

# SportMAGAZINE

REVISTA DE TREINO DESPORTIVO

## ESPECIAL

**Voleibol Feminino:**  
análises, desenvolvimento  
e desafios

## DESPORTO JOVEM

O direito das crianças  
e jovens a uma formação  
desportiva competente

## DESPORTO E TECNOLOGIA

A relevância da biomecânica  
para o desenvolvimento  
do desporto

## DOSSIER

**ÉTICA E  
VALORES NO  
DESPORTO**

## PONTO DE VISTA

**José Carlos Lima**



GUSTAVO CAPDEVILLE

**“Ele faz parte das defesas,  
das vitórias e das derrotas”**

EVENTO ONLINE GRATUITO

# ética summit



— PANATHLON CLUBE DE LISBOA —

[30 Setembro - 02 Outubro]

## O MAIOR EVENTO SOBRE INTEGRIDADE E ÉTICA NO DESPORTO

JUNTE-SE À COMUNIDADE DESPORTIVA LUSÓFONA. PARTICIPE!

[eticasummit.panathlonlisboa.pt](https://eticasummit.panathlonlisboa.pt)

### AÇÃO ACREDITADA:

PELO IPDJ NA FORMAÇÃO CONTÍNUA DE TREINADORES, TÉCNICOS DE EXERCÍCIO  
E DIRETORES TÉCNICOS E NA FORMAÇÃO CONTÍNUA DE PROFESSORES - ACD'S

PARCEIROS OFICIAIS



BOLA SportMAGAZINE

PARCEIROS DIGITAIS



INSCRIÇÕES  
ABERTAS



**TÍTULO**  
SPORTMAGAZINE – Revista de Treino Desportivo  
n.º 3

**DIRETOR**  
Pedro Sequeira  
pedro.sequeira@sportmagazine.pt

**DIRETOR EXECUTIVO**  
César Santos  
cesar.santos@sportmagazine.pt

**CONSELHO EDITORIAL**  
Pedro Sequeira, Diretor da SportMagazine,  
pedro.sequeira@sportmagazine.pt  
Vasconcelos Raposo, Treinador Olímpico,  
vasconcelosraposo@gmail.com  
Paulo Cunha, Professor da Universidade Lusófona,  
p969@ulusofona.pt  
Inês Caetano, Fundadora da Sports Embassy,  
ines.caetano@sportsembassy.pt  
Nuno Loureiro, Professor da ESDRM,  
nunoloureiro@esdrm.ipsantarem.pt

**CONSELHO CONSULTIVO**  
Representantes indicados por:  
Confederação do Desporto de Portugal, Instituto Português  
do Desporto e Juventude, Comité Olímpico de Portugal, Comité  
Paralímpico de Portugal, Confederação de Treinadores de  
Portugal, Comissão de Atletas Olímpicos, Panathlon Clube  
de Lisboa, Universidade do Porto, Universidade de Coimbra,  
Universidade de Lisboa, Universidade da Beira Interior,  
Universidade de Trás os Montes e Alto Douro, Universidade  
Lusófona do Porto, Universidade Lusófona de Lisboa,  
Universidade Autónoma, Universidade de Évora, Universidade  
da Madeira, Universidade do Algarve, Instituto Politécnico do  
Porto, Instituto Politécnico de Santarém, Instituto Politécnico  
de Leiria, Instituto Politécnico de Beja, Instituto Politécnico de  
Castelo Branco, Instituto Politécnico de Viana do Castelo, Instituto  
Politécnico da Maia, Universidade da Maia.

**REDAÇÃO**  
geral@sportmagazine.pt  
Daniel Leal: daniel.leal@sportmagazine.pt  
Marina Faria: marina.faria@sportmagazine.pt  
João Tinoco: joao.tinoco@sportmagazine.pt

**COMUNICAÇÃO E MARKETING**  
comercial@sportmagazine.pt

**DESIGN**  
Luciano Carvalho – Delineatura  
design@delineatura.pt

**INFORMÁTICA**  
Renato Sousa  
renato.sousa@sportmagazine.pt

**ASSINATURAS**  
(+351) 220 939 053  
geral@sportmagazine.pt

**IMAGEM DE CAPA**  
Pedro Fiúza

**PROPRIEDADE**  
Publindústria – Produção de Comunicação, Lda  
Empresa Jornalística – Registo n.º 213163  
NIPC: 501777288  
(+351) 225 899 620  
www.publindustria.pt

**Detentores de capital social:**  
António da Silva Malheiro (31%)  
Maria da Graça Carneiro de Carvalho Malheiro (38%)  
Ana Raquel Carvalho Malheiro (31%)

**REDAÇÃO E EDIÇÃO**  
Quântica Editora – conteúdos especializados, Lda  
Praça da Corujeira, 30-38 – 4300-144 Porto  
(+351) 220 939 053  
(+351) 911 909 114  
geral@quanticaditora.pt  
www.quanticaditora.pt

**IMPRESSÃO**  
Lidergraf – Sustainable Printing  
Rua do Galhano, 15 –  
4480-089 Vila do Conde

**PUBLICAÇÃO PERIÓDICA**  
REGISTO N.º: 127636  
DEP. LEGAL: 491118/21  
ISSN: 2795-4129 (impressa) /  
2795-4137 (online)  
MARCA REGISTADA: 548244  
PERIODICIDADE: trimestral  
TIRAGEM: 5.000 exemplares

Os artigos assinados são da exclusiva  
responsabilidade dos seus autores.  
Esta publicação segue o novo Acordo Ortográfico de 1990,  
respeitando as suas indicações genéricas e assumindo  
algumas opções específicas.

**DOSSIER DE APRESENTAÇÃO**  
disponível em <https://sportmagazine.pt/dossierapresentacao.pdf>

**ESTATUTO EDITORIAL**  
disponível em [www.sportmagazine.pt](http://www.sportmagazine.pt)



## 2 EDITORIAL

## 3 ATUALIDADE

## 5 ESPECIAL

Ética Summit 2022

## 6 CIDADES EUROPEIAS DO DESPORTO LEIRIA-2022

## 8 REPORTAGEM

Voleibol Feminino:  
análises, desenvolvimento e desafios

## DOSSIER – ÉTICA E VALORES NO DESPORTO

## 14 APRESENTAÇÃO

## 16 PONTO DE VISTA

Entrevista a José Carlos Lima, Coordenador do  
Plano Nacional de Ética no Desporto

## 21 DESTAQUE

Entrevista a Gustavo Capdeville,  
guarda-redes de andebol

## PERSPETIVAS TÉCNICAS

## 25 Entrevista a Luís Castro, treinador de futebol

## 28 Entrevista a João Mirra, treinador de rugby

## 31 Entrevista a Jorge Dias, ex-árbitro e atual diretor técnico de ténis

## 35 Didática da ética desportiva: desenvolvimento de valores através da praxis desportiva, por Bruno Avelar Rosa

## 38 Integridade no desporto Mais alto, mais longe, mais forte e (finalmente) para levar a sério!, por João Paulo Almeida

## 40 As éticas desportivas e os seus encontros e desencontros contemporâneos, por Carlos Eduardo Gonçalves

## 42 Ainda vale a pena falar de ética e valores no desporto?, por Olímpio Coelho

## CIÊNCIA E DESPORTO

## 44 O treinador e o desenvolvimento dos valores e da ética nos jovens atletas, por Antonino Pereira

## 47 A promoção da responsabilidade pessoal e social através da participação desportiva, por Hélder Miguel Fernandes e Teresa Fonseca

## 51 Como a (in)segurança condiciona o desporto: do grande evento desportivo à grande frustração dos adeptos na Final da Champions League 2022, por Sónia M. A. Morgado e Sérgio Felgueiras

## 54 Tempestades (imperfeitas), por Carla Chicau Borrego

## 56 Do conceito de ética do desporto ao Código Deontológico do Treinador, por Teresa Rocha

## 58 PERFIL

Angélica André - águas abertas  
pinceladas a bronze

## 60 DESPORTO JOVEM

*O direito das crianças e jovens a uma formação  
desportiva competente: uma abordagem  
ecológica*, por Carlos Neto

## 64 DESPORTO INTERNACIONAL

Luís Sousa - Dos tenistas guardadores de  
vacas da Nigéria aos Porsches presenteados  
nos Emirados

## 68 DESPORTO E LUSOFONIA

Entrevista a Alberto Graziano, Presidente da  
Academia Olímpica de Moçambique

## 72 GESTÃO DESPORTIVA

*Planeamento da oferta de Instalações  
Desportivas*, por Fernando Parente

## 74 DESPORTO ADAPTADO

Entrevista a Carla Oliveira, atleta de boccia

## 77 DESPORTO ADAPTADO

Daniilo Ferreira, selecionador nacional de  
andebol em cadeira de rodas

## 79 DESPORTO E TECNOLOGIA

Entrevista a João Paulo Vilas-Boas,  
Professor Catedrático e Vice-presidente  
do Comité Olímpico de Portugal

## 83 DESPORTO E SAÚDE

Entrevista a Solange Fernandes,  
antiga meio-fundista portuguesa e atual  
nutricionista desportiva

## 87 NOVOS DESPORTOS

Skateboarding: da surpresa olímpica aos  
desafios do crescimento da modalidade

## 90 FIGURAS

Ticha Penicheiro – entrevista

## 93 INSTITUIÇÕES

Fundação do Desporto – entrevista  
a Paulo Frischknecht e Paulo Marcolino

## 99 OPINIÃO

*A ética no mundo dos 'impossíveis'*,  
por Inês Caetano

## 101 OPINIÃO

*Contributos para um novo Regime Jurídico do  
Treinador de Desporto em Portugal*, por Miguel  
Fernandes e José Miguel Sampaio e Nora

## 104 AGENDA



**Pedro Sequeira**

Diretor da SportMagazine – Revista de Treino Desportivo

A Ética e os Valores no Desporto são uma temática regularmente abordada em diferentes contextos. Quando algo de menos bom acontece num evento desportivo (treino ou competição) aparece logo alguém a falar sobre as questões de Ética e dos Valores no Desporto.

Muito se tem falado sobre a Ética e os Valores no Desporto em Portugal nos últimos anos. Não temos dúvidas da importância que o Desporto tem em promover a Ética e os Valores, a grande questão é mesmo a de se “falar” muito sobre a sua relevância quando, na verdade, o que se pretende (e a sociedade precisa!) é que todos os que estão ligados ao Desporto de facto interiorizem a sua importância. Acredito que isso seja mais exequível através da partilha das boas práticas e dos bons exemplos.

O grande desafio deste número da SportMagazine foi exatamente este, através de entrevistas e artigos conseguirmos trazer exemplos extraordinários na área da Ética e dos Valores no Desporto. Que estes exemplos sirvam de inspiração a todos os que lerem este número e as peças que decidimos promover a partir dele no portal *online*.

Principalmente os Treinadores, pois deverão ser eles os principais promotores dos Valores e da Ética em todos os treinos e competições. E mais do que promotores, devem ser os verdadeiros exemplos de como se deve estar e comportar no Desporto. 

“ Não temos dúvidas da importância que o Desporto tem em promover a Ética e os Valores, a grande questão é mesmo a de se “falar” muito sobre a sua relevância quando, na verdade, o que se pretende (e a sociedade precisa!) é que todos os que estão ligados ao Desporto de facto interiorizem a sua importância.

## CONHEÇA A NOSSA OFERTA DE LIVROS DE DESPORTO



**beoki**  
www.beoki.pt

# Ética Summit 2022:

*“Estas coisas só fazem sentido quando deixamos algum valor e algum impacto”*

Evento promotor da reflexão, debate e partilha do conhecimento em torno da boas condutas e integridade no desporto, o Ética Summit 2022, dinamizado pelo Panathlon Clube de Lisboa, configura-se como um encontro, com mais de 700 inscritos, com uma vocação profunda de envolver e promover a viva intervenção de pessoas e instituições da sociedade civil desportiva e seu ecossistema, envolvendo especialistas dos países lusófonos para assim assegurar a promoção e divulgação da Ética Desporto em todo esse espaço.



Entre os dias 30 de setembro e 2 de outubro, exclusivamente em ambiente online, o evento, oportunidade tripla de assistir a conferências, participar em workshops, e criar parcerias para o desenvolvimento de projetos multinacionais, pretende “acima de tudo trazer a discussão, que no fundo é debater, questionar, partilhar informação, partilhar conhecimento, partilhar boas práticas em torno de temas que concorrem diretamente para a promoção da ética no desporto, da integridade no desporto”, conforme reforça José Carvalho, professor na área da Educação Física e um dos organizadores do encontro que tem a **SportMagazine** como media partner.

Temas como “a ética no desporto, para ética nos jovens, a formação dos jovens, o compromisso para a ética por parte dos jovens, até questões mais específicas, como a manipulação genética, por exemplo, a questão da igualdade de género, as questões dos transgéneros, estão agora a vir ao de cima, a manipulação de resultados, a infiltração criminosa como jogos combinados etc. A questão do racismo e xenofobia, a questão da dopagem também”, segundo o professor.

O Ética Summit pretende envolver e promover a interação e instituições da sociedade civil desportiva, envolvendo especialistas de Portugal, África e Brasil, tendo em conta que todo o espaço lusófono se encontra inserido no evento, com horários compatíveis, mediante as diferenças horárias dos países. “É um desafio, é um evento complexo, porque estamos a tentar tocar nos países lusófonos. Portanto, estamos a falar de países em África, Brasil e Portugal. Partilhar experiências é a primeira complexidade, a segunda complexidade, atendendo à facilidade do evento ir a casa das pessoas e não o contrário, é a de levar e mobilizar as pessoas em tornos destas coisas. As pessoas falam do tema, mas não se mobilizam para o tema”, descreveu José Carvalho antes do evento.

Para além de um simples acontecimento, o Ética Summit é um desafio para levar este evento mais além daqueles que são os dias em si. Os organizadores pretendem fazer com que “as pessoas possam, de alguma maneira, trazer para discussão aquilo que são as suas experiências reais. Uns são dirigentes, outros são advogados das organizações, outros são treinadores, atletas, ex-atletas. É, de facto, um painel muito diversificado de pessoas, mas que são todas elas pessoas que estão ligadas àquilo que é o terreno”.

“É evidente que nós não queremos que o evento se feche em si próprio. O evento não termina no dia 2. Não é por acaso que, durante o evento, há uma plataforma disponibilizada aos participantes, no sentido de se criar, dentro dos vários temas, iniciativas. Alguém de Moçambique pode dizer ‘quero fazer um projeto com Portugal, com Angola’... O que significa que, a partir daqui a ideia é criar condições para que se possam ocorrer um bocadinho a lógica de Erasmus, intercâmbios, da capacidade de mobilização. Nós não queremos que o evento fique fechado no dia 2, queremos que ele continue para além do dia 2. A ideia é fazer, no próximo ano, a segunda edição, já com a experiência acumulada. Estas coisas só fazem sentido quando deixamos algum valor e algum impacto. Tem de haver propostas, compromissos, tem de haver ação”, destacou o professor José Carvalho.

Confira aqui o acompanhamento da SportMagazine ao evento



transmissões masculinas e femininas. Começa também o feminino a ter mais visibilidade. Julgo que essa visibilidade irá continuar a subir, não só porque o campeonato está cada vez mais competitivo, como também temos conseguido passar mais a imagem do feminino e mais do voleibol”, disse.

Para além daquilo que é a visibilidade, vem a igualdade dentro do desporto em si, nomeadamente a nível de projeção e até condições. Vicente Araújo confirma que existe igualdade entre o voleibol masculino e feminino, ou seja, a Federação Portuguesa de Voleibol não faz qualquer tipo de distinção entre ambos.

“Vamos apoiando de igual forma masculino e feminino. Naturalmente temos mais equipas de escalões jovens de feminino que masculino, o que é normal dada à percentagem que temos do feminino [54,9%]. É uma tendência mundial, como disse. Em relação aos seniores, a seleção masculina está concentrada em Viana do Castelo e a seleção feminina está em Santo Tirso para a preparação para o Campeonato da Europa e há absoluta igualdade em termos de trabalho. Não fazemos qualquer distinção”, realçou.

Esta igualdade de que Vicente Araújo fala é, de facto, sentida pela líbero portuguesa, Joana Resende. A atleta diz que não sente qualquer diferença. Realça ainda que antes isso podia acontecer, mas que atualmente não sente que assim seja.

“Eu não gosto de me comparar, gosto de lutar pelas condições que eu considero que são as melhores para também conseguirmos desempenhar as nossas funções da melhor maneira e representar o país da melhor maneira. O que nos têm transmitido e o que tenho sentido é que, efetivamente, as condições têm sido muito equiparadas e, mesmo a ênfase que dão às nossas competições é o mesmo que dão à do masculino e não notei assim grandes diferenças a nível de tratamento, sou sincera. Eventualmente em anos anteriores havia uma diferença, porque eventualmente sei lá, subsídios, tempo de trabalho, condições de trabalho, agora não sinto que seja uma realidade”, afirmou Joana Resende.

Por outro lado, Maria Marques, que para além de ser atleta é também Treinadora Grau 3 de Voleibol, ainda sente uma certa diferença de tratamento entre o masculino e o feminino, nomeadamente “nos clubes chamados grandes do futebol”. Recorde-se que é a profissional apontada como a treinadora mulher a assumir uma equipa masculina na Primeira Divisão Nacional, caso que aconteceu na última temporada, com o sénior masculino do Desportivo da Póvoa.

“Essa diferença [entre homens e mulheres] ainda se nota um bocadinho. Principalmente, nos clubes chamados grandes do futebol. Os homens ganham bastante mais que as mulheres. Neste momento, se calhar, a distância está mais curta, mas ainda se nota um bocadinho e nota-se também na gestão dos horários de marcação dos jogos, da disponibilidade dos pavilhões, nos materiais que às vezes são disponibilizados para as atletas treinarem do que o que os atletas treinam. Não sei precisar percentagens, mas são muito menos homens a praticar voleibol e há uma dificuldade grande de captar atletas no masculino, portanto pode ser que se invista um bocadinho mais no feminino”, disse.



Maria Marques, primeira mulher a treinar homens na elite nacional, pede “mentalidade aberta” e avalia o voleibol português



Maria Marques destaca que seria saudável que houvesse uma mentalidade mais aberta por parte dos clubes para começarem a contratar mulheres para desempenhar as funções de treinadoras. “Vai demorar. Acho que as federações, ou o próprio IPDJ [Instituto Português do Desporto e Juventude], podem incentivar mais os clubes a abrir as portas às mulheres. Às vezes é a mesma quebra da barreira da mentalidade que existe. Ainda há uma barreira psicológica que deve ser quebrada. No feminino, por exemplo, ainda somos todas treinadas por homens. Há mulheres com muita competência e elas têm que ter as portas abertas para se formarem, para estudarem, para poder entrar em treinos e ganhar confiança e assim começar a assumir mais as equipas”, realçou a treinadora-jogadora.

Apesar destas discrepâncias apresentadas por Maria Marques, o presidente da Federação Portuguesa de Voleibol afirma que “num futuro próximo, o feminino terá tanta visibilidade quanto o masculino, isto se não o ultrapassar”. Vicente Araújo diz que o voleibol masculino “já chegou ao topo” e que “o feminino está a caminho”.

“No feminino, a equipa está-se a preparar para jogar a Golden League e chegar a finais, já jogou as fases finais do último Europeu. A Seleção feminina sénior está motivada para trabalhar, para melhorar a sua prestação e irão com certeza surpreender muita gente”, destacou o presidente.

#### O que ainda há a fazer

Apesar de algumas melhorias que têm vindo a surgir no voleibol feminino, ainda são apontados alguns caminhos em que pode haver certas melhorias na modalidade. Um desses pontos, segundo Hugo Silva, selecionador nacional feminino, passa pela criação de um



# ÉTICA E VALORES NO DESPORTO

## CARTÃO BRANCO PARA O MUNDO

Texto: Marina Faria



valores do desporto e o papel destes na formação de melhores homens e mulheres ao abrigo do Plano Nacional da Ética no Desporto, muitos são os exemplos que Portugal também tem preconizado.

Gustavo Capdeville, guardião do Benfica e da Seleção Nacional de andebol, a usar o nome do amigo Alfredo Quintana na camisola de jogo que cobre uma *t-shirt* com a fotografia do malgrado guarda-redes do FC Porto e de Portugal, falecido aos 32 anos, - há que enaltecer os dois clubes que deixaram rivalidades figadais de lado em prol de uma homenagem maior - é disso exemplo. Outrora um dos melhores árbitros de ténis do mundo, Jorge Dias que, na qualidade de diretor desportivo, tenta ensinar os meninos da Academia dos Champs, instituição de solidariedade social, a fazer jus ao lema *Aprender a Vencer*.

Nenhum deles recebeu cartão branco como Pedro Sanca, da equipa de futebol de sub-17 do Sporting, que pousou a bola no chão para ir ajudar Diogo Baião, do SG Sacavenense que se contorcia com câibras. Ou como Pedro Martinho, treinador dos infantis B da Escola de Futebol do Benfica, em Aveiro, que deu lição de *fair-play* quando mandou parar um dos seus jogadores, abdicando de marcar golo, pois o guarda-redes adversário ficara lesionado. Os casos estendem-se ao voleibol, ao basquetebol, ao futsal. Ganhar e perder não é desporto, é um facto, mas é preciso saber ganhar e perder. A verdadeira essência do desporto está aqui... 

### DOSSIER

#### 14 APRESENTAÇÃO

#### PONTO DE VISTA

- 16** Entrevista a José Carlos Lima, Coordenador do Plano Nacional de Ética no Desporto

#### DESTAQUE

- 21** Entrevista a Gustavo Capdeville, guarda-redes de andebol

#### PERSPETIVAS TÉCNICAS

- 25** Entrevista a Luís Castro, treinador de futebol
- 28** Entrevista a João Mirra, treinador de rugby
- 31** Entrevista a Jorge Dias, ex-árbitro e atual diretor técnico de ténis
- 35** *Didática da ética desportiva: desenvolvimento de valores através da praxis desportiva*, por Bruno Avelar Rosa
- 38** *Integridade no desporto Mais alto, mais longe, mais forte e (finalmente) para levar a sério.*, por João Paulo Almeida
- 40** *As éticas desportivas e os seus encontros e desencontros contemporâneos*, por Carlos Eduardo Gonçalves
- 42** *Ainda vale a pena falar de ética e valores no desporto?*, por Olímpio Coelho

#### CIÊNCIA E DESPORTO

- 44** *O treinador e o desenvolvimento dos valores e da ética nos jovens atletas*, por Antonino Pereira
- 47** *A promoção da responsabilidade pessoal e social através da participação desportiva*, por Hélder Miguel Fernandes e Teresa Fonseca
- 51** *Como a (in)segurança condiciona o desporto: do grande evento desportivo à grande frustração dos adeptos na Final da Champions League 2022*, por Sónia M. A. Morgado e Sérgio Felgueiras
- 54** *Tempestades (im)perfeitas*, por Carla Chicau Borrego
- 56** *Do conceito de ética do desporto ao Código Deontológico do Treinador*, por Teresa Rocha



**SM** – Será apenas aplicado nos clubes que tiverem a Bandeira?

**JCL** – Vai ser um projeto com várias associações de futebol, que já estão connosco, também algumas federações. Vamos trabalhar uma metodologia de valorização dentro dos escalões de formação de aspetos formativos e educativos que possam contribuir também para a classificação. Estamos a falar até aos 12 anos em que outros aspetos que são importantíssimos na formação dos miúdos. Criando este modelo, a ideia é que em 2023/2024 tenhamos um projeto-piloto com várias modalidades aplicando esta metodologia.

**SM** – Pode dar exemplos práticos da atuação da Bandeira da Ética na sociedade?

**JCL** – Estamos a acompanhar um projeto da Câmara Municipal de Almeirim em que estão a testar, dentro do processo da Bandeira da Ética, o projeto que é Pais Desportivos São Pais Responsáveis. Quando os pais dizem asneiras os recintos desportivos são penalizados com multas e nós estamos a acompanhar essa metodologia. Há essa preocupação das entidades em mudar os comportamentos e tenho a esperança de que realmente as coisas melhorem. Acho que cada vez mais há essa consciencialização. Os pais procuram clubes e entidades que se preocupam com esta área e os clubes querem essa mais valia para si.

**SM** – Qual a importância que têm os treinadores neste campo da formação de bons cidadãos?

**JCL** – O treinador tem grande importância, porque estamos a falar da formação de miúdos, crianças que se faz através de uma atividade desportiva. Não podemos perder este Norte. Temos miúdos que estão a desenvolver-se do ponto de vista físico, intelectual, emotivo e também social. São estes múltiplos aspetos que o treinador tem que ter em atenção. Quando os miúdos são crescidos é outra coisa, agora numa fase formativa o

treinador deve ter esta preocupação de estar a formar crianças que irão ser adultas e que a sua atividade desportiva é uma ferramenta para essa educação. Só uma mínima parte será atletas de alta competição, é até mais interessante para o treinador investir na dimensão formativa, porque a grande massa das pessoas vem dali. Todos vão ser homens ou mulheres e poucos vão ser atletas. O treinador tem que ser aquela figura marcante, um modelo para passar valores, para a formação do caráter dos miúdos. Aliás, logo no preâmbulo do Código Deontológico dos Treinadores, da Confederação dos Treinadores, lê-se isso mesmo. O treinador é uma peça fundamental para a passagem de valores. Educa, transforma e educa um ser humano que é também um atleta.

**SM** – O Código Deontológico dos treinadores é uma ferramenta fundamental para que estes pressupostos sejam aplicados?

**JCL** – Cada vez mais se fala da boa governança dos modelos das entidades públicas, privadas, desportivas, também por causa da dimensão da transparência que deve existir. Neste sentido, o código deontológico, é um instrumento muito importante para afirmar essa dimensão de transparência, que aquela entidade tem um conjunto de princípios que vela e defende. Porque os princípios devem ser ideias valorativas que nos orientam, tipo sinais de trânsito. Sem esses sinais trânsito, facilmente podemos ter acidentes. Portanto, são princípios que orientam a nossa vida, o nosso comportamento. A confederação criou o código este ano, parece-me bastante interessante, é um chapéu orientador para outros códigos que possam criar dentro de outras associações específicas de cada modalidade desportiva. É um documento fundamental e que orienta o comportamento que os treinadores devem ter junto dos diversos *stakeholders*. Para nós, este instrumento é fundamental e ainda bem que a Confederação criou este instrumento de afirmação dos tais princípios que a entidade deve zelar. Temos

singeleza com que fala da perda faz parte de um processo no qual o Benfica foi imprescindível. «As pessoas têm de falar. O que aconteceu ao Alfredo é muito triste, mas é real. Não podemos fazer tabu das coisas, sempre falei abertamente sobre tudo e o Alfredo, na sua breve passagem por cá, acabou por demonstrar o porquê de o andebol ser diferente. Toda a gente sabe que o Alfredo era uma figura carismática do andebol, era mesmo o melhor guarda-redes que já vi, independentemente do Sérgio Morgado e todos os outros que vi jogar. Era o melhor e acredito que, nos próximos anos, não haverá nenhum como ele. O que aconteceu depois foi bonito, pois toda a gente se uniu, não houve rivalidades, todos os clubes se solidarizaram porque sabiam quem era o Alfredo Quintana. O Benfica sabia que fora uma situação que me deixou triste e transtornado. Pedi dias, pedi a camisola, pedi o nome dele, sempre disseram que sim, nunca se opuseram, sabiam o quanto o Alfredo era importante para mim e deixaram as rivalidades de parte. Terão pedido autorização ao FC Porto para isso, mas nunca se opuseram. Falei com a psicóloga do clube, tinha de aprender a gerir aquela perda», assumiu, cabisbaixo, como quem toca numa ferida. «Não caminho sozinho. Passado um ano e meio continuo sempre acompanhado. Quero levar a história do Alfredo, o nome dele onde for. Tinha muito

para dar, não pode fazê-lo fisicamente, sinto que o levo comigo, com o nome dele nas costas e a abraçar-me na foto impressa na t-shirt, fazemos o caminho a dois nas vitórias, nas derrotas, no bom e no mau, vou levá-lo sempre comigo. E tanto que ele me ensinou...»

#### «Quero ser imagem de marca do Benfica»

Sem esconder ter recebido propostas «para situações financeiras melhores», o guardião reconhece que a gratidão por tudo o que o Benfica lhe deu tudo, o manteve na Luz. Um pouco à semelhança do que Quintana fez pelo FC Porto, ao qual chegou como primeiro cubano. «Gostava de fazer um pouco à imagem do que o Alfredo fez no FC Porto. É uma imagem icónica no clube, toda a gente que segue andebol sabe quem é o Quintana. Gostaria de ser imagem icónica no Benfica, que toda a gente que fala no andebol soubesse quem sou. Quero conquistar títulos, principalmente o do Campeonato Nacional, que não é ganho há muito tempo. Quero ser uma imagem de marca no Benfica, contrariar essa superioridade que o FC Porto tem granjeado ao longo dos anos e foi um pouco de tudo isto que me fez ficar aqui. No futuro, não escondo que gostaria de sair para o estrangeiro, mas sou novo e por renovei quatro anos, tenho tempo para poder fazer muito pelo clube», admitiu. ○



#### Meu irmão Sergey!

Quando o Benfica conquistou o histórico título na Liga Europeia, Gustavo Capdeville estava lesionado e a baliza encarnada ficou nas mãos de Sergey Hernandez, internacional espanhol que, logo no momento após brilhante exibição, disse que o português era como irmão. O guardião luso aplicou com o hispano-russo a mesma máxima da amizade aprimorada com Quintana. «Dava-me muito bem com o Alfredo porque ele era muito brincalhão, tal como eu e o Sergey, por isso acabámos por criar laços. A amizade foi crescendo aos poucos, agora já conhecemos a família um do outro e ele é visita habitual da minha casa. Vai à Ericeira ter com os meus pais, preocupa-se muito comigo e vice-versa. Queremos a felicidade um do outro, jogarmos na mesma equipa e na mesma posição é bom, porque puxamos cada vez mais um pelo outro. Houve alturas da época em que eu jogava mais, ele ficava feliz por mim e trabalhava mais, noutras altura, fui a ter de crescer quando ele jogava mais. Fazemos questão de dizer muitas vezes 'Irmão gosto muito de ti, fico feliz por tudo o que alcançaste'. Envio-lhe mensagens a dizer que tenho saudades dele, a perguntar se a família dele está bem, até pela cadela pergunto e ele pelo meu cão. Exteriorizamos sentimentos, algo que as pessoas tendem a ter medo de fazer. Onde ele estiver feliz, eu também esteja e passa-se o mesmo do lado dele», asseverou sem pejo. «Entre mim e o Sergey não é cada um por si. Somos a mesma equipa, somos guarda-redes, a tal equipa à parte. Nunca houve individualismos, ele puxou-me para cima e cimentou esta amizade de irmãos. Passamos pelo bom e pelo mau. Está cá sozinho, é sempre bem-vindo à minha família», rematou.

# Integridade no desporto

## Mais alto, mais longe, mais forte e (finalmente) para levar a sério!

**João Paulo Almeida**

*Diretor-geral do Comité Olímpico de Portugal*

A globalização e crescente media-tização do fenómeno desportivo têm tornado os grandes eventos desportivos - com os Jogos Olímpicos à cabeça - palcos privilegiados para expor diante de audiências de milhões de pessoas momentos de excelência que marcam o nosso imaginário, mas também tragédias e escândalos que assolam inapelavelmente a reputação e os valores éticos do desporto, expondo vulnerabilidades na salvaguarda da integridade das organizações que o governam, das competições que organizam, e bem assim dos atletas e demais agentes desportivos.



À medida que a sua reputação e credibilidade é posta em causa, nomeadamente pela enorme exposição e escrutínio público em grandes eventos, ressaltam duas tendências a ter em conta no combate pela integridade do desporto. A primeira, refere-se à multiplicidade de comportamentos que afetam a verdade desportiva e os princípios e valores fundamentais do desporto, pois longe vão os tempos em que a dopagem, a violência e a corrupção resumiam as frentes de batalha da integridade. A manipulação de competições desportivas, o bullying, o assédio e abuso sexual, o abuso psicológico e sobretreino, os direitos das comunidades LGBTIQ+, a exploração de menores ou os direitos humanos são, como se constata dos casos recentes trazidos à luz da ribalta olímpica por Simon Biles, Kamila Valieva, Naomi Osaka, Caster Semenya, Laurel Hubbard, Mo Farah (isto é, Hussein Abdi Kahin) ou Nikola Karabatic, entre tantos outros, tópicos que alargam, complexificam e aprofundam estas frentes de batalha.

Esta tendência é acompanhada por um crescente envolvimento de entidades externas ao universo desportivo, explorando vulnerabilidades para prosperarem e penetrarem nas raízes das estruturas desportivas, comprometendo invariavelmente a autonomia das suas organizações, capturando as suas esferas de decisão e instalando um clima de promiscuidade pouco recomendável. A tempestade perfeita para um jogo de baixo risco e elevados proveitos.

Com efeito, também as práticas que comprometem a ética desportiva se globalizaram, pois, ao contrário do passado, não são perpetradas apenas por agentes desportivos com propósitos iminentemente desportivos, mas envolvem outros intervenientes que instrumentalizam a integridade do desporto para os mais diversos interesses políticos, económicos e criminais.

Dos pequenos aos grandes interesses. Da escala local, à nacional e internacional. Do clube de base às federações internacionais. Dos países desportivamente mais

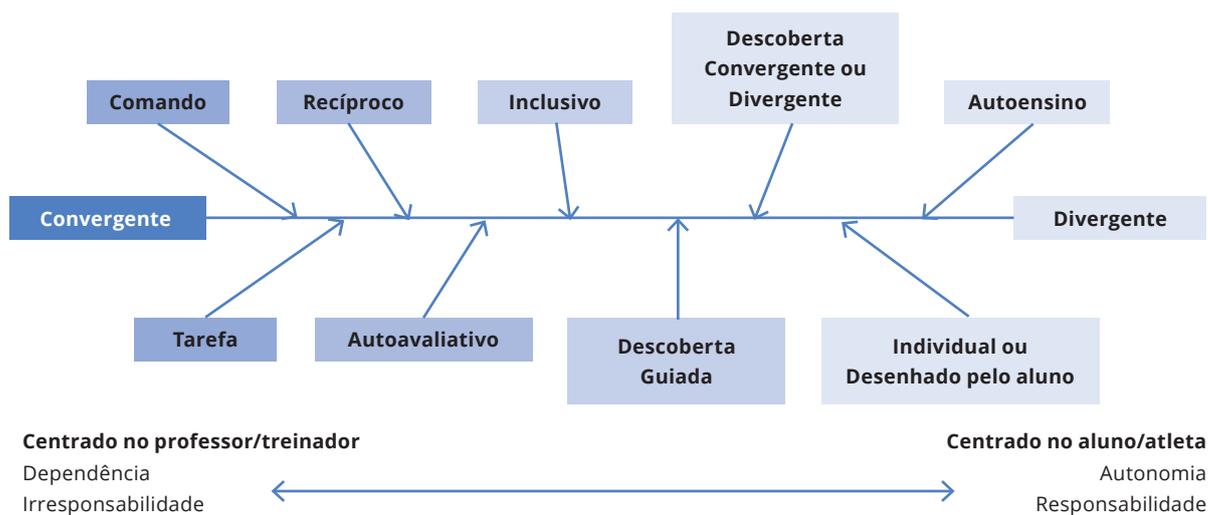


Figura 1. Espectro dos estilos de ensino (Mosston & Ashworth, 2008).

às crianças e jovens (e respetivos treinadores) as diretrizes e estratégias necessárias ao desenvolvimento da responsabilidade para o bem-estar pessoal e social, alicerçado numa perspetiva humanista e eudemónica (aceitação de si, crescimento pessoal e relações positivas com os outros).

Dado que as aprendizagens nem sempre são lineares e progressivas, o MRPS enfatiza a necessária flexibilidade durante a intervenção pedagógica, na medida em que os atletas podem demonstrar atitudes e comportamentos representativos de diferentes níveis durante a mesma sessão de treino (Hellison, 2011). Deste modo, o treinador deve compreender que os níveis devem ser individualizados e autorreferenciados, apesar da intervenção ser dirigida para o grupo.

A implementação de programas/intervenções baseadas no MRPS tem como premissas: i) o empoderamento gradual (o treinador deve ser um facilitador dos processos de capacitação dos jovens, transferindo progressivamente responsabilidades para os atletas); ii) a

relação treinador-atleta (o treinador deve reconhecer e respeitar a individualidade, as opiniões, as virtudes e forças de carácter e a capacidade de tomada de decisões de cada atleta); iii) a integração (o ensino dos valores e competências de vida associados ao MRPS devem estar integrados nos exercícios de treino/competição desportiva); e, iv) a transferência (as crianças e jovens devem ser orientados para a exploração de possibilidades de aplicação dos princípios do MRPS noutros contextos das suas vidas).

Partindo destas premissas, o treinador deve promover uma intervenção pedagógica progressivamente centrada nas necessidades e capacidades do(s) atleta(s), recorrendo para o efeito a diferentes estilos de ensino do espectro proposto por Mosston e Ashworth (2008).

Ao longo da intervenção baseada no MRPS, o treinador deverá recorrer gradualmente a estilos de ensino cada vez mais divergentes (Watson & Clocksin, 2013). Embora nos primeiros níveis do MRPS seja necessário e usual a adoção de estilos de ensino de comando e/ou tarefa, a implementação das premissas referidas anteriormente requer a utilização de estilos progressivamente divergentes, transferindo e delegando poderes e responsabilidades para os atletas durante a prática desportiva. Por exemplo, a partir do momento em que um grupo de atletas assuma e demonstre os níveis introdutórios de responsabilidade pessoal e social, será exequível e fundamental promover situações de competição (jogo reduzido ou formal) em regime de autoarbitragem e/ou a adoção de um estilo de ensino por descoberta guiada.

A definição do atleta como elemento central do ato pedagógico durante o treino desportivo implica que os treinadores promovam oportunidades para os atletas aprenderem a ser pessoal e socialmente responsáveis, refletindo acerca das suas escolhas e comportamentos, em momentos estruturados da sessão de treino. No início do treino, deverá ser efetuada uma conversa de consciencialização acerca dos objetivos da sessão e dos

“ O desenvolvimento da motivação intrínseca dos atletas é essencial para que estes se mantenham socialmente responsáveis, sem a intervenção do treinador, resistindo às pressões de (alguns) colegas para fazer más escolhas.

# Do conceito de ética do desporto ao Código Deontológico do Treinador

**Teresa Rocha**

Vice-presidente da Confederação de Treinadores de Portugal

Doutorada pela Universidade de Vigo

Professora de Educação Física e Treinadora de andebol

O desporto no seu valor é reconhecido como um importante fator de aperfeiçoamento pessoal e social, da formação do carácter, integração de valores de cidadania em geral, da ética e do espírito desportivo em particular. Ao abordamos a ética, refere-se ao ethos: princípio, alicerce, fundamento. Ou seja, conjunto de modelos e valores que formam o carácter de cada pessoa e que se traduz no modo de ação e de forma de agir. Neste contexto, convém contextualizar a definição que a ética, quer na vida, quer no desporto, requer um conjunto virtudes fundamentais.

São elas: cumprimento de regras, integridade, responsabilidade, respeito e a igualdade de oportunidades. Ou seja, o conceito de ética diz-nos como nos devemos comportar para não prejudicarmos outras pessoas. Muitas vezes, a ética é muito mais do que apenas cumprir a lei. Ninguém pode ser obrigado a comportar-se com ética, mas as leis obedecem muitas vezes a princípios éticos. É a ética que nos faz pensar e nos diz se estamos a agir bem ou mal ou se os outros estão a agir bem ou mal. A ética pode variar de sociedade para sociedade e está muito ligada à moral e à cultura de cada país.

O modelo desportivo é construído sobre a ideia de que o desporto revela o carácter e contribui para o seu incremento. Com base na vertente prática, podemos transportar para fora da competição efeitos que influenciam o comportamento moral e ético do ser humano, ou seja existe um sistema de valores, com objetivos individuais e coletivos que não podem ser conseguidos de qualquer maneira, nem ser a única meta. Funciona como um sistema de princípio e valores que orientam a forma de agir e estar do treinador.

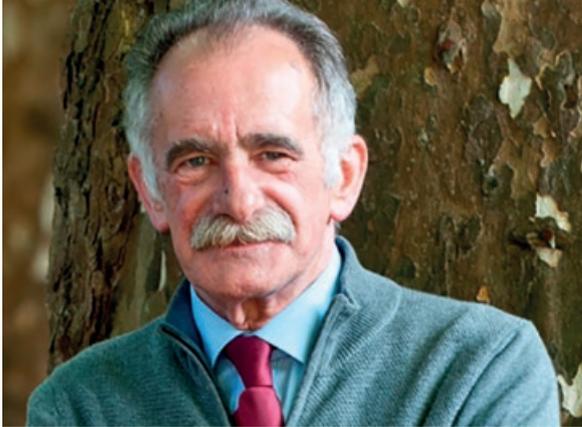
O chamado tecido desportivo, no qual se englobam dirigentes, treinadores, atletas e equipas técnicas, a ética assenta num fenómeno diretamente dependente do contexto social e das ações responsáveis dos intervenientes: são atores da sociedade e do desporto.

O espírito desportivo valoriza a inteligência, o corpo, a autoestima e até o carácter do homem pelos valores da ética, *fair-play*, honestidade, saúde, educação, dedicação, trabalho de equipa, respeito pelas regras, coragem, sensibilidade e solidariedade entre participantes. Conceitos amplamente ligados ao olimpismo e ao seu

ideal. O olimpismo é uma filosofia de vida, que mistura o desporto e a cultura com a arte e educação, visando combinar num todo equilibrado qualidades humanas do corpo, espírito e mente. É uma forma de vida baseada no respeito pela dignidade humana e por princípios éticos universais fundamentais, no prazer pelo esforço e participação, no papel educacional do bom exemplo, é uma forma de vida baseada no entendimento mútuo. Uma característica importante do olimpismo é o efeito significativo que confere ao desporto. A união do corpo e da alma, da competição justa, da internacionalização dos homens do desporto, da ênfase nos valores humanos e no ideal de paz estão incorporados na Carta Olímpica.

Através do conceito de olimpismo, o desporto é promotor da socialização, desenvolvimento do espírito desportivo e entre ajuda entre os praticantes. Assim, neste sentido não é possível pensar em ética no desporto, desvinculada de uma ética na sociedade, dado que o desporto, seja qual for a vertente, não se manifesta num vácuo social, mas sim num contexto sociocultural vinculado a uma ética de sociedade moderna. Se a educação das sociedades, sobretudo das crianças e jovens, se fundamentar nos grandes valores éticos da humanidade, estaremos a construir uma sociedade futura com

“Muitas vezes, a ética é muito mais do que apenas cumprir a lei. Ninguém pode ser obrigado a comportar-se com ética, mas as leis obedecem muitas vezes a princípios éticos. É a ética que nos faz pensar e nos diz se estamos a agir bem ou mal ou se os outros estão a agir bem ou mal. A ética pode variar de sociedade para sociedade e está muito ligada à moral e à cultura de cada país.”



**CARLOS NETO** é professor catedrático jubilado e investigador da Faculdade de Motricidade Humana (FMH) da Universidade de Lisboa e é um dos maiores especialistas mundiais na área da brincadeira e do jogo e da sua importância para as crianças. O trabalho de investigação académica que tem vindo a desenvolver há quase cinco décadas centra-se sobretudo no papel do brincar e do jogo no desenvolvimento da criança, na independência de mobilidade em crianças e jovens e no *bullying* nas escolas.

Foi fundador da Sociedade de Educação Física, membro de diversas revistas científicas e tem publicado vários trabalhos em revistas científicas, capítulos de livros e participado em diversos seminários, congressos e ações de formação sobre Educação Física e Desporto, desenvolvimento motor e ensino da educação física nos primeiros níveis de escolaridade e jogo e desenvolvimento da criança. Orienta, ainda, diversos projetos de investigação e intervenção comunitária e colabora com um leque alargado de entidades e autarquias. Escreveu os livros *Jogo e Desenvolvimento da Criança*, *Motricidade e Jogo na Infância*, *Tópicos em desenvolvimento na Infância e adolescência*, entre outros.

além do tempo passado no clube. É aconselhável fazer uma prática desportiva humanista, com uma perspetiva de poder respeitar os direitos da criança e do jovem no desporto, mas também o direito à vida, ao prazer, a ter sucesso escolar. Veja-se o que acontece nas camadas jovens, nos infantis, nos iniciados, nos benjamins, com aquelas classificações todas que existem, em que as crianças já fazem uma competição como se fossem adultos. É inaceitável ver crianças a aprenderem a ser guarda-redes de futebol com quatro anos de idade. Este fato real e observável é um disparate conceptual. Os modelos que existem de formação desportiva nos clubes têm de ser repensados. Tem de haver formação especializada para os dirigentes, para os pais, mas também para os treinadores, porque tem de se perceber o que é uma criança e um jovem em desenvolvimento.

Não podemos ter medalhas fruto do acaso, como tem sido até aqui. Isto tem de ser visto como um sistema que tem de ser bem pensado, sob um ponto de vista de formação de base, de formação intermédia e de formação especializada. O sucesso não pode em todas as situações comandar o processo na formação de crianças e jovens. Fazer atletas a todo o custo só dá disparate. Há muitas crianças a sofrer porque são obrigadas a fazer desporto. Muitas outras são vítimas de *bullying* que pode levar ao abandono desportivo em larga escala como revela um estudo recente elaborado pela Faculdade de Motricidade Humana (Nery, Neto, Rosado & Smith, 2018, 2020). A este propósito devem ser implementadas estratégias de combate a este flagelo através de *guidelines* na

formação de pais, treinadores e dirigentes desportivos ([www.desportosembullying.pt](http://www.desportosembullying.pt)).

As crianças não são atletas em miniatura. Está a acontecer uma espécie de fabricação de campeões em laboratório (linha de montagem), o que é uma ilusão. É desejável um trabalho correto em rede e com uma estratégia coletiva, ao nível do clube, da educação física escolar e desporto escolar. Porque o trabalho no clube e no desporto escolar é para os que têm mais jeito, mas a educação física é para todos. Mas em todos estes casos teremos que respeitar as etapas de desenvolvimento das crianças e dar-lhes autonomia e liberdade de participação. Creio que o desporto deve ser repensado nesta perspetiva. Na formação desportiva o objetivo não é focarmo-nos no produto, marca, resultado, medalha. Temos de nos centrar na qualidade do processo de treino e de formação. Se tal não acontecer, as crianças sofrem e desistem por falta de motivação, entusiasmo e preferência por outras atividades mais desafiantes. Temos de repensar a formação desportiva e remodelada em termos de direitos fundamentais. Torna-se urgente um plano estratégico de formação parental. Os clubes devem ter regulamentos em relação aos comportamentos negativos dos atletas, pais, treinadores e outros agentes desportivos. Precisamos de uma reforma do sistema educativo para uma visão mais humanista e de uma revisão do sistema de formação desportiva numa perspetiva mais respeitadora dos direitos das crianças e dos jovens.

Deveria existir uma articulação que permitiria mudar o cenário da formação desportiva: fomentar a educação física nas escolas e o desporto escolar, garantir boa formação desportiva nos clubes e boas condições para se ter um desporto de alta competição. Primeiro está a generalização e só depois, a especialização.

## Referências

- Baker, J.; Colbey, S. & Fraser – Thomas, J. (2009). What do we know about early sport especialization? No much. *High Ability Studies*, 20.1, 77-89.
- Branta, C. (2010). Sport specialization: developmental and learning issues. *Journal of Physical Education & Dance*, vol.81-8,19-28.
- Brenner, J. (2016). Sport Specialization and Intensive Training in Young Athletes. *Pediatrics*, 138, 3:e20162148
- Bronfenbrenner, U. (1992). *Ecological systemstheory. Six Theories of Child Development. Revised Formulations and Current Issues* (pp.187-249). London: Jessica Knigsley Publishers.
- Nery, M., Neto, C.; Rosado, A. & Smith, P.K. (2020). *Bullying in Youth Sport Training. A Nationwide Exploratory and Descriptive Research in Portugal*. London: Routledge.
- Nery, M., Neto, C.; Rosado, A. & Smith, P.K. (2018). Bullying in Youth Sport Training. A Nationwide Exploratory and Descriptive Research in Portugal. *European Journal of Development Psychology*. Doi:10.1080/17405629.2018.1447459
- Nery, M. & Neto. C. (2018). Sexualidade e poder no desporto de formação. Estereótipossexuais, identidade sexual e homossexualidade, in J. M. Constantino & M. Machado (Ed.), *Desporto, Género e Sexualidade* (pp. 195-212). Lisboa: Visão e Contextos, Ed.
- Nery, M. & Neto. C. (2018). Assédio e abuso sexual no desporto. Revisão de literatura e "guidelines" internacionais, in J. M. Constantino & M. Machado (Ed.), *Desporto, Género e Sexualidade*(pp.237-260). Lisboa: Visão e Contextos, Ed.
- Neto, C. (2018). A formaçãodesportivaemcrianças e jovens: uma abordagem ecológica, in IPDJ/PNED (Ed.), *Direitos das Crianças no Desporto* (pp. 87-100). Lisboa: IPDJ/PNED.
- Neto, C. (2022). *Libertem as crianças: a urgência de Brincar e ser ativo*. Ed. Contraponto.
- Neto, C. (2001). Aprendizagem, desenvolvimento e jogo de atividade física. In M. d. G. S. Guedes (Ed.), *Aprendizagem Motora: Problemas e Contextos* (pp. 193-220). Lisboa: Edições FMH.



300 pessoas em 20 campos de ténis, seis deles eram para os VIP e era ali que se encontravam ministros. Em oito dias, decidiram fazer três torneios ITF de 25 mil dólares. O orçamento deles para cada torneio eram 150 mil, basicamente tinham meio milhão de dólares para gastar em três semanas. Então propus que, paralelamente, fizessem um torneio para miúdos de 12 anos para ver como jogavam. Os encontros começavam às 9 horas, os miúdos andavam a pastar vacas e largavam-nas para virem jogar. Tive perto de 200 miúdos a competir. Mas passavam fome e exigi que o catering, que servia as refeições aos jogadores dos ITF, chegasse para os miúdos, sob pena de cancelar os torneios. Se visse a cara daquela criançada a comer arroz com frango... foi uma festa. Queriam dar-lhes troféus, mas sugeri e fui com o presidente a um bazar comprar sapatilhas, camisolas, calções, o que eles na verdade precisavam».

Essa é uma realidade difícil de contrariar. A da inércia é outra. As Maurícias são exemplo disso. «O presidente da federação disse-me queria a democratização do ténis no país, que tinha um plano há dez anos na gaveta. No fundo, não passava de uma ideia. Fiz o programa, orçamentei-o, ia beneficiar entre sete a oito mil crianças, era um programa de dez anos que depois afunilava com os melhores jogadores. Consegui apoio da ITF para raquetas e redes. Saí das Maurícias a 29 de abril deste ano e do programa que era para começar em setembro nem mais uma reunião foi feita. Continua a existir apenas no papel. Para algumas pessoas sou um incómodo, porque os põem a mexer, o problema é quando saio», lamentou Luís Sousa, cujo regresso ao Bahrein em outubro se prende com razões similares. «Fiz este programa da DNSS em 2018/2019 e fiquei surpreendido quando o presidente da federação me ligou, pedindo-me para fazer o mesmo programa. Desde então, os treinadores passaram para o padel. Em outubro lá vou.»

### (In)disciplina das Arábias

Ao contrário dos países africanos, no Médio Oriente não é a questão financeira a estar no cerne das dificuldades. Antes pelo contrário. «A vida é muito fácil, aos 14 anos os

miúdos não estão para fazer sacrifícios e levar tarefas no *court* e, aos 18 ou 19 anos, desistem. No Qatar e Bahrein têm ofertas de empregos multimilionárias. Quando eu estava no Qatar, pediram-me para preparar o número um deles que ia receber o *wild card* para o Qatar Open. No final de um treino, pediu-me para ir lá fora porque fazia 18 anos e o pai estava ali com o presente dele. Era um Porsche Cayenne! Só pensei, como é que vou dizer a tipo destes que precisa de se esfalhar em campo?!», contou, entre risos.

E foi assim também naquele emirado, ao qual chegou em 2005, com o propósito de preparar a equipa para os Jogos Asiáticos de 2006. «Fiquei maluco com as instalações e o presidente da federação testou-me, pedindo-me um treino da seleção às cinco da tarde. Às 18.30, chamou-me e disse que queria trabalhar comigo. Seria para começar em setembro, mas no dia seguinte pediu-me para preparar a seleção de sub-12 para um torneio entre seis países que nunca tinham ganho. Perdiam sempre com o Kuwait. Tecnicamente havia muita coisa a corrigir e, num estágio em Nice, impus uma série de disciplinas a que não estavam habituados. Começaram a 'sofrer'. Passados oito dias, o presidente da federação ligou-me porque deixei um miúdo de fora de uma final. No *matchpoint* da meia-final passou a bola por baixo com ar sobranceiro para o adversário e saiu todo contente por ter ganho. Fiquei muito aborrecido com a atitude e disse-lhe que não ia jogar no dia seguinte, porque tinha de aprender a respeitar o adversário. Fui ao diretor do torneio e disse que o meu jogador ia retirar-se com um problema no ombro. Era filho de um homem importante no Qatar e, passados dez minutos, tinha o presidente da federação a ligar-me. Disse-lhe que se quisesse passar por cima da minha decisão, eu seguiria de imediato para Portugal. Aceitou a minha decisão. Nem sempre tive atitudes populares, mas hoje esses miúdos, agora homens, chamam-me o pai deles no ténis. E essa seleção dos sub-12 ganhou ao Kuwait e conquistou o campeonato árabe no ano seguinte. Fiquei cinco ou seis anos como diretor técnico no Qatar, até mudarem o presidente da federação para o atual que é o dono do PSG», resumiu. ◉

# Planeamento da oferta de Instalações Desportivas

Fernando Parente

Presidente da Associação Portuguesa de Gestão do Desporto

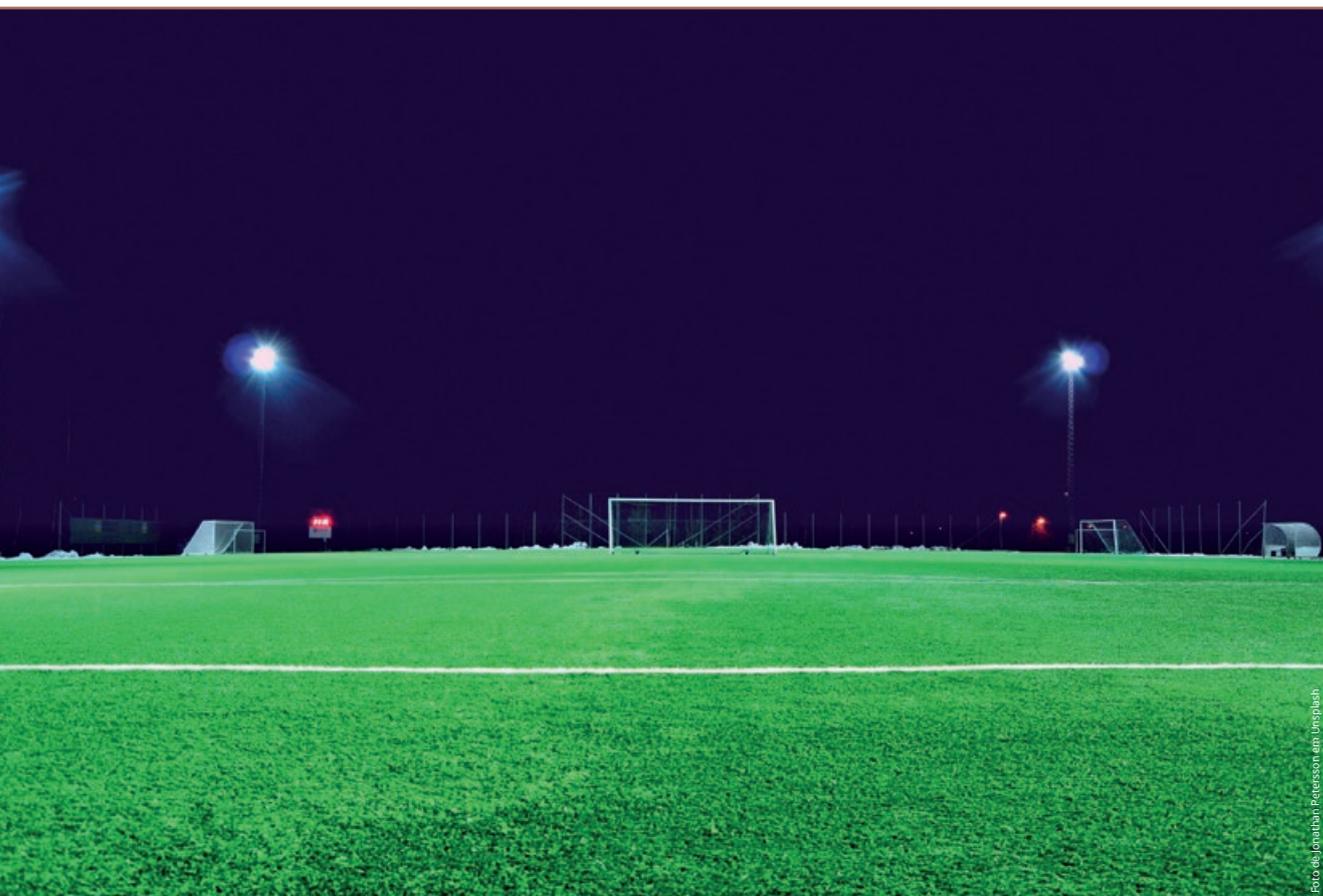


Foto de Jonathan Peterson em Unsplash.

Decidir de forma democrática e agir com ética na distribuição do desporto, enquanto promotor de valores, da saúde e de estilos de vida ativos, deverá significar (sempre) dar a oportunidade a todos de poder usufruir de um serviço/ bem considerado, cada vez mais, de primeira necessidade, promovendo ainda um convívio social saudável e de satisfação individual.

No entanto, fica a sensação de falta das instalações desportivas, nomeadamente quando desejamos um espaço em determinado horário para realizar uma sessão de treino ou competição, o qual está ocupado com outra atividade. Mas haverá mesmo défice de espaços e instalações desportivas para a prática em geral e/ou para a modalidade em que estamos envolvidos? Esta questão tem duas

“[...] haverá mesmo défice de espaços e instalações desportivas para a prática em geral e/ou para a modalidade em que estamos envolvidos?”

desporto que são excessivamente caras, o que faz com que seja muito difícil comprá-las. Existem muitos fatores que inviabilizam uma melhoria qualitativa das coisas. Muitas coisas batem quando chegamos às instituições decisoras. Vivemos num país muito burocrático, logo aí está um entrave para as pessoas que querem fazer, construir e acrescentar algo.

**SM** – Com a ação do Andebol4All sente que há uma maior projeção das competições de cadeiras de rodas? Ou seja, sente que esses atletas são, pelo menos no mundo do andebol, mais vistos e respeitados?

**DF** – Hoje em dia, o Andebol4All é um projeto de referência no desporto adaptado e não só a nível nacional, mas internacional. O andebol, especialmente, o andebol em cadeira de rodas, é referência da Europa. Portanto, claro que sim, as pessoas são vistas de outra forma. São vistas como atletas de referência numa modalidade que até há meia dúzia de anos não existia. É bom para todos, atletas, técnicos, para o nosso País. Vamos continuar a tentar fazer esse mesmo trabalho para nos mantermos sempre no topo. Não vai ser fácil, assumo, pois, outros países acordaram para a mesma realidade e estão a investir forte para aparecerem com grande qualidade



**DANILO JOSÉ MONIZ FERREIRA**, nascido a 21 de julho de 1974 (48 anos), é o atual selecionador nacional de andebol em cadeira de rodas. No entanto, antes de assumir a posição de treinador, Danilo foi jogador. Como sénior, passou pelo FC Porto entre 1995/96 e 1998/99. Na época seguinte, jogou no FC Maia e, entre 2000 e 2007, ano em que terminou a carreira de jogador, alinhou pelos sadinos do Vitória Futebol Clube. A partir de 2012/13 assumiu o cargo de treinador, função que desempenha até aos dias de hoje. Começou no IFC Torrense, em 2015/16, passando duas temporadas pelo V. Setúbal e pelo Clube Naval Setubalense – este último já dentro do projeto Andebol4All. Em 2018/19 conciliou estes comandos técnicos com a função de delegado técnico da Seleção Nacional masculina e de selecionador nacional de andebol em cadeira de rodas, função esta que abandona em 2020/21, mas à qual regressa na época seguinte até aos dias de hoje.

“ A criação do Andebol4All permite que essas pessoas possam aceder a uma modalidade que, porventura, poderá ser a de eleição delas e que se viam privados de praticá-la pela condição em que se encontravam.

e com potencialidade para vencer títulos e lutar pelas finais, como nós temos feito até agora. Vamos ver em novembro, no primeiro Mundial e Europeu que vamos ter em Portugal, como é que nós e os outros países nos vamos apresentar. Vamos já aferir aqui um caminho que será um caminho futuro no posicionamento de todos os países.

**SM** – Quais os planos futuros do projeto?

**DF** – Os planos para o futuro do nosso projeto é sermos cada vez melhores e capazes de captar mais atletas, envolvendo mais pessoas, criando mais conhecimento científico, ao mesmo tempo que queremos estar no topo em todas as competições internacionais, sejam Campeonatos da Europa, Mundiais e tentar estarmos presentes como modalidade paralímpica, a confirmar-se esta previsão para 2028. Este é o objetivo mor de todo o trabalho que temos vindo a fazer ao longo destes anos.

**SM** – Tendo em conta as características dos seus atletas, há uma metodologia de treino específica?

**DF** – Enquanto treinador só trabalho com atletas, não consigo ver atletas com deficiência, não consigo. Trabalho com atletas que, naquele momento, jogam uma modalidade numa competição diferente, na qual precisam utilizar uma cadeira para a prática desportiva. A partir deste ponto tudo corre normalmente como um treino de andebol formal, onde a dinâmica é a mesma e a correção dos movimentos e a exigência de trabalho é exatamente igual à de um atleta que pratica andebol formal.

**SM** – Quais são os maiores desafios de treinar uma equipa de andebol adaptado?

**DF** – Será sempre nós, técnicos, nós staff, percebermos um pouco das patologias que cada um dos nossos atletas tem para depois adaptarmos com o intuito de fazer o melhor trabalho possível com a funcionalidade daquele atleta e não fazer nada descabido, pedindo algo que o atleta não consiga fazer. Isso é um desafio grande. Outro desafio é perceber do ponto de vista psicológico em que ponto se encontra o atleta, mas isto é uma condição transversal a todo o desporto. Isto é, antes de sermos atletas somos pessoas, e tudo isto deve preocupar-nos enquanto técnicos. Perceber o registo daquela pessoa naquele momento, por fatores que não controlamos, temos de estar atentos e tentar dar a melhor resposta para que se sinta o mais confortável possível com o objetivo de poder ter o máximo rendimento possível em campo. ☺

“A ciência e o desporto estiveram sempre presentes na minha vida como treinador e a biomecânica também. A ciência desempenhou um papel importante no treino dos meus nadadores, quanto mais não fosse pela minha permanente intranquilidade e curiosidade.

atletas. Fizemos com a canoagem, a natação, estamos a fazer com o remo. Temos um projeto com o ciclismo em parceria com o Centro Tecnológico de Indústria Têxtil e do Vestuário (CITEVE) com empresas de produção de equipamentos desportivos de alto nível. E acabámos por saber há algumas semanas que uma sequela desse projeto, o TexP@CT, foi aprovado no quadro do financiamento do Plano de Recuperação e Resiliência. Portanto, vamos lutar nos próximos anos para trazer ao mercado um fato de membros inferiores e também superiores, em tecido que permita ao atleta de alto rendimento monitorizar em treino e competição não apenas os movimentos intersegmentares, como a função muscular, cardíaca, respiratória, temperatura, humidade corporal, etc.

**SM** – Destacou-se ainda como treinador de natação durante duas décadas. Tendo em conta essa experiência, como utilizava seus conhecimentos na biomecânica para potenciar o rendimento dos atletas?

**JPVB** – Comecei a minha vida académica como professor de Treino Desportivo, em 1983. Fui professor de treino de natação até 2020, e ainda sou, a espaços. Em 1996/1997 passei a ser, formalmente, professor de biomecânica. Não perdi de todo a minha paixão pelo treino desportivo, nem por todas as outras vertentes que constroem a competência de um treinador. Ainda hoje publico sobre fisiologia do exercício, metodologia do treino, portanto essas áreas, conjuntamente com a biomecânica, estiveram sempre *pela frente* no meu exercício como treinador. Às vezes, nem era muito bem entendido como treinador. Diziam que era o treinador dos velocistas, o teórico..., porque entendia o treino dos velocistas de uma forma completamente diversa. Nunca entendi que o velocista devesse realizar grandes volumes e só no fim do treino fazer uns *tiros* de alta intensidade. Sempre fui talvez mais próximo da filosofia que hoje o Albertinho [Alberto Silva] trouxe para Portugal do que a da escola tradicional. Os meus nadadores, sobretudo no FC Porto, eram mais meio-fundistas, especialistas de 200 e 400 metros. Juntamente com os fundistas, faziam trabalho mais extensivo, mas os velocistas *puros* não. Tinham de concentrar-se na intensidade e na qualidade de cada repetição. No CDUP e no Grupo Desportivo SOPETE, as poucas condições de treino e o perfil dos nadadores obrigavam a que treinasse os velocistas como atletas que necessitam de treinos de grande intensidade e baixa densidade, com largos períodos de recuperação. Muitos evoluíram de forma surpreendente, mesmo reduzindo o volume de treino para

50%. A ciência e o desporto estiveram sempre presentes na minha vida como treinador e a biomecânica também. A ciência desempenhou um papel importante no treino dos meus nadadores, quanto mais não fosse pela minha permanente intranquilidade e curiosidade. Lembro-me muito bem da Orlanda Rego, nascida em 1971, que treinei no Centro Desportivo Universitário do Porto, até aos que levei aos Jogos Olímpicos, ou quase, como o Mário Carvalho, o Luís Monteiro ou a Sara Oliveira.

**SM** – Como tem observado o surgimento de novos talentos na nossa natação? É possível pensar no regresso à uma final olímpica em Paris-2024?

**JPVB** – Acho que sim. Catarina Monteiro, por exemplo, esteve muito próxima em Tóquio-2020. Acompanhei a maioria dos nadadores desta geração em vários estágios de avaliação e aconselhamento do treino e acredito no potencial destes atletas. Começámos a ter uma natação descomplexada que quer e acredita que pode lutar pelos resultados, em vez de lutar apenas pela participação. Não estou a criticar, quando não temos o culto do resultado, é normal que este não apareça. Acho que estamos a desenvolver uma geração que vai cultivar o resultado e luta por ele, que já acredita, que o bom resultado é possível. Acredito no trabalho do Alberto Silva. Não tem muitas provas a dar. E os resultados já começam a aparecer. Estou convencido, pelas conversas que tivemos com a equipa técnica nacional, que vamos ter um futuro promissor. ☺



**JOÃO PAULO VILAS-BOAS** nasceu no Porto em 1960. Licenciado em 1983 pelo antigo Instituto Superior de Educação Física do Porto (atual FADEUP), concluiu em 1993, na mesma instituição, o Doutoramento em Ciências do Desporto, na especialidade de Biomecânica do Desporto. Docente da FADEUP desde 1983, onde começou por lecionar a cadeira de Metodologia dos Desporto Individuais – Natação, é atualmente professor catedrático da instituição. É ainda o atual presidente do conselho de representantes da FADEUP, responsável pelo Gabinete de Biomecânica do Desporto e diretor do LABIOMEPE – Laboratório de Biomecânica do Porto. Em paralelo com uma carreira universitária de quase 40 anos, destacou-se ainda como treinador de natação e é atualmente vice-presidente do Comité Olímpico de Portugal.



Gustavo Ribeiro

**SM** – Não se ouve falar muito de clubes de skate. Essa é uma outra especificidade da modalidade?

**NF** – Não é fácil as escolas de skate existentes tornarem-se clubes e não se verem apenas como negócio. A vertente desportiva não é negócio. Precisamos de treinadores de skate, não de professores, para desenvolver atletas. Tem sido um trabalho que temos vindo a fazer para converter escolas em clubes. Basicamente, tem sido a coabitação entre skate *lifestyle*/desporto.

**SM** – Falava-se em chegar aos 10 mil federados até aos Jogos de Paris-2024. Esse é um número exequível?

**NF** – Desportivamente, há muita gente a andar de skate, não significa que sejam atletas federados, esses rondam os 200 ou 300. São skaters do *lifestyle* a converterem-se em atletas para participarem em provas oficiais. Lá por termos 50 mil skates vendidos, não significa que temos outros tantos skaters. Era um sonho chegar aos 10 mil em 2024, mas neste momento o objetivo ir aumentando e criando hábitos de desporto. Estamos a sentir algumas dificuldades, porque quem está a carregar o skate ao nível desportivo é a federação. No próximo ano, vamos desenvolver mais atividades a nível regional, de forma a estimular mais competição e atividade interna. Falta-nos entrar na massificação dos federados e parte muito pelo trabalho a nível regional.

**SM** – Como se situa Portugal ao nível das infraestruturas para a vertente desportiva do skate?

**NF** – Essa é uma das grandes lacunas. Os skate parks que temos são preparados para o enquadramento paisagístico, mas falta para a competição. Falta-nos skate parks para prepararmos as nossas seleções nacionais. O skate park para um atleta de alto nível não pode ser

### O gémeo maravilha

Reza a história, mesmo com muitas imprecisões, que o skateboarding terá nascido na década de 1960 por intermédio dos surfistas da Califórnia que recorriam a pranchas na rua para ocupar o tempo quando as ondas não eram propícias à prática do surf. Chamaram-lhe sidewalk surfing e, em 1965, surgiram os primeiros campeonatos. O entanto, só uma década mais tarde, a modalidade ganhou espaço também nos Estados Unidos. Em Portugal, a modalidade manteve a associação ao surf, até Gustavo Ribeiro, de 21 anos, se ter profissionalizado e rumado aos Estados Unidos, *El Dorado* do skate. O lisboeta, também conhecido por ter um irmão gémeo, Gabriel, dedicado à modalidade, representou Portugal nos Jogos Olímpicos de Tóquio-2020, tendo deixado o Japão com um diploma olímpico, graças ao oitavo lugar na prova de street. Gustavo iniciou-se no skate aos cinco anos, quando o tio lhe ofereceu uma tábua pelo Natal. Aos oito já estava rendido às manobras. Foi o primeiro português a vencer o Tampa AM, o mais antigo campeonato de skaters amadores, em 2017, sucesso que lhe rendeu entrada no SLS Pro Open 2018, em Londres, onde chegou às finais após surpreender nas qualificações, terminando na sétima posição. Um 3.º lugar no AM Street Dew Tour, em Long Beach, e a vitória no 'O Marisquiño', um dos mais importantes campeonatos de skate da Europa, figuram no currículo do português que, em 2019, se qualificou para os SLS World Championships e chegou às meias-finais, registando o seu primeiro 9. Em 2021, Gustavo Ribeiro subiu ao terceiro lugar do pódio no Super Crown World Championship, em Jacksonville, EUA, pela segunda vez consecutiva. É um dos candidatos a medalha olímpica em Paris-2024.

aberto ao público, sob o risco de contraírem lesões graves. As infraestruturas existentes estão adaptadas para a população, mas falta fazer o salto qualitativo, preparando-as para a vertente desportiva. Esse salto terá muito a ver com a sensibilidade das câmaras e de melhorias na legislação. Não há normas, quem muitas vezes faz os skate parks são os pelouros urbanísticos camarários. Um skate park é mais uma instalação desportiva. Já temos em Coimbra, Porto e Aveiro algumas com qualidade.

**SM** – Nos Jogos de Tóquio, falou-se muito no skate como uma lição de *fair-play* e desportivismo. Esse sentimento faz parte do *lifestyle* da modalidade?

**NF** – Sem dúvida. Muitas vezes, quando não há juízes, a função é desempenhada pelos skaters que estiverem lesionados e tiverem ficado fora de prova. É a cultura deles. Há uma coisa extremamente interessante, têm um código de conduta muito vincado, se houver alguém que faz uma grande manobra e ganha, todos aplaudem e valorizam. Ajudam-se muito, são solidários. O desafio deles é criar manobras novas e diferentes e sempre que alguém faz algo bem, é valorizado pelos outros que são conhecedores das dificuldades. ☺



**abran**tes  
município

**ABRANTES**

DESPORTO E JUSTIÇA

ENTRONCAMENTO



cidade ferroviária

**ENTRONCAMENTO**

DESPORTO E MOVIMENTO  
ASSOCIATIVO

# CONGRESSO DO **DESPORTO**

**5 e 6  
NOVEMBRO**

2022



**torresnovas**  
município

**TORRES NOVAS**

DESPORTO E SOCIEDADE



**VILA NOVA DA BARQUINHA**

DESPORTO, SAÚDE E BEM-ESTAR

Assine já a



# SportMAGAZINE

REVISTA DE TREINO DESPORTIVO

a **sua** revista de treino desportivo!



PAPEL

ou



DIGITAL

+



ONLINE

**A partir de 20€ por ano\***, incluindo:

- 4 números por ano - papel ou digital
- Acesso integral anual ao portal online
- 20% de desconto na livraria [www.booki.pt](http://www.booki.pt)
- Newsletters quinzenais
- Conteúdos técnicos e científicos exclusivos em diferentes modalidades (planos de treino, documentos técnicos, etc.)

\* Condições especiais para parcerias e protocolos

Saiba mais em:

[www.sportmagazine.pt](http://www.sportmagazine.pt)