desenvolvimento do Corfebol só pode ter sucesso se este desenvolvimento se efetuar a nível internacional. A exposição do Corfebol internacionalmente é moderada. Isto não é uma surpresa uma vez que não existe uma verdadeira competição internacional. O vencedor dos jogos e torneios é conhecido antecipadamente. A seleção holandesa é de longe a melhor equipa entre as restantes quarenta<sup>29</sup>. A KNKV está preparada para investir no sentido de conduzir a competição internacional a um patamar mais elevado. É provavelmente a única federação desportiva que trabalha internacionalmente para melhorar a qualidade dos seus opositores para que um dia seja derrotada<sup>30</sup>. Porque um Corfebol internacional de alto nível é essencial para o desenvolvimento do Corfebol de alto nível na Holanda. Todos os jogadores de Corfebol desejam que a modalidade seja integrada no programa olímpico. Para a admissão a estes jogos ser uma realidade é essencial elevar o nível do programa dos Jogos Mundiais<sup>31</sup>.



## Eventos

Enquanto os jogos internacionais não fornecem uma exposição suficiente, é importante oferecer alternativas aos espetadores. A KNKV reconhece a enorme importância de eventos de alto nível. Esforça-se para que os melhores clubes de Corfebol e os melhores jogadores da Holanda participem nestes eventos. Estes são produtos ideais para obter alguma exposição e algum tempo de cobertura televisiva.

A final no *Ahoy* é um destes exemplos, em que o interesse do público está presente tanto de dentro como de fora da modalidade. Outro evento, o “*Eindejaarstoernooi*”<sup>32</sup>, agora “*Korfbal Challenge*”, tem todos os ingredientes para ter uma atenção idêntica. Os participantes deste torneio são os quatro semifinalistas da época anterior em conjunto com a seleção nacional Belga e uma seleção holandesa “*The Tulips*” (jogadores selecionados de entre as restantes equipas da liga que não estiveram nas meias-finais – os melhores dos restantes). Em cooperação com *Rotterdam Top Sport*<sup>33</sup>, este torneio é organizado anualmente depois do Natal. A KNKV antecipou a sua realização de forma a conseguir uma cobertura televisiva diária, uma vez que o Futebol está na pausa de Inverno. As meias-finais cruzadas, que precedem a final do *Ahoy*, são organizadas em diferentes locais na Holanda. Parece que a organização destes dois jogos numa mesma noite, num grande pavilhão, se pode também tornar um evento vencedor.

<sup>27</sup> - O *clubhouse* que em português tem como semelhante a “sede social do clube”, constitui na Holanda um importante elemento de identidade do clube e de agregação dos seus membros. É o local que serve de centro de convívio dos membros do clube, em que jogadores e simpatizantes se reúnem antes e depois dos jogos e onde são desenvolvidas as atividades sociais do clube. É algo imprescindível na cultura desportiva do Corfebol (e do desporto holandês em geral) não existindo um clube que não tenha o seu *clubhouse*.

<sup>28</sup> - Número atualmente já ultrapassado, contando a IKF com 60 países filiados de todos os continentes, com competições mundiais organizadas nos diferentes continentes e regionais na Europa e Ásia - Oceânia. Está prevista para breve a primeira competição continental na América do Sul, tendo o Brasil como sede, e em África.

<sup>29</sup> - A Holanda venceu todas as competições ao nível de seleções realizadas até hoje (Campeonatos do Mundo, Campeonatos da Europa e Jogos Mundiais) com exceção do 4º Campeonato do Mundo de 1991, conquistado pela Bélgica, seleção anfitriã. Hoje em dia, a distância competitiva entre a Holanda e a Bélgica é maior, não se prevendo a possibilidade de haver outro vencedor que não a Holanda.

<sup>30</sup> - Referência ao agora denominado projeto TDP 6, patrocinado pela KNKV e governo holandês no sentido de investir no desenvolvimento da modalidade noutros países de forma que em 2028 possam existir 6 seleções em condições de disputar um título. Fazem parte dos 6 países que recebem este apoio: Portugal, Espanha (Catalunha), Inglaterra, Alemanha, República Checa e China Taipé.

<sup>31</sup> - “*The World Games*” no original. Jogos com a características idênticas aos Jogos Olímpicos para as modalidades não Olímpicas que se disputam de 4 em 4 anos e onde o Corfebol se encontra incluído.

No Corfebol, regra geral, são apuradas as 6 melhores seleções classificadas no Campeonato do Mundo anterior. Portugal participou até hoje em 4 competições: 1997, Lathi (Finlândia - 6º lugar); 2001, Akita (Japão - 4º lugar); 2009, Kaohsiung (China Taipé - 6º lugar); 2013, Cali (Colômbia - 4º lugar).

Para além do Campeonato do Mundo e dos Jogos Mundiais, Portugal participou ainda em três Campeonatos da Europa dos quatro disputados até ao momento - 1998, Portugal (3º lugar); 2002, Espanha (6º lugar); 2010, Holanda (7º lugar).

<sup>32</sup> - Traduz-se para português como “Torneio de final do ano” e foi a primeira denominação do torneio que agora se designa *Korfbal Challenge*.

<sup>33</sup> - “*Rotterdam Top Sport*” foi o slogan de uma iniciativa do município de Roterdão, de apoio e fomento à organização de eventos desportivos de alto nível na cidade.





# 致力转型 追求



## As funções do treinador no Corfebol

O papel dum treinador é determinante num desporto de alta competição. É ele que consegue proporcionar as necessárias alterações no equilíbrio do jogo, de forma a retirar o maior potencial da equipa. A realização competitiva é o foco central e deve ser desenvolvida no sentido da perfeição. Os treinadores gerem e acompanham atletas para atingirem a sua realização desportiva. No Corfebol de alto rendimento o treinador age como um observador, um orientador e um companheiro dos jogadores.



executarem os princípios do jogo num determinado tempo e espaço. Se o treinador pretende influenciar tais ações, a sua atenção tem de se centrar essencialmente nos aspetos relacionados com o tempo e com o espaço<sup>24</sup>.

### A estrutura do jogo de Corfebol

O objetivo do jogo de Corfebol é a vitória. Uma equipa ganha quando marca mais golos que a equipa adversária através das oportunidades que lhe são concedidas no jogo. O Corfebol define-se assim, como uma competição em que, através de um jogo coletivo, se tentam marcar golos. Antes de se poder chegar a uma oportunidade de concretização uma equipa deve, baseada num jogo cooperativo, organizar-se para criar situações de finalização. Quando uma equipa não tem posse de bola, tenta impedir que os adversários concretizem e tenta intercetar a bola. Num jogo, estes elementos estão diretamente em oposição.

Os objetivos de duas equipas num jogo estão continuamente em oposição. Os adversários também querem ganhar. Num jogo de Corfebol duas visões são possíveis ao mesmo tempo: jogar em conjunto para concretizar e trabalhar coletivamente para se opor ao adversário. De facto, eis o que acontece durante um jogo de Corfebol:

#### Com posse de bola

Organização para a concretização marcar golos

#### Sem posse de bola

Impedir a organização e a concretização

Enquanto observador, o treinador está sempre em busca de novos talentos. Enquanto observador, o treinador escolhe jogadores. O treinador confirma as capacidades dos jogadores selecionando-os. Influencia o desempenho dos jogadores apoiando-se na didática para, na prática, desenvolver o jogo ou partes do jogo. Durante o treino o treinador prepara os jogadores para a competição. Como companheiro, o treinador influencia as conquistas dos jogadores antes, durante e depois do jogo.

### O Corfebol como ação

A perspetiva conceptual com que cada treinador encara o Corfebol é baseada num quadro teórico orientado para a ação. Com a ajuda desse quadro teórico, o treinador dá significado à sua ação. Atuar é por definição uma atividade relacional, uma forma de lidar com aquilo que nos rodeia, analisando e retirando indicações desse envolvimento. Se o treinador olha para o Corfebol através da sua própria perspetiva deve, em primeiro lugar, respeitar os princípios do jogo. O Corfebol é dinâmico, o que significa que o treinador vê os jogadores

<sup>24</sup> - Aspetos que são abordados de forma mais detalhada numa parte mais adiantada do livro, mas que, na conceção do autor, se referem ao controlo da velocidade do jogo e do espaço ocupado pelos jogadores em campo.





## Objetivos e recursos

A análise de um treinador baseia-se em objetivos e recursos. A eficácia e a eficiência das ações executadas pelos jogadores são observadas e analisadas pelos treinadores. Michels, o conhecido treinador de Futebol, chamou a isto “ler o jogo”. Ao ler o jogo, a análise é efetuada tendo por referência objetivos e recursos. Os objetivos do Corfebol são: concretizar, construir ataque e impedir a concretização. Os recursos podem ser resumidos da seguinte forma: técnica, tática, aptidão física e comunicação. Os treinadores olham para o jogo de forma diferente dos espetadores. A declaração do treinador *Louis van Gaal*<sup>25</sup> depois duma crítica apresentada por um jornalista é famosa: “Aparentemente viram um jogo diferente daquele que eu vi”. De facto, isto apenas é verdade se o treinador na conferência de imprensa a seguir ao jogo, não se conseguir colocar na posição de um adepto na forma como este vê o jogo. O adepto quer e tem de ser entretido pelo Corfebol. Os treinadores estudam o jogo com o objetivo de melhorar o rendimento da sua equipa, sendo a análise depois do jogo o primeiro de uma série de passos necessários.

O sucesso e um desempenho espetacular estão intimamente relacionados, mas em algumas situações representam coisas muito diferentes entre si. Aparentemente os espetadores ficam mais satisfeitos com um ritmo de jogo elevado, do que com um jogo em que as principais ações são executadas com uma velocidade mais baixa. O treinador deve por isso, analisar o jogo com um olhar profissional. A perspetiva é proporcionar um bom desempenho. A partir dessa observação deve, em primeiro lugar, tornar claros os objetivos da equipa e a partir deles determinar a forma como os jogadores irão atuar para alcançar um bom desempenho.

Vencer é o objetivo do jogo de Corfebol. Todos os restantes objetivos, como concretizar, construir ataque e impedir a concretização, derivam desse objetivo principal. Existem muitas soluções possíveis. Mas isso apenas aparentemente. À forma

simples como os objetivos podem ser formulados, contrapõe-se a dificuldade e complexidade das soluções com que esse objetivos pode ser concretizados de forma eficaz. Isto tem tanto a ver com as qualidades específicas da equipa como com a utilização dos diferentes recursos que lhe estão relacionados. A técnica, a tática, a aptidão física e a comunicação, são teoricamente separáveis e podem ser analiticamente ensinados aos jogadores durante o treino. Mas só durante a ação do jogo é que se tornam visíveis, em estreita relação, e manifestam o seu valor de forma eficaz. O adepto e o jornalista podem achar o Corfebol um jogo simples, mas para o treinador, ajudar os jogadores alcançar o sucesso todos os dias, é uma tarefa complexa.

<sup>25</sup> - Treinador de futebol já anteriormente referido.







## Sonhos e realidade

O Corfebol tem 100 anos. No entanto ainda não conseguimos retirar o suficiente deste belo e espetacular jogo. Um bom treinador está, tal como um chefe de cozinha num restaurante, preocupado em inovar todos os dias. O Corfebol está em mudança graças à intervenção e criatividade dos treinadores. As mais importantes alterações técnicas e táticas dos últimos 25 anos resultam do trabalho e pensamento dos treinadores. A defesa ofensiva, os sistemas de ataque, a defesa do ressalto e a defesa mista são as mais recentes inovações. Estas mudanças resultam de muitas observações, da análise de muitos jogos e da intervenção sistemática dos melhores treinadores. Bons treinadores observam e analisam corretamente o jogo, mas muitas vezes acabam por copiar o que já foi feito antes. Não são capazes juntar a sua subtilidade de análise ao que já existe e torná-la treinável.

Os melhores treinadores devem ser capazes de tomar decisões para a criação de novas soluções e devem ser capazes de preparar os jogadores de forma a envolvê-los no jogo. Os melhores treinadores têm ideias próprias. O treinador é capaz de pensar baseado nas imagens do jogo. Com estas imagens é capaz de melhorar o funcionamento do jogo. Define conceitos, relações, objetivos e meios, que promovem uma nova forma

de jogo. Nesta conceitualização não existem pessoas de carne e osso. São jogadores de Corfebol ideais aqueles que executam este jogo imaginado. Os melhores treinadores conseguem concretizar estes conceitos num modelo de jogo. Este modelo, o imaginado, é adaptado às potencialidades dos jogadores que estão à sua disposição. Assim, o melhor Corfebol é o resultado da concretização das imagens mentais do treinador num modelo de jogo em que, respeitando as regras, define o jogo ideal adaptado às qualidades dos seus jogadores e dos oponentes. Todas as noites os melhores treinadores sonham com novas soluções, sendo que são mais do que sonhadores. São inventores. Definem novas possibilidades através do treino. O melhor treinador é um sonhador e um inovador realista. Ele é capaz de construir campeões na sua equipa. O melhor treinador também sabe que só pode ter sucesso se puder trabalhar com os melhores atletas e se estes estiverem preparados para trabalhar em plena cooperação com ele.

### Desenvolvimento do Corfebol é determinado pelas regras

O melhor treinador deita-se e acorda com o Corfebol. Está sempre mentalmente ocupado com o jogo e o com desenvolvimento dos seus jogadores. Sonhar com o jogo é uma forma de refletir sobre o jogo no sentido da sua renovação. Com expectativa de encontrar novos conceitos, o treinador tem em consideração as regras, as técnicas e as táticas que determinam a especificidade do Corfebol. Estas regras são ingredientes importantes da atual teoria do treino da modalidade. Os conceitos são novas construções imaginadas e baseadas nessa teoria. Isto é, o início para um futuro desenvolvimento da teoria e da prática do treino de Corfebol.







## Conceito e plano

Na prática, o treinador irá verificar se as construções por si imaginadas podem ser aplicadas. Em termos conceituais, no Corfebol de alto rendimento, o estatuto das mulheres é igual ao dos homens. Na prática, parece que tanto em termos de concretização, como de ressalto, as mulheres não podem competir com os homens. Isto é uma consequência direta da forma do jogo. No futuro, poderão haver grandes melhorias se as mulheres desenvolverem a capacidade de execução de todas as funções do jogo.

O plano de jogo é baseado em conceitos. Através do plano, o treinador trabalha com as qualidades dos seus jogadores e dos oponentes. O treinador controla a execução do plano. Enquanto o treinador supervisiona o jogo, tem em consideração os seguintes elementos:

- Coordenação
- Cooperação
- Comunicação

### Equilíbrio entre ataque e defesa

Tal como o treinador, qualquer outra pessoa só pode refletir efetivamente sobre o Corfebol, se souber o que é o jogo. Ganhar resulta da concretização, da organização do ataque e da capacidade de impedir a concretização.

No jogo existe uma tensão especial entre o ataque e a defesa. O jogo de Corfebol é uma competição entre duas equipas. Oito jogadores duma equipa competem com oito jogadores da outra equipa. O jogo disputa-se em duas zonas. A zona de ataque para uma equipa é a zona de defesa para a outra equipa. Após dois golos os jogadores trocam de zona e de funções - os atacantes tornam-se defesas, e os defesas tornam-se atacantes. A tensão entre ataque e defesa resulta da mudança de zona e de função após dois golos. No corfebol todos têm de ser capazes de atacar e de defender. Nesta modalidade, a especialização dos jogadores não é desejável. Um equilíbrio (positivo) entre as capacidades ofensivas e defensivas é uma dimensão importante na definição de um "oito base". Ganhar é o resultado da relação entre concretizar e evitar a concretização.



Esquema de organização hierárquica dos princípios técnicos e táticos





## Funções

### As funções complementam-se

A disputa está organizada por temas. Para atingir o objetivo é essencial definir um modelo organizativo eficaz. As tarefas dos atacantes e dos defensores no Corfebol de alto rendimento são principalmente determinadas pela capacidade de concretizar e de impedir a concretização. Em cada zona, as ações são prioritariamente determinadas pela posse de bola que irá possibilitar a finalização. Para organizar as ações da zona de ataque são divididas as seguintes funções pelos jogadores: assistência, lançamento, ressaltado e organização do jogo (passe)<sup>36</sup>. O controlo da zona defensiva é definido pelas seguintes funções: a defesa 1x1, pressionar os atacantes e intercetar. A organização destas funções nas duas zonas pretende que os jogadores se complementem entre si. O Corfebol é um duelo entre duas equipas, em duas zonas, com 4 contra 4 em cada zona, em que cada 1 para 1 (1x1)<sup>37</sup> é uma variação estratégica.

Conceptualmente, o papel da mulher é igual ao do homem! No presente momento da modalidade (na prática), isto é apenas teoria (o sonho dum treinador). Em geral, o desempenho das várias tarefas por uma mulher no corfebol moderno, não atinge a qualidade de execução das várias tarefas desempenhadas pelo homem.

O elemento mais fraco numa zona limita a qualidade de jogo de toda essa zona. Nem sempre o elemento mais fraco no quadrado corresponde ao jogador mais fraco. A posição imposta pelo adversário direto determina o elemento mais fraco na zona. Isto faz com que um jogador, que teoricamente é o mais forte, possa ter a posição mais fraca no jogo, uma vez que o seu opositor o suplanta.

### Controle é um aspeto especial das funções de ataque e de defesa

O controle do jogo é um aspeto tático que se aplica tanto ao ataque como à defesa. No ataque o objetivo é concretizar e simultaneamente na defesa impedir que os adversários marquem. Uma vez que é difícil concretizar (os melhores atacantes têm uma média de 30% de concretização em todas as formas de lançamento), passar e ressaltar são ações decisivas para o resultado final. O sucesso num ressaltado, na sequência de um lançamento, garante a manutenção da posse de bola e a continuidade do ataque. O passe é um instrumento de

comunicação, preciso, entre o assistente e o lançador, que se alcança através de um bom *timing*<sup>38</sup>, uma boa direção e uma correta velocidade da bola.

Controlo é um aspeto importante da defesa. Através da defesa 1x1, da pressão sobre o lançamento, da defesa pela frente, da defesa do ressaltado e da pressão sobre as linhas de passe adversárias, os defesas criam distúrbios nos modelos de ataque. A defesa deve ser essencialmente preparada para permitir lançamentos de longa distância. Mesmo estes lançamentos só são permitidos com grande pressão por parte dos defesas. Os defesas determinam o tempo do lançamento e tentam ganhar a posição de ressaltado ou intercetar um passe antes do lançamento.

Para o desenvolvimento do jogo é necessário considerar a regra que protege a posse de bola. O controlo do jogo poderá ficar mais difícil se a posse de bola for limitada a 4 segundos por jogador. A regra dos 21 segundos<sup>39</sup>, que se encontra em fase de experimentação, pretende aumentar a velocidade de organização do ataque. O lançamento tem de ser feito em 21 segundos e a bola deve tocar no cesto, caso contrário o ataque perde a posse de bola. Esta regra é um bom contributo para a velocidade do jogo.

### A execução das funções é complementar e permutável

A combinação dos jogadores nas duas zonas pretende garantir a execução com sucesso das diferentes funções do jogo. A qualidade das funções em cada zona está dependente da qualidade da execução por parte dos jogadores. O Corfebol desenrola-se com uma divisão de tarefas. As tarefas são complementares. Se um jogador executa uma tarefa, os outros jogadores devem assisti-lo ou suportá-lo. As funções são permutáveis: um lançador torna-se ressaltador, o ressaltador torna-se assistente, o defesa deixa o seu adversário direto para intercetar a bola, os defesas assumem uma posição de ajuda para suportarem o defesa do atacante.

<sup>36</sup> - Na versão original em holandês, esta função é denominada "afvangen" que teve uma tradução linear para o inglês "link". Para o português a representação desta função do jogo não tem uma tradução literal (ligação ou conexão), que designa no jogo a função de organizar o jogo através do passe.

<sup>37</sup> - Assume-se a nomenclatura 1x1 para representar a relação de disputa ofensiva e/ou defensiva entre um atacante e um defesa.

<sup>38</sup> - Assume-se a palavra inglesa usualmente utilizada em Portugal significando "momento correto / exato" para execução de uma ação.

<sup>39</sup> - Regras já anteriormente abordadas, com referência à atual regra dos 25 segundos.





### As funções de assistência e ressalto são dedicadas ao lançamento

Antes de um lançamento, o atacante deve conseguir uma posição livre para o lançamento. Conseguir uma posição com espaço é um problema que tem de resolver. Um jogador consegue uma posição liberta, mudando de direção para uma posição em que o defensor não o consiga acompanhar. Conseguir uma posição livre implica investimento físico que é compensado quando garante espaço em relação ao seu defensor direto. Só se está livre por um breve momento. O atacante deve utilizar esse momento para lançar. É por isso necessário que receba a bola. A comunicação entre atacantes, assistentes e ressaltadores permite uma cooperação que deve acontecer de forma determinada e precisa. Depois do lançamento, as restantes funções devem ser executadas de forma a garantir a manutenção da posse de bola. Uma assistência precisa e confiança no ressalto dão ao lançador confiança na finalização.

### Lançar é um meio para concretizar

Lançar é um ato de movimento. Implica que se seja preciso. Um lançamento preciso é a tradução de aspetos espaço-temporais concretos. Os aspetos espaço-temporais desempenham um papel determinante na eficácia do lançamento. A direção do lançamento é um aspeto espacial. Esta direção pode ser controlada pela aplicação de uma velocidade simétrica à bola. O arco da trajetória da bola é um aspeto espaço-tempo. Este arco da trajetória da bola é necessário para introduzir a bola na abertura horizontal do cesto. O cesto é feito de vime<sup>40</sup>, um material elástico que absorve o impacto dum arco não demasiado alto, possibilitando que a bola entre no cesto mesmo que bata no seu bordo. A velocidade e o arco devem ser controlados, lançando quando se está equilibrado, por cima da cabeça e para a frente. Os aspetos que têm a ver com o tempo, tais como “muito

forte”, “muito suave”, “muito alto”, “muito baixo” são menos controláveis que os aspetos relacionados com o espaço, como o são exemplo os desvios para a esquerda ou para a direita.

### Para desenvolver uma abordagem metodológica ao lançamento de fora podem utilizar-se as seguintes indicações básicas:

- Começar de uma distância curta e progressivamente aumentar a distância.
- Movimentar-se num eixo principal (um eixo principal é sempre uma linha direta entre o lançador e o poste) para receber a bola e lançar em equilíbrio.
- Lançar é uma ação de todo o corpo e deve começar nos pés.
- Um passe preciso é essencial, passando a bola tensa à altura da cabeça.
- O lançador pede a bola, dando um passo atrás no eixo principal, para que o assistente possa passar a bola no momento certo.

Estrategicamente, é importante para uma equipa de Corfebol, que todos os jogadores sejam bons lançadores. Isto significa que todos os jogadores devem ter uma percentagem de concretização na ordem dos 30% em 10 ou 15 lançamentos.

Se existir um jogador na equipa que marque menos de 10% das oportunidades, a defesa adversária poderá desafiar esse jogador a efetuar mais lançamentos que os restantes. Irão, estrategicamente, deixar esse jogador liberto para que os outros jogadores tenham menos possibilidades de receber a bola em posições que permitam finalizar. Como regra, podemos dizer que a corrente é tão mais forte quanto os seus elos o forem. O elo mais fraco é o mais acessível, sendo-lhe permitido pelas defesas jogar um papel central no ataque. Isto normalmente tem uma influência negativa na cooperação entre os atacantes.

No Corfebol de alto rendimento, os treinadores sabem que têm de analisar a estatística dos lançamentos de cada jogador. Isto porque têm de definir um plano de ação, cuja execução tem como objetivo melhorar o mais possível as hipóteses de sucesso no jogo. Uma percentagem de concretização de 1 em 3 (30%) é um bom indicador na preparação do plano de jogo. Os dados relativos aos elementos da equipa adversária são também elementos preciosos para a definição do plano de jogo.

<sup>40</sup> - Referência ao cesto construído em vime (“rotan” no original em holandês), material de que eram feitos os cestos antes da introdução dos atuais em PVC, em 2008. Com os novos cestos tentou-se preservar as características de ressalto da bola semelhantes ao vime, com a vantagem de não se verificarem as deformações causadas pela fixação e pelo uso, um dos principais problemas dos cestos antigos. Simultaneamente houve a preocupação de, com o cesto de PVC (amarela é a única cor admitida para competição), garantir um aspeto mais moderno relativamente ao cesto de vime que, de alguma forma, acentuava algumas das características tradicionalistas anteriormente referidas.





## Espaço

### Por princípio as tarefas não são limitadas pela posição

Durante o desenrolar do jogo esta regra pode proporcionar muitas e surpreendentes reviravoltas, embora seja algo muito difícil de aprender. Para que isto seja possível é obrigatório que existam quatro jogadores de alto nível por quadrado.



Em cada posição de ataque um jogador deve ter três opções: lançar, ressaltar e assistir. Por cada posse de bola o atacante deve, numa fração de segundo, decidir-se pela melhor opção. Quando uma posição só tem uma opção é fácil para os defesas conseguirem opor-se. A opção mais importante no ataque é lançar. Os atacantes só devem passar a bola entre si se esta opção não for possível. O assistente comunica através da direção, da velocidade e do momento do seu passe, permitindo essa opção ao atacante. Isto significa, que cada atacante sem bola tem de conseguir uma posição liberta de pressão, enquadrando-se com o eixo principal, ou seja, numa linha direta entre si e o poste. Se os atacantes estiverem permanentemente em condições de receber a bola enquadrados com o cesto, os defensores são obrigados a defender estritamente 1x1 (vendo apenas o atacante).

Neste contexto, uma posição importante é a de assistente em frente ao cesto. Na prática, os defesas tentam impedir que isso aconteça, uma vez que uma assistência profunda oferece uma melhor possibilidade dos atacantes conseguirem uma posição ofensiva. Os defesas tentam opor-se a esta situação com uma defesa pela frente, isto é, ficando na frente do assistente enquanto possível. Desta forma, as outras tarefas defensivas ficam mais acessíveis e mais fáceis de executar, uma vez que, acima de tudo, importa impedir que os atacantes consigam a posição de assistência. Se o atacante se aproximar da posição de assistência com uma atitude ofensiva, com o objetivo de também lançar ou ressaltar, o defesa será levado ao chamado "ponto-de-decisão". O "ponto-de-decisão" é o momento em que o defesa decide se mantém a defesa pela frente. O atacante pode aproveitar esse momento. Em vez do atacante se deslocar para a posição defendida, escolhe uma posição ofensiva perto do poste ou a posição de ressaltar e coloca um companheiro numa posição livre.

Uma das mais famosas ações que se baseia neste princípio é a chamada Portugal-ball<sup>41</sup>. Com esta ação os atacantes aproveitam uma defesa pela frente "cega" e "alta". A bola é passada sobre o defesa do assistente e sobre o seu companheiro e diretamente para o ressaltador, que se torna assistente, colocando o atacante que estava na assistência, numa posição liberta em frente ao cesto. Os "Lenstra-tricks"<sup>42</sup> (SCO e Blaw-Witt) são também conhecidos e baseados no princípio acima mencionado. Mas talvez devamos reescrever a regra para estes "Lenstra-

cases": as posições não são limitadas por uma função. Lenstra percebeu que na maioria dos casos, apenas um significado era dado a certas posições. Por exemplo, um atacante na zona do poste era visto apenas como um ressaltador. Lenstra surpreendeu as defesas usando esse facto como um significado simulado. Na realidade, o ressaltador partia da sua posição para um lançamento perto do cesto.

### A direção do jogo

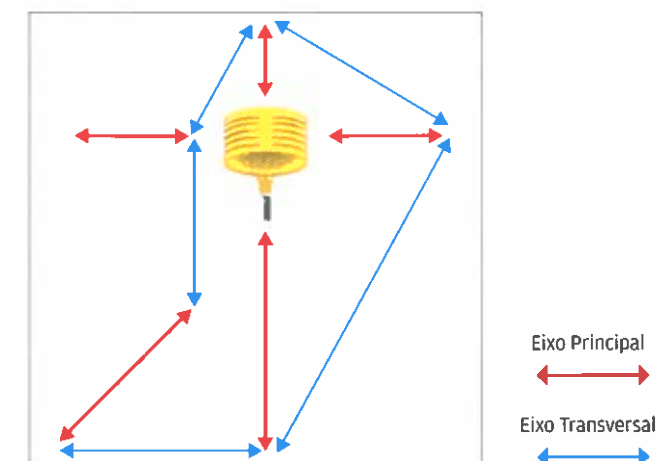
A direção do jogo é prioritariamente orientada do interior para o exterior e vice-versa. Estes são os eixos principais do jogo.

Lançar e concretizar são as mais importantes tarefas no Corfebol. Lançar e concretizar determinam a direção do jogo. Lançar e concretizar acontecem nos eixos principais. O eixo principal é uma linha reta que se pode desenhar entre o atacante e o poste. A receção da bola por parte de um atacante nesta linha, quando enquadrado com o cesto, é uma ameaça imediata para a defesa, uma vez que se coloca numa boa posição de lançamento. Existem três tipos de lançamentos: o lançamento longo, o lançamento na passada e o lançamento em movimento. As três formas de lançar estão relacionadas entre si.

A qualidade do lançamento longo determina a forma como o defesa age no 1x1. Se a qualidade do lançamento longo é boa, isto é, se um atacante lança 15 vezes de longa distância e marca 5 (30%), assume uma ofensividade que pode resultar numa boa oportunidade para conseguir um lançamento na passada. O lançamento em movimento deriva basicamente do lançamento de fora e do lançamento na passada. O bom lançador é defendido com pressão no 1x1. Esta forma de defesa permite ao atacante construir a oportunidade para lançar na passada. Quando o início da entrada na passada é bem defendida, o atacante pode sair para um lançamento em movimento. Isto significa que ele se desvia do eixo principal do lançamento na passada e utiliza outro eixo. O movimento de desvio deve ser efetuado de forma a que o defesa tenha dificuldades em o acompanhar.

### No jogo, o eixo principal precede o eixo transversal

Um passe através do eixo principal de dentro para fora coloca pressão na defesa, uma vez que o atacante recebe a bola em condições para lançar. Um jogador de alto nível, como por exemplo Oscar Mulders do Deetos<sup>43</sup>, era um mestre em solicitar a bola no eixo principal enquanto se mantinha parado e perante uma forte defesa. Um passe alto colocava-o numa posição de lançamento. Ele desmarcava-se recuando durante a receção da bola. Seguiu-se o lançamento como um flash.



Eixos transversais são eixos imaginários, perpendiculares aos eixos principais e que ligam estes eixos. Quando, através de um movimento de um atacante num eixo transversal, existe uma mudança entre dois eixos principais, cria-se tensão na defesa. O passe sobre um eixo transversal terá uma verdadeira ofensividade se o atacante receber a bola orientado num eixo principal<sup>44</sup>. Passar a bola sobre um eixo transversal, colocando um jogador numa posição em que possa finalizar, é uma opção treinada em situação de 3:1<sup>45</sup>. Com este passe, a bola é colocada nas costas do defesa.

Durante o jogo, a maioria dos passes sobre o eixo transversal acontecem para preparar o ataque. Esta organização é necessária para preparar e colocar os atacantes numa posição livre de marcação. Uma defesa que pressiona a bola e as linhas de passe dos atacantes força uma situação em que muitos passes devem ser efetuados sobre o eixo transversal. Este tipo de defesa perturba a orientação dos atacantes nos eixos principais, antes de receberem a bola.

<sup>41</sup> - Portugal-ball é uma situação de jogo, assim batizada em termos internacionais, para denominar uma movimentação ofensiva entre ressaltador e assistente desenvolvida pela seleção portuguesa e algumas equipas portuguesas nos anos 90 e que ainda hoje é executada em determinados momentos do jogo com forte pressão do defesa da assistência.

<sup>42</sup> - Jaap Lenstra antigo proeminente treinador do SCO, do Blaw-Wit Amsterdam e do VADA conhecido por considerar de forma ofensiva o trabalho nas posições de ressaltador e assistente.

<sup>43</sup> - Oscar Mulders foi jogador do Deetos (clube de Dordrecht) e da seleção holandesa até ao Campeonato do Mundo da Índia em 1995, sendo muitas vezes apresentado como exemplo pela qualidade do seu lançamento exterior.

<sup>44</sup> - O que em Portugal denominamos por enquadrado com o cesto (enquadramento ofensivo) - realização de deslocamentos mantendo a orientação facial com o cesto, de forma a permitir que no momento de receção da bola, o jogador saiba o que se passa no jogo e tenha a possibilidade de passar ou lançar - dupla ameaça.

<sup>45</sup> - Indicação para um modelo / sistema de jogo. A abordar numa fase mais avançada do livro.







## Posições

### Significado das posições

As posições assumem uma função ou um determinado significado, quando um jogador as ocupa com posse de bola, ou quando são ocupadas durante a circulação para virem a desempenhar a sua função no jogo.

O jogador sem bola não pode concretizar. O jogador que se encontra numa posição de onde não consegue lançar, podendo apenas executar outras funções, torna-se fácil de defender. Um atacante que se encontra a uma distância tão afastada do cesto que não consegue alcançá-lo com o seu lançamento, não é uma ameaça direta. Limita-se a poder desempenhar as outras funções.

Só com posse de bola numa posição ofensiva ou numa posição onde possa vir a receber a bola com ofensividade, é possível a um jogador executar uma das quatro funções: lançar, assistir, ressaltar e passar.

É conhecida a história do jogador de futebol Piet Keizer<sup>46</sup>, que estava perante uma difícil marcação de 1x1, e de uma forma surpreendente, deu significado à sua posição, fortemente dificultada junto à linha lateral. Keizer não conseguia ter posse de bola para executar um dos seus famosos dribles. Tinha sempre consigo um opositor direto que o seguia como uma sombra. Keizer estava tão farto disto que decidiu correr para fora do campo, uma vez que não recebia qualquer bola e não podia contribuir para o ataque. Mesmo fora do campo a defesa continuou a marcar Keizer. Desta forma Keizer retirou-se a si e ao seu adversário do jogo.

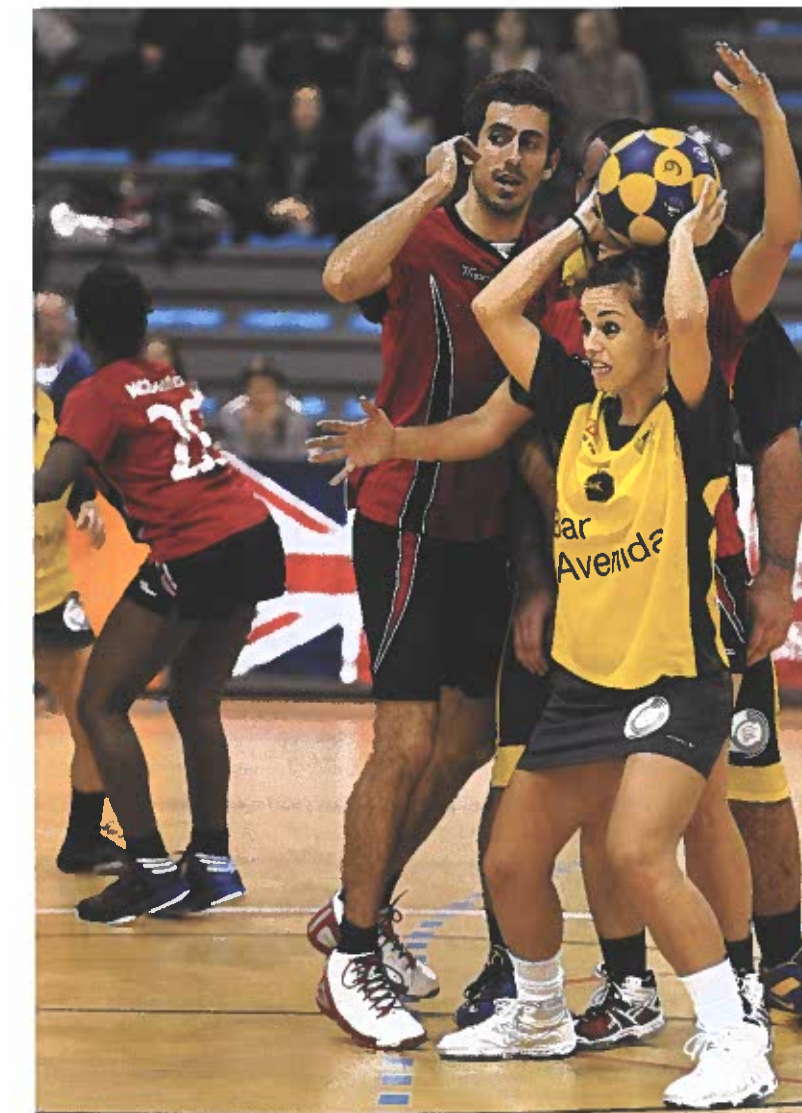
Isto também acontece no Corfebol. Acontece frequentemente que jogadores são defendidos de tal forma que não conseguem desempenhar as suas tarefas de acordo com os objetivos do jogo. Nessa altura, alguns treinadores dão a seguinte instrução: *"Joga o mais possível longe do poste e passa sempre a bola ao jogador mais próximo"*. Com esta indicação pretende impedir-se que o defesa adversário se coloque no caminho de outros colegas, trazendo uma capacidade defensiva extra para uma posição estratégica no momento errado. O elo mais fraco está temporariamente fora de jogo.

### Qualidades do ataque e da defesa

As funções de ataque e defesa são determinadas pela qualidade dos jogadores, pelas regras e pela oposição dos adversários.

Todos os jogadores de Corfebol de alto nível são bons lançadores (percentagem de concretização igual ou superior a 30%). Em muitas equipas de top, a concretização ainda fica a cargo dum número reduzido de jogadores. A percentagem de concretização dum atacante diminui em função da pressão da defesa adversário. Em situação de treino, um lançamento na passada tem 100% de hipótese de ser concretizado. No entanto,

<sup>46</sup> - Antigo futebolista holandês que fez toda a sua carreira no Ajax de Amsterdão, contribuindo por três vezes consecutivas para que o Ajax fosse vencedor da Taça dos Campeões Europeus nos anos de 1971, 1972 e 1973.







o jogo mostra-nos que apenas 30% dos lançamentos na passada resultam em golo. A pressão sobre o lançamento influencia a técnica e consequentemente a qualidade do lançamento. Uma verdadeira equipa de alto rendimento consegue alterar as funções definidas em resposta às características dos opositores. Uma zona de ataque com um jogador com um lançamento fraco ou um lançamento limitado (o alcance do lançamento é limitado quando não se consegue lançar para além dos 6 metros ou se tem uma reduzida velocidade de execução) irá, efetivamente, jogar com 3 contra 4. Isto quer dizer que a defesa tem um jogador que pode ajudar os outros defesas.

Os jogadores que não se conseguem libertar no 1x1 para lançar, reduzem as possibilidades da sua equipa no ataque. Limitam a possibilidade de rotatividade das funções e consequentemente limitam a possibilidade de se criarem oportunidades de

concretização. Isto contribui também para limitar os outros atacantes, obrigando-os a desempenhar mais tarefas no jogo. Jogadores altos são preferíveis a jogadores baixos, uma vez que a estatura é uma vantagem para todas as funções. No ataque existem jogadores que só se tornam eficazes depois de receberem a bola várias vezes. Esta situação em jogo assemelha-se à situação de treino de 1x1, em que a assistência sem pressão está totalmente focada num atacante que se tenta libertar para lançar. O defensor apenas tem de tentar defender o 1x1. O atacante, no entanto, tem sempre vantagem. As assistências são livres. A capacidade de movimentação e o timing não são decisivos porque as possibilidades de finalização se sucedem umas às outras. Uma situação destas, em treino, serve para dar vantagem ao atacante, uma vez que as questões de espaço e tempo são mais fáceis de resolver do que numa situação de jogo (posição, direção, velocidade e momento).

Um atacante com estas características tem duas formas de ser defendido no jogo. Uma, através duma defesa direta: defende estritamente em pressão no 1x1. A outra, de forma indireta: o defensor defende pela frente a posição de assistente e assim perturba a assistência ofensiva. Num jogo, as vantagens do treino não estão presentes e a disputa em 1x1 torna-se mais difícil. As posições de assistência não estão livres e, o timing da assistência, a qualidade da receção e o passe, são cruciais para se conseguir um ataque com sucesso. Para além disto, o atacante tem de se desmarcar para uma posição livre para conseguir o lançamento e nesse movimento tem de ficar ao alcance do passe da assistência.

A defesa do ressalto tem dois objetivos. O primeiro é recuperar a bola após um lançamento. Os defesas recuperam a posse de bola após conseguirem ganhar a posição de ressalto. O outro objetivo é baixar o ritmo da organização do ataque e, através dessa influência no tempo de ataque, impedir a repetição de lançamentos.

Quando se estuda a história do Corfebol verifica-se que, nos primeiros tempos, se usavam outras técnicas. As regras do jogo tiveram, no decurso da história da modalidade e de forma muito marcada, grande influência na definição das técnicas e das funções do jogo. O lançamento a duas mãos é um exemplo típico dessa influência. A proteção da posse de bola influenciou a técnica do passe. As técnicas e as táticas irão alterar-se se as regras se alterarem.

### Os jogadores não são iguais

A cultura educacional do Corfebol não permite que surjam estrelas ou heróis. As regras pretendem assegurar que os jogadores são iguais e que dependem uns dos outros. Mas nem os humanos o são, nem, em particular, o são os jogadores de Corfebol. Quer as pessoas queiram saber ou não, por tradição conhecemos os nomes de Gerrit Seits, Gerard Bos, Adrie Zwaanswijk<sup>47</sup>, Rinus Munnikes, Corry Euser Erik Wolsink e Rini Keereweer<sup>48</sup>. Estes jogadores tornaram-se famosos pela qualidade dos seus lançamentos. O Corfebol também tem heróis apesar das pessoas não o quererem reconhecer “uma vez que o lançador necessita dum assistente”.

Na prática do Corfebol há uma clara diferença na qualidade dos jogadores. Os jogadores não são iguais e no desporto de alto rendimento esta diferença é conhecida.

Uma das tarefas mais importantes de um treinador de uma equipa de top é a de chamar à atenção para as diferenças e qualidades de cada um e, consequentemente, estruturá-las no interesse da equipa. Isto é mais do que decidir a equipa inicial – isto define a base de uma estratégia.



<sup>47</sup> - Referência a Adrie Zwaanswijk, responsável pela primeira ação de formação realizada em Portugal em 1985, no Instituto Superior de Educação Física, a partir da qual se iniciou o processo de lançamento da modalidade no nosso país. Foi também ele o responsável pelo primeiro curso de treinadores frequentado por portugueses (Pappendal, Holanda; em 1986), curso que marcou definitivamente os impulsionadores da modalidade no nosso país. Durante muitos anos Adrie Zwaanswijk foi o principal embaixador do Corfebol um pouco por todo o mundo, tendo ao serviço da IKF apresentado a modalidade em muitos países. Devido a todo este contributo é uma das personagens mais reconhecidas da modalidade e é o patrono do Swan Found, o fundo de apoio a projetos de desenvolvimento da modalidade.

<sup>48</sup> - Gerrit Seits jogador do Deetos; Gerard Bos (apelidado Bul) veio do HKV den Haag, tal com o primeiro treinador da KNKV Adrie Zwaanswijk; Rinus Munnikes jogou no LUTO; Corrie Euser jogou no PKC; Rini Keereweer começou no LUTO e terminou no Blaw Wit; Erik Wolsink jogou no Deetos e no Oost Arnhem.





## Contexto

### Posição e consistência

O valor de uma posição é determinado pela sua consistência. A consistência é garantida através da definição de um plano de jogo e de regras de comunicação que garantam a coesão da equipa.

O valor de uma determinada posição é definido pelas funções possíveis no jogo: assistir, lançar, ressaltar e passar; defesa 1x1, defesa pela frente, defesa de ressalto e interceção. As funções são complementares. O jogo define-se pela forma como se joga em conjunto, para concretizar ou impedir a concretização. Os planos são desenvolvidos para isso. Estes planos são, sobretudo, a organização da ordem de execução das funções. Na sequência do jogo, a assistência vem antes do lançamento e a defesa 1x1 vem antes da defesa pela frente. Estas definições conduzem ao que se denomina como modelos de jogo no Corfebol.

O modelo 4:0<sup>49</sup> só é útil para ganhar tempo e profundidade no jogo enquanto se organiza o ataque. No modelo 4:0 os defesas estão mais perto do cesto que os atacantes. Os atacantes podem lançar mas perderão a bola depois do lançamento.

O modelo de ataque 3:1<sup>50</sup> é mais complexo. Três atacantes jogam fora da zona do poste e um atacante posiciona-se perto do poste para o ressalto. Na maioria dos casos em 3:1, os passes são efetuados através do eixo transversal para um dos atacantes que se desmarca abrindo uma linha de passe. Nesse momento, apenas dois atacantes podem ficar numa situação de finalização. O conhecimento desta situação possibilita aos defesas influenciarem a direção em que o ataque se pode desenvolver para conseguir uma posição livre. Os atacantes pouco ofensivos não têm oportunidade de se desmarcar.

Em teoria existem três direções possíveis para um jogador se conseguir desmarcar:

- Em pequenos eixos transversais. É a linha mais curta entre o passador e o atacante.
- Ao longo dum eixo transversal. É a linha de passe em que o passador consegue colocar a bola nas costas do defesa.
- Para um lançamento na passada<sup>51</sup>. O passe cruza um eixo transversal encontrando o jogador na linha para o cesto.

É possível conseguir uma desmarcação se o atacante conseguir jogar com estas três opções num contexto em que a ordem não é importante.

Uma desmarcação só pode ter sucesso se o atacante atacar o defesa num eixo principal, constituindo-se assim como uma ameaça para a tentativa de um lançamento na passada. A ameaça deve ser mantida até ao momento em que o defesa se vire para defender o eixo principal. O momento da mudança de posição por parte do defesa vai possibilitar ao atacante ganhar uma pequena mas significativa vantagem, quer se aproxime quer se afaste da bola.

O modelo 2:2<sup>52</sup> é mais eficaz quando os atacantes, a partir de uma posição livre, se orientam no eixo principal para lançarem ao cesto. O ressalto organiza-se, a assistência posiciona-se dois metros à frente do poste e os dois atacantes tentam ganhar uma posição livre no eixo principal para receber a bola através de movimentos que desequilibrem os defesas. Depois de um lançamento ao cesto é possível organizar uma nova situação de 2:2. A bola circula com passes simples pelos eixos transversais permitindo a construção de um novo ataque. As soluções mais modernas para o ataque, são provocadas pela alternância do 2:2 com o 3:1.

Para além de tudo isto, o ataque pode sempre aplicar o princípio "as funções não são limitadas pelas posições" alternando estes modelos.

Os defesas devem evitar que os adversários consigam lançar. Devem tentar: impedir que encontrem posições ofensivas; impedir que mantenham a posse de bola; provocar dificuldades à receção de bola de tal forma que os atacantes precisem de mais tempo para se orientarem no eixo principal, dificultando assim a possibilidade de efetuarem um lançamento preciso; garantir condições para a recuperação da bola. A cooperação entre os defesas é essencial para estes objetivos. As formas de cooperação definem-se no plano de jogo defensivo: quem defende o 1x1; se é utilizada a defesa pela frente; quando e porquê a defesa de ressalto é utilizada e como comunicam os defesas entre si. Estas decisões são preparadas quando o treinador analisa os adversários.

<sup>49</sup> - Os modelos / sistemas são designados com este formato, representando o número de jogadores que se encontram na zona exterior, relativamente ao poste (primeiro número), e na zona do poste (segundo número). No exemplo, 4:0 significa que os 4 jogadores se encontram afastados do poste, não existindo nenhum jogador naquela zona.

<sup>50</sup> - Indica que estão 3 jogadores na zona exterior do poste e 1 jogador, normalmente ressaltador, mas que pode desempenhar as funções de ressaltador ou assistente.

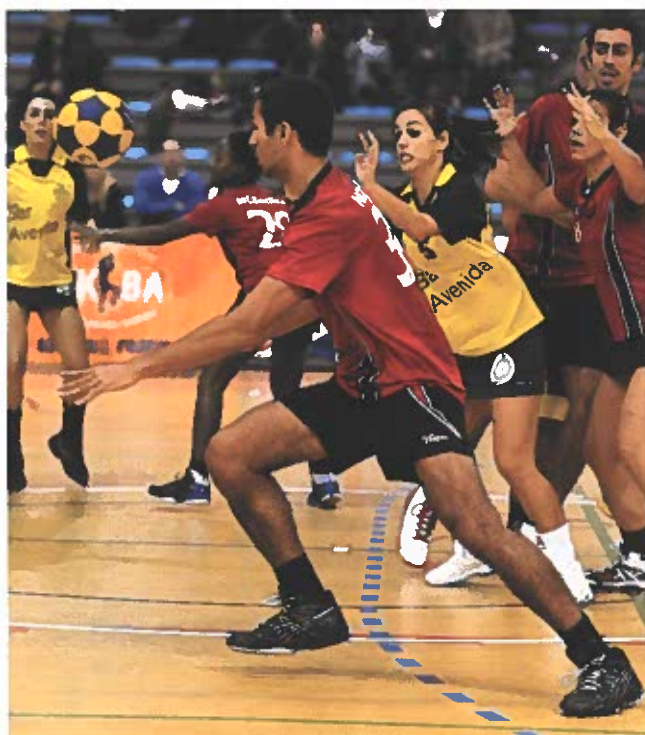
<sup>51</sup> - O que em Portugal se denomina de "corte para o cesto".

<sup>52</sup> - Modelo / sistema em que os dois jogadores da zona do poste têm as funções de assistente e ressaltador (podendo ou não alternar essas funções).



O principal objetivo da defesa 1x1 é impedir as tentativas de lançamento por parte do ataque. Para se atingir este objetivo é necessário que o defesa se mantenha enquadrado com o atacante. O defesa coloca-se entre o atacante e o cesto, definindo uma posição no eixo principal do atacante. A recepção da bola por parte do atacante demora um pouco mais de tempo, o que em conjunto com o facto de o atacante não poder correr com a bola, impede este de se colocar numa posição favorável durante algum tempo. Por um breve momento, estas limitações permitem ao defesa controlar o atacante. A “arte” da defesa 1x1 é garantir uma distância em relação ao atacante que permita neutralizar um rápido movimento ofensivo, acompanhando o atacante, e simultaneamente, mantendo uma curta distância que lhe permita defender quando o atacante recebe a bola.

A defesa pela frente é uma estratégia essencial para garantir uma ajuda a um companheiro que defende o adversário em pressão no 1x1. A defesa pela frente tenta evitar que o ataque consiga uma posição de assistência, estratégica, perto do poste. É importante que o jogador que defende pela frente esteja em “contacto” com o jogador ou jogadora que está a defender. Quando o defesa só vê a posição de assistência, o princípio “as funções não estão limitadas às posições” pode ser aplicado. A ajuda ao defesa que defende 1x1 é definida por combinação prévia. Esta combinação é válida quando o jogador que defende 1x1 é orientado e suportado através de comunicação verbal pelo seu colega defensor.



Com a defesa de ressalto pretende-se dificultar a possibilidade do atacante conseguir a posição de ressalto. A defesa do ressalto só é eficaz quando o ataque assume como imprescindível a posição de ressalto para que haja um lançamento. Se todos os atacantes tiverem uma percentagem de concretização na ordem dos 30% - 50%, nenhuma equipa jogará com este modelo de defesa. Existem jogadores na competição holandesa com capacidade para lançar sem ressalto a distâncias entre 1 e 8 metros e conseguir elevados níveis de concretização. A defesa de ressalto pode aumentar o tempo de organização do ataque. Organizar o ataque para ganhar a posição de ressalto demora tempo. Organizar o ataque para enfrentar uma defesa de ressalto implica que exista um jogador ressaltador preferencial que aproveita o bloqueio de um jogador na posição de assistente e que, em velocidade reduzida, ganha a posição de ressalto. Esta sequência aumenta significativamente o tempo para a estruturação e organização do ataque. A defesa de ressalto permite que a defesa se reorganize após um lançamento com recuperação de bola pelos atacantes, uma vez que depois de ganhar o ressalto, o atacante perde essa posição.

Quando uma equipa consegue alternar a defesa pela frente e a defesa do ressalto, pode conseguir alguma perturbação nas decisões ofensivas. Esta forma de defender implica que todos saibam onde está a bola e quais são as funções dos atacantes. Os defesas, na relação com os atacantes, escolhem sempre uma



posição que garanta a possibilidade de ver a bola e ao mesmo tempo ter o atacante à sua frente. Com esta alternância de estratégia defensiva é necessário que os defesas comuniquem e se ajudem entre si.

### Os propósitos ofensivos e a utilização do espaço

O plano de jogo tem um propósito e regula a utilização do espaço. A escolha do sistema de ataque determina a utilização do espaço na zona de ataque. Por isso o 4:0 não se apresenta propriamente como um sistema de ataque. É simplesmente um prefácio para um sistema de ataque. Uma defesa que se deixa limitar pelo sistema 4:0 do ataque, não compreende que não existe um verdadeiro perigo do ataque. O sistema 3:1 apresenta várias ameaças ofensivas se alternar com o sistema 2:2. Esta alternância é mais profícua se o terceiro atacante (normalmente uma mulher se o homem ganha o ressalto) escolhe uma posição atrás do cesto, ameaçando a partir daí ganhar a posição de assistência.

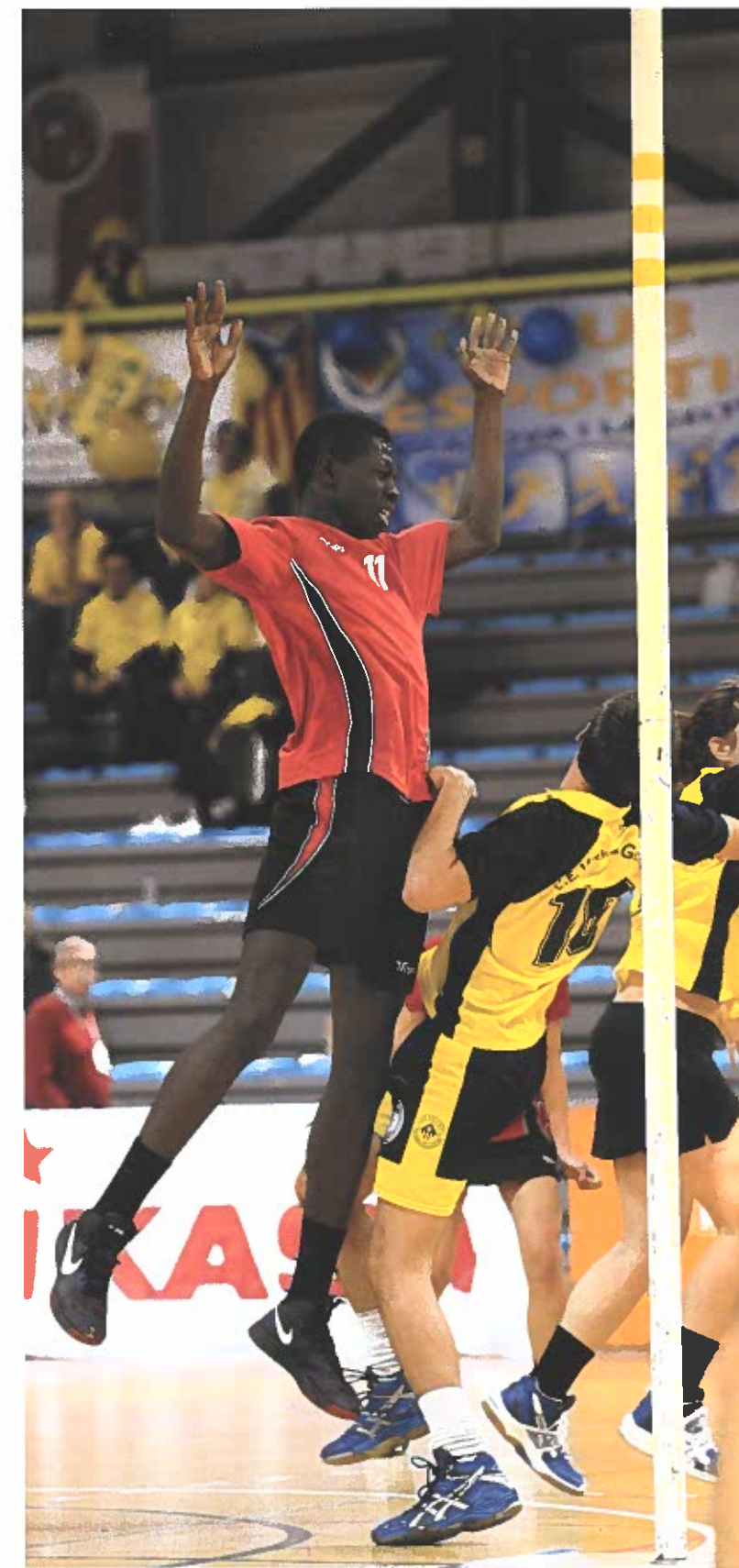
O defesa do jogador que se encontra atrás do cesto deve perceber claramente quais são as qualidades do atacante. A primeira tarefa do defesa é sempre a de impedir uma oportunidade de lançamento por parte do atacante. Para o atacante, esta decisão garante a possibilidade de uma outra opção: uma boa posição de assistência.

### A capacidade do ataque

A capacidade do ataque está dependente do raio de ação dos jogadores (posicionamento e alcance do passe), da acutilância do 1x1 e do alcance e eficácia do lançamento. Um atacante deve conseguir lançar de qualquer posição na zona de ataque. Muitas jogadoras não conseguem lançar de uma distância superior a oito metros. As defesas destas atacantes podem ter isto em atenção e focar-se no desempenho de outras funções para além do 1x1. As possibilidades de um atacante com um raio de ação alargado só são positivas, se o alcance e qualidade do lançamento de qualquer zona do campo for possível e efetivo. Um raio de ação alargado de um jogador sem alcance de lançamento limita a possibilidade do atacante jogar longe do poste e obriga-o a ocupar uma posição. Um atacante que não tem a capacidade de se libertar da defesa 1x1 limita as suas opções e as opções do seu quadrado de ataque. Ele só pode ser útil em funções de ressalto e de assistência. O ataque joga assim com um forte *handicap*.

\* - O que em Portugal se denomina de “corte para o cesto”.

\* - Modelo / sistema em que os dois jogadores da zona do poste têm as funções de assistente e ressaltador (podendo ou não alternar essas funções).







## Tempo

### A posse de bola é um pré-requisito para a concretização

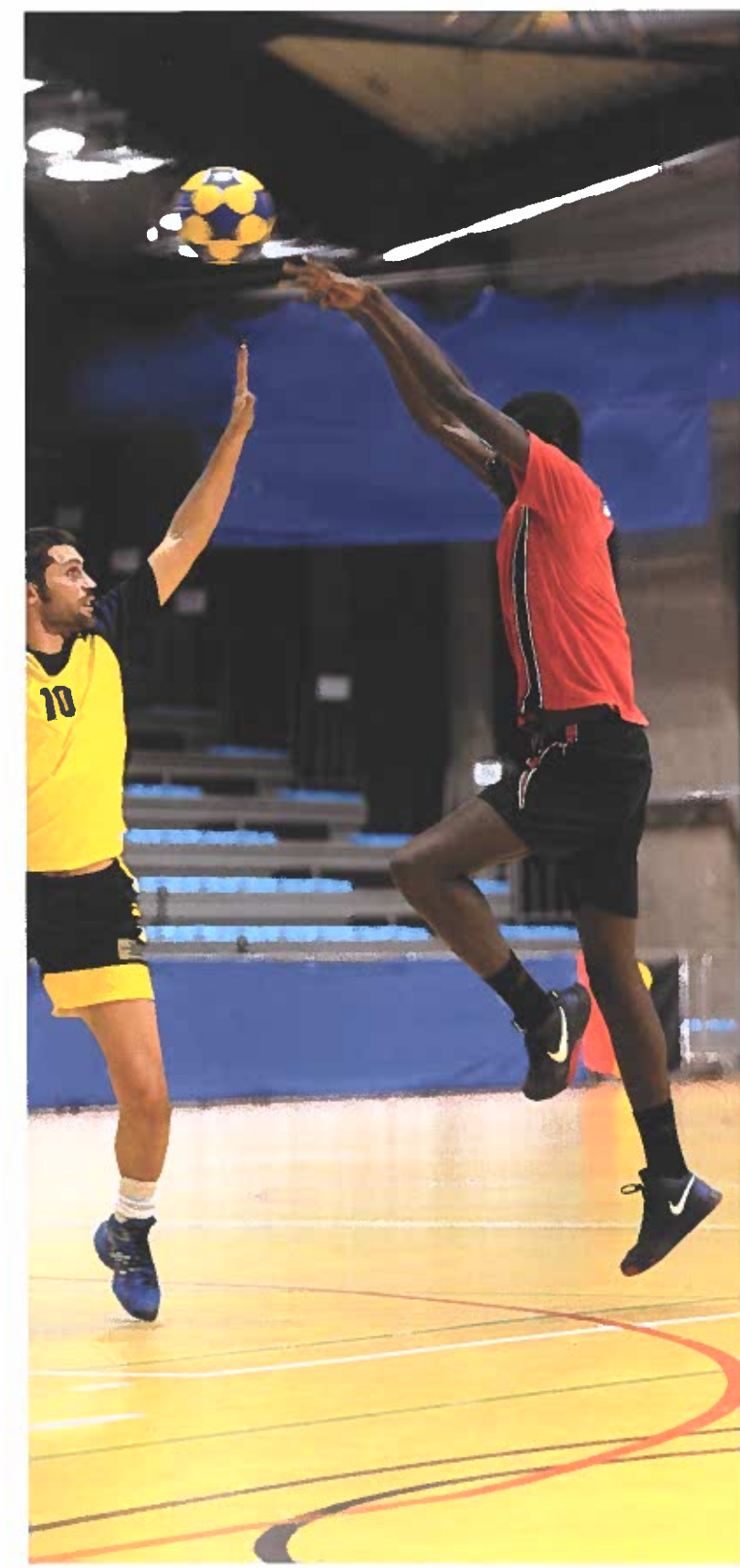
O tempo que uma equipa mantém a posse de bola é igual ao tempo em que os adversários não podem concretizar.

É necessário capacidade de controlo para manter a posse de bola. Pode assumir-se um risco calculado para garantir essa posse de bola. Um risco calculado é, por exemplo, dar espaço ao jogador que está livre para que possa tentar um lançamento uma vez que a sua percentagem de concretização é inferior a 10%. Deixar um adversário direto para recuperar um ressalto é, muitas vezes, um exemplo de risco calculado.

### Definir e controlar o jogo

A velocidade e direção da bola são meios que permitem definir e controlar o jogo. A velocidade e o *tempo* da bola<sup>33</sup> devem ser separados da velocidade e *tempo* de deslocação jogador<sup>34</sup>. A velocidade e direção do movimento são condições através das quais o ataque pode garantir alguma vantagem sobre a defesa.

A velocidade e direção da bola definem o momento em que um jogador numa posição liberta, se pode tornar eficaz. A subtileza do ataque está relacionada com velocidade (*tempo* da bola) e direção da bola. O *tempo* da bola é uma questão de *timing*. A posição exata da bola determina a sua direção. A bola tem de estar na posição correta no momento certo.



<sup>33</sup> - Tradução de *baltempo*, que traduz a velocidade de circulação da bola entre os jogadores.  
<sup>34</sup> - Tradução de *looptempo* que traduz a velocidade a que um jogador se move / desmarca.





## Plano

### Plano: coordenação, cooperação, comunicação, controle

A organização do ataque e da defesa é definida pela coordenação, cooperação, comunicação e controle dos jogadores.

A organização da equipa começa com a definição do “oito” inicial. São distribuídos os papéis de atacante principal, ressaltador, assistente e passador (organizador). A qualidade dos jogadores é determinante para se definirem papéis específicos em cada na zona. Devem ser tidas em consideração as características base dos jogadores para que sejam capazes de executarem as técnicas de Corfebol de uma forma coordenada. A coordenação neste caso é a organização específica e a gestão das capacidades motoras de cada um dos jogadores. A gestão desta coordenação resulta da interação do atleta com as circunstâncias em que se disputa um jogo de Corfebol. Esta coordenação é demonstrada pelos jogadores nos treinos e nos jogos.

Os treinadores determinam a qualidade dos gestos técnicos e táticos do Corfebol. A valorização destas habilidades pelo treinador está diretamente relacionada com a sua eficácia durante o jogo. Os jogadores com qualidade para o papel de atacante principal são os primeiros na definição hierárquica das funções na equipa base. Depois, seguem-se o ressaltador e o assistente. O papel de organizador é o último a ser atribuído. A combinação destes papéis é definida pela exigência do jogo. O atacante principal também pode ficar no ressalto, caso um segundo atacante jogue como finalizador. O assistente pode jogar como atacante na zona do poste. O organizador está sempre disponível para receber o segundo passe. O ressaltador pode ser o segundo atacante principal, etc..

Para a defesa a ordem de importância das ações deve estar sempre presente. O defesa do atacante principal é mais importante que o defesa tanto do assistente como do ressaltador.

As instruções para todos os defesas são:

- Impedir todas as tentativas de concretização;
- Bloquear as tentativas de concretização;
- Perturbar as tentativas de concretização influenciando a precisão do lançamento;



- Com uma oportunidade de lançamento longo pelo atacante, não a trocar por uma oportunidade de lançamento na passada;
- Providenciar apoio aos companheiros através da defesa pela frente;
- Impedir a organização do ataque;
- Intercetar a bola.

A estruturação de uma equipa é mais consistente quando os jogadores conhecem as capacidades uns dos outros e respeitam essas capacidades, tornando assim a cooperação possível. É importante que o treinador enumere as potencialidades e as fragilidades de cada um durante a preparação da equipa. Com uma boa capacidade de cooperação durante o jogo os jogadores comunicam de melhor forma entre si, combinando mais eficazmente a capacidade de atacar e de defender. O controlo da coordenação, da cooperação e da comunicação é alcançado através da definição atempada das funções e pela qualidade da execução dos gestos específicos do Corfebol.





## Treino

A técnica, a tática e a aptidão física são elementos do jogo de Corfebol que podem ser distinguidos. Cada um destes elementos, por si só, dificilmente tem um significado. Apenas são determinantes na sua relação com os objetivos do jogo e pela forma com o jogo se desenvolve. Um jogador apresenta boas capacidades técnicas quando tem à sua disposição um conjunto de argumentos que lhe permitem jogar de forma eficaz. A capacidade de manejar a bola, por si só, só é importante para artistas de circo. Para jogadores de Corfebol a manipulação de bola é meramente uma boa base a partir da qual se pode trabalhar. Só tem sentido e só é eficaz, quando combinada com outras ações motoras base - como saltar, correr - e integradas no contexto do jogo de Corfebol. A técnica ideal só existe em teoria e apenas pode ser utilizada como referência para orientar o treino dos gestos no contexto específico da modalidade. Aprender técnicas de forma analítica sem a interação e a intencionalidade do jogo de Corfebol, não contribui para a melhoria das ações dos jogadores.

A procura de eficácia e eficiência no jogo conduz ao conceito de tática. A tática consiste no uso de todos os meios que estão disponíveis a uma equipa para derrotar os seus adversários. A tática resulta da análise das potencialidades da própria equipa e da relação que se estabelece com a análise das capacidades dos opositores.

Com estes dados, o treinador seleciona a equipa base e decide o plano de jogo para quando a sua equipa está no ataque e para quando tem de defender. É, estrategicamente inadequado, utilizar apenas as capacidades da equipa como base de trabalho. A tática da equipa anda de mão dada com aquilo a que se pode chamar a tática individual. A forma como cada jogador individualmente utiliza as suas capacidades nas diferentes situações de jogo é o que apelidamos como tática individual. A tática da equipa tem a ver com a forma como cada uma das duas zonas atacam e defendem. A qualidade tática de uma equipa de Corfebol, enquanto um todo, é determinada pelas capacidades e possibilidades disponíveis e pela organização eficaz destas possibilidades. A descrição de todos os tipos de técnicas e táticas apenas existe na teoria. É a execução prática dessas indicações que demonstra a sua eficácia.

Tudo isto tem por base as capacidades dos jogadores, a organização coletiva dessas qualidades e do jogo defensivo dos

opositores. O 2:2 é executado de forma totalmente diferente num quadrado<sup>55</sup> com Erik Simons, Dennis Voshart, Jiska Brandt e Daniela Riet, em comparação com um quadrado com Erik Simons, Tim Abbenhuis, Jiska Brandt e Mandy Loorij<sup>56</sup>.

A aptidão física é a condição das capacidades motoras que permite a um jogador e uma equipa disputar um jogo de Corfebol em termos físicos. A aptidão física dum equipa e dum jogador é específica. Isto significa que o esforço necessário para jogar um jogo de Corfebol não pode ser comparado com o esforço de uma corrida num teste Cooper ou num teste de Bips<sup>57</sup>. Por isso, a técnica, a tática e a aptidão física são componentes do jogo e não se podem assumir como fins em si mesmo para jogadores e para treinadores, mesmo em situação de treino. A aplicação destas componentes no jogo é sempre relativa a quatro jogadores e quatro opositores, a uma estratégia de jogo, às regras do jogo, a capacidades técnicas e táticas. Nos últimos anos têm sido realizados muitos malabarismos com estes termos. A sigla T.I.C.<sup>58</sup> tem sido utilizada para identificar as componentes mencionadas. De facto trata-se da mesma coisa.

É impressionante a importância dada nos nossos dias à forma como se comunica. Utilizando estas componentes, os jogadores de Corfebol possibilitam a concretização da especificidade do Corfebol - a forma específica como o demonstram é através de uma reação ou resposta às situações de jogo. A aplicação destes elementos pode ser incorreta se se basearem numa incorreta leitura das ações dos seus companheiros. Ou seja, e em resumo, o movimento da bola, a escolha de uma direção são formas de comunicação que têm um resultado como resposta (positivo ou negativo). O "T" atualmente significa técnica, o "I" *Insight* e o "F" para *Fitness*<sup>59</sup>.

<sup>55</sup> - Terminologia normalmente utilizada para denominar o conjunto de quatro jogadores numa zona de ataque ou defesa - quadrado de ataque e quadrado de defesa.

<sup>56</sup> - Jogadores de diferentes clubes pertencentes à seleção holandesa nos finais dos anos presentes nos Jogos Mundiais em Akita, em 2001.

<sup>57</sup> - Testes de avaliação da capacidade aeróbia (resistência).

<sup>58</sup> - Sigla que pretende resumir as componentes a serem treinadas no Corfebol. Surge como T.I.C. na versão original significando: T - *Techniek*; I - *Inzicht*; C - *Conditie*. Foi traduzido para inglês como: T - *Technique*; I - *Insight*; F - *Fitness*. Não havendo uma tradução literal em português, decidiu-se a manutenção da sigla original. O termo *inzicht* (em holandês), de difícil tradução para português, pretende significar o "conhecimento específico do jogo".

<sup>59</sup> - Em português, pode ser traduzido como aptidão física.





Não é determinante a forma como os elementos são distinguidos. O importante, para treinadores e jogadores, é perceberem que estes elementos estão interrelacionados e se influenciam mutuamente no contexto de um jogo de Corfebol, não se constituindo como fins em si mesmos. Eles representam a sutileza que dá sentido ao jogo.

### O treino

Van Gaal, um treinador de futebol Holandês, que treinou o Ajax Amsterdam, FC Barcelona e a seleção holandesa disse: “O método de treino não é muito importante, mas o que os jogadores e o treinador fazem com ele, é. No treino, tem de se apresentar formas relacionadas com o jogo: para os jogadores são situações como as de jogo, em relação às quais o treinador irá prescrever tarefas idênticas às que têm de demonstrar no jogo.”

A primeira exigência feita ao conteúdo de um treino é que o treino deve ser uma simulação do que realmente acontece no jogo. Isto parece lógico, mas infelizmente nem sempre é assim. As coisas nem sempre correm bem, porque os cientistas como os fisiologistas do esforço, especialistas de corrida e instrutores de fitness intervêm no treino dum atleta. As componentes do treino emanciparam-se e os fundamentos do jogo Corfebol, ao qual as componentes pertencem, são ignorados. Músculos, coração e

pulmões, sistemas de energia, todas as formas de movimento (tal como correr e saltar), mas também métodos de preparação psicológica da equipa<sup>60</sup> (como expedições de sobrevivência e exercícios militares nas Ardenas<sup>61</sup>) estão a ser trabalhadas separadamente do contexto do Corfebol. Especialmente pela influência da Teoria da Ação<sup>62</sup> e da neurofisiologia existe a crença de que as pessoas aprendem melhor se a situação de aprendizagem representar exatamente o que se pretende ver exibido. Por princípio, as características do jogo de Corfebol têm de estar presentes no treino. Alguns treinadores de Corfebol têm opiniões peculiares em relação ao planeamento e ao treino. Existem treinadores que criam exercícios “maravilhosos”. Os exercícios desenrolam-se através de deslocamentos padronizados e trajetórias de bola definidas. Se o jogador faz algo com a bola deve deslocar-se para o fim de uma fila e a partir daí preparar-se para uma nova ação. Normalmente estes exercícios são executados sem um opositor. A bola é passada a grande velocidade nas direções definidas e os jogadores movimentam-se de forma em que tudo acontece, sequencialmente, dentro de uma determinada organização. Estes exercícios são bonitos, no tempo certo e praticamente sem erros. Como poderia ser de outra forma, uma vez que não existem opositores?

Há treinadores que ouviram que tudo tem de ser feito com a bola, porque de outra forma não poderia ser considerado Corfebol. Para eles o manejo de bola é essencial. Nestes exercícios não são considerados os opositores.

E há treinadores que tudo organizam em situações de jogo analíticas<sup>63</sup>. Muitas vezes ficam presos em situações de lançamento em 1x1. Não entendem que pararam a meio de uma lógica de organização. A fase final deve ser o jogo 4 contra 4 e 8 contra 8.

Treinar pessoas não é fácil. É difícil. É um processo em que o treinador prepara os jogadores da melhor forma para a melhor performance no jogo. Os oito jogadores têm de aprender a alcançar o seu melhor desempenho numa disputa com oito opositores.

O caminho através do qual o treinador prepara os seus jogadores é uma questão metodológica. A organização metodológica de uma sessão de treino é caracterizada pela sequência dos exercícios, com evolução de execuções fáceis para execuções mais complicadas, de formas simples para formas complexas de organização, de momentos de Corfebol simples, em que o número de tarefas é central, para o ajustamento das tarefas à situação real de jogo.

Em primeiro lugar a escolha de exercícios deve ser organizada de forma simples. Por exemplo, lançar ao cesto sem opositor e trocar com o assistente após 4 golos. Jovens jogadores e jogadores internacionais podem realizar este exercício. A intensidade e a exigência na qualidade de execução vão ser maiores nos jogadores internacionais em comparação com os jogadores jovens. A passagem da situação de exercício para a situação de jogo vai acontecer de forma muito mais rápida com o jogador internacional do que com o jogador jovem. Com os jogadores internacionais, o exercício referido, pode organizar-se alternando quando ambos os jogadores lançam uma vez, alterando-se assim também a exigência.

Exemplo: Lançar em movimento e tentar converter oito golos. Ao lançador são permitidas duas falhas. Assim num máximo de 10 tentativas vão ter de se conseguir 8 concretizações. Com jogadores jovens, o exercício pode ser o mesmo durante mais tempo. A variante pode ser encontrada na definição do objetivo, sendo alterado para que se concretizem 4 golos.

### O Conteúdo do treino

Os jogadores de corfebol treinam para melhorar o seu desempenho no jogo. A forma como se organiza a sessão de treino e o que constitui o conteúdo da sessão é determinada pela análise do jogo ou jogos anteriores. Os objetivos definidos

pelos treinadores podem ser definidos a longo termo ou num curto prazo, ou seja, para o próximo jogo. Para que seja possível determinar estes objetivos de treino, o treinador tem de analisar<sup>64</sup> o jogo. Trata-se de observar jogos que podem servir de exemplo e que podem providenciar novas ideias e soluções. Esta observação de jogos efetua-se cada vez mais vezes com o recurso a vídeos. Comparando vários jogos, o treinador pode reconhecer estruturas, que podem conduzir a novos conceitos na modalidade. Normalmente o treinador define objetivos de longo prazo a partir da sua perceção e das suas convicções. Os objetivos de curto prazo provêm da análise do desempenho da sua equipa e do desempenho da equipa adversária. Um treinador nunca olha para um jogo sem contexto. Um olhar proficiente do expert determina sempre a qualidade da observação. A maioria dos treinadores “esquece-se” de desfrutar do jogo de uma forma tranquila.

**A análise do jogo por parte dos treinadores pode ser efetuada com base num checklist. O modelo abaixo apresentado é composto por um conjunto de questões.**

Posse de bola	Sem posse de bola
Concretizar	
Construir o ataque	Evitar a concretização
Funções / Papéis	Funções / Papéis
Especificações espaciais:	Especificações espaciais:
Posições	Posições
Direção da bola	
Direção da corrida	
Especificações de tempo:	Especificações de tempo:
Momento	Momento
Tempo da bola / da corrida	
Timing	Timing

<sup>60</sup> - Team-building no original holandês.

<sup>61</sup> - Região de colinas montanhosas partilhada principalmente pela Bélgica e Luxemburgo, mas estende-se também à França, conhecidas pelas dificuldades que colocam a quem as atravessa.

<sup>62</sup> - Teoria relacionada com área da filosofia que se dedica à análise de processos que causam os movimentos humanos voluntários de um tipo mais ou menos complexo, com implicações na área do desenvolvimento e controlo motor.

<sup>63</sup> - Introdução do conceito utilizado em português para definir situações de treino, retiradas do contexto de jogo, e que servem para treinar aspetos específicos, com ou sem oposição.

<sup>64</sup> - Do inglês scout que em termos desportivos representa um conceito mais abrangente do que o termo “observar”. Significa a observação, análise e tratamento de dados qualitativos e quantitativos recolhidos do jogo.





### Posição e tempo no jogo

- A equipa inicial: quem joga contra quem e quem começa a atacar?
- Características gerais do jogo?
- Como joga o ataque?
- Como se organiza o ataque?
- Como e quem vai para o ressalto?
- Como ficam os jogadores libertos?
- Quem assiste?
- Onde é conseguida a posição de assistência?
- Quem lança? Que lançamento? Quando e de onde?
- Quem ganha o ressalto? Quantas vezes é ganho e perdido o ressalto?

### As questões são também, obviamente, colocadas acerca da defesa, uma vez que o Corfebol é uma interação entre o ataque e a defesa

- Como atua a defesa?
- Quem joga o 1x1 fechado?
- Quem recupera a bola?
- Quem joga atrás do ressalto?
- Defendem pela frente?
- Como defendem pela frente?
- Utilizam a defesa de ressalto?
- Quem pode lançar e quantos lançamentos são efetuados?
- Qual é o resultado desses lançamentos?
- Quem interceta a bola?
- Tiram o ressalto?
- “Roubam” a bola?
- Pressionam a organização do ataque?

Com todas estas questões, a observação de jogos qualifica as características do jogo de ambas as equipas. Fá-lo utilizando a descrição das funções. As conclusões facultam informações sobre os pontos fortes e fracos de ambas as equipas. Com a

ajuda desta informação o treinador pode definir as suas sessões de treino. Os jogadores aprendem / evoluem através destas sessões de treino, num correto conceito de jogo de oposição, que pode conduzir ao sucesso.

### A composição do treino é uma parte duma rotina cíclica de atividades que o treinador continuamente repete:

- Ler o jogo
- Analisar o jogo, equacionar conclusões e a análise da problemática do desempenho do jogo
- Formular objetivos de treino
- Planeamento do treino: preencher o treino com atividades relacionadas com os objetivos
- Avaliar as sessões de treino com a ajuda do desempenho do jogo que se segue

### A análise problemática do desempenho de uma equipa acontece com base nas seguintes questões:

- O que está errado relativamente ao objetivo do jogo?
- Que jogadores estão envolvidos e em que posições?
- Em que momento começa a correr mal, quanto ocorre o problema?
- Em que quadrado e onde no quadrado ocorre o problema?
- Que elementos especiais estão envolvidos com implicação nos jogadores tal como a importância do jogo, posição na tabela classificativa, condições dos materiais, tal como pavilhão, bola e cestos, comportamento dos jogadores?

Um treinador que consegue fazer uma boa problematização destas questões é como um médico que consegue fazer um bom diagnóstico. Ambos aproveitam pormenores para trabalhar mais eficazmente. Um treinador com estas características seleciona naturalmente os exercícios corretos para a sua sessão de treino.



