LIGA BRASILEIRA
GOLEIROS E GOLEIRAS

PROCESSO DE FORMAÇÃO DO GOLEIRO DE FUTEBOL

MINI CURRÍCULO

- EX ATLETA PROFISSIONAL (GOLEIRO)
- BACHAREL EM EDUCAÇÃO FISICA
- PÓS GRADUADO EM FISIOLOGIA DO EXERCICIO
- PÓS GRADUADO EM TREINAMENTO DESPORTIVO
- PÓS GRADUANDO EM NEUROCIÊNCIAS APLICADAS AO ESPORTE
- TREINAMENTO DE GOLEIROS NAS CATEGORIAS DE BASE – CBF ACADEMY

AUXILIAR TÉCNICO
2012 - 2013

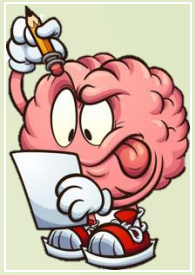
COORDENADOR TÉCNICO
2016 À ATUAL

COORDENADOR TÉCNICO
U17 / U15
2019 - 2020

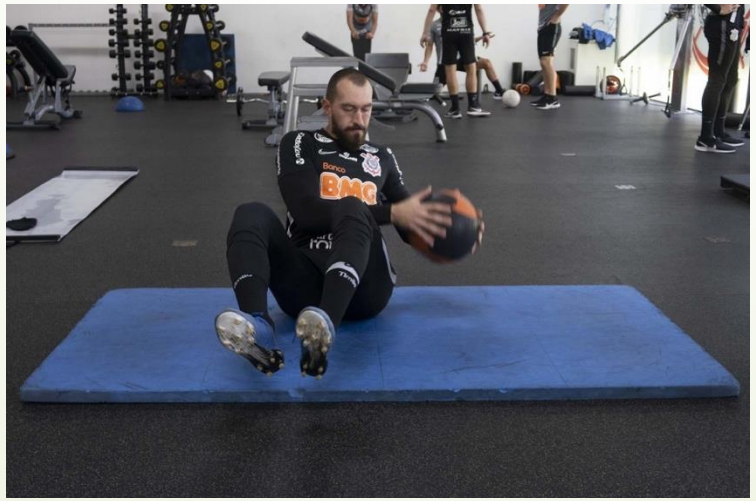
TREINADOR DE GOLEIROS
U13 / U11
2020 - 2023

TREINADOR DE GOLEIROS
U20
2023 À ATUAL

"Formar um jogador é como construir uma casa“



Arsène Wenger



Que possamos ser facilitadores no processo…

ETAPAS DE FORMAÇÃO DO GOLEIRO

Categorias Iniciais	U15	U17	U20
13 anos pra baixo	14 e 15 anos	16 e 17 anos	18 à 20 anos
Este é um dos mais importantes períodos do desenvolvimento motor. Caso não seja aproveitado corretamente, uma significativa janela de oportunidade será perdida e dificultará a capacidade do jovem “atleta” em atingir o potencial esperado. Aprendizado dos gestos técnicos. Os CUIDADOS desta etapa é a especialização precoce (movimentos estereotipados).	Domínio das técnicas ofensivas e defensivas da posição. Bom entendimento das táticas individuais e coletivas. Bons repertórios para trabalhos de força geral (Academia).	Estar preparado para o alto nível competitivo. Começar a manter o rendimento num estágio elevado em treinos e jogos – Ser Regular e Decisivo.	Consolidação definitiva das características da posição – Comportamental, física, técnica e tática.
Cuidados em todas as etapas com as lesões (multifatorial)			

1

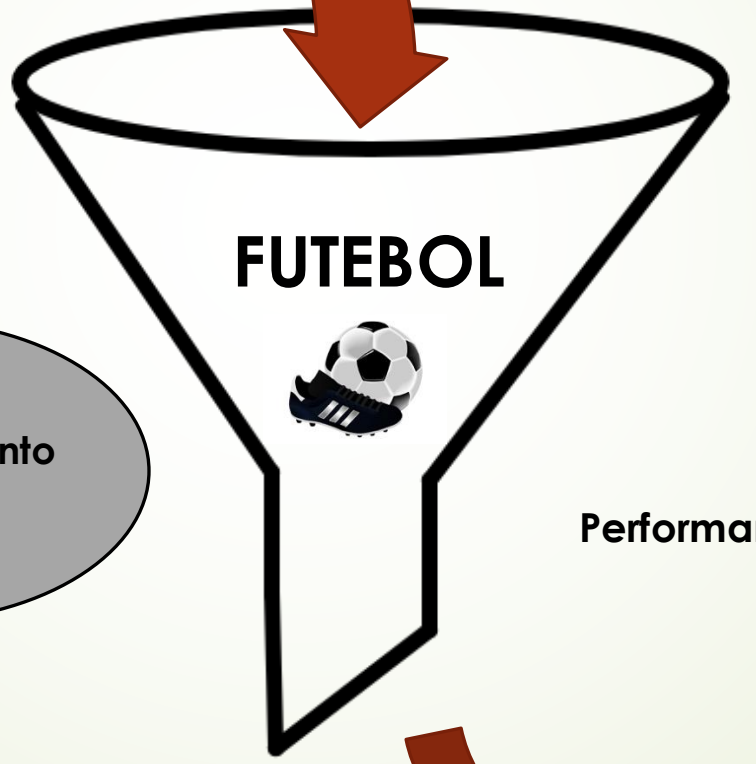
PROCESSO DE FORMAÇÃO DO GOLEIRO

Iniciação
U13 pra baixo

Desenvolvimento
U15

Alto Rendimento
U20 / U17

Média de + ou – 35 GOLEIROS nas Categorias de Base



Performance Máxima / Mais alto nível Profissional

FORMAÇÃO DO GOLEIRO DE FUTEBOL

CARACTERÍSTICAS COMPORTAMENTAIS, FÍSICAS, TÉCNICAS E TÁTICAS

OBJETIVO PRINCIPAL NA FORMAÇÃO É DESENVOLVER ESSAS CARACTERÍSTICAS

Características Comportamentais

Característica Físicas

Características Técnicas

Característica Táticas

CARACTERÍSTICAS COMPORTAMENTAIS

Imposição: Comandar e Dominar o espaço e ações específicas, influenciar positivamente o ambiente (habilidade de liderar seus companheiros).

Paixão: Orgulho da posição, Prazer em fazer o que gosta.

Atitude: Pró-atividade, Iniciativa, Não se Omitir.

Controle da Impulsividade: Equilibrado para melhores tomadas de decisões.

Equilíbrio Emocional: Controle ao expressar suas emoções em situações adversas e favoráveis; relacionamento interpessoal.

Resiliência: Adaptar ao contexto do jogo ou manter desempenho pós erro.

Competitividade: Espírito de liderança, Mentalidade de vencedor, motivação intrínseca.

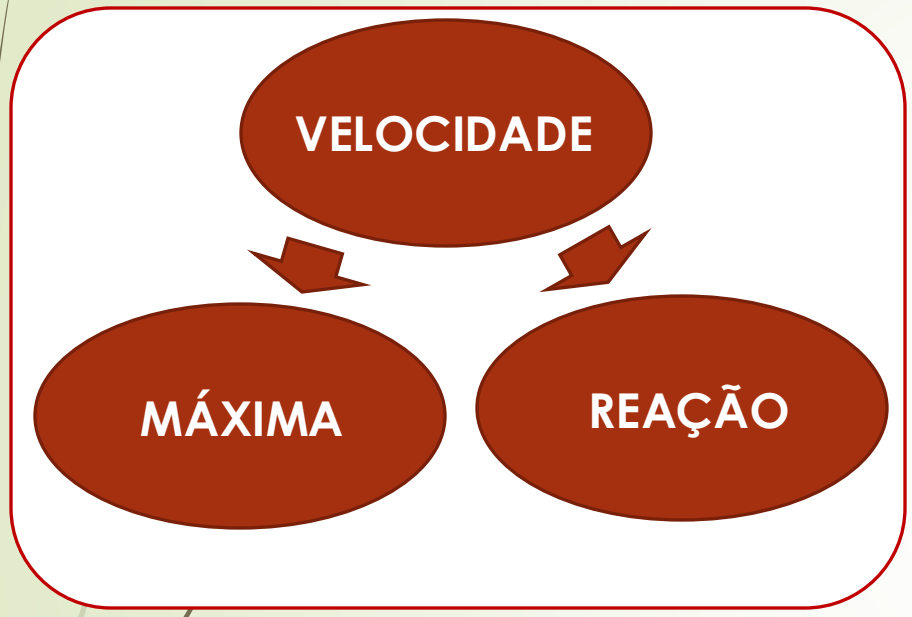
CARACTERÍSTICAS COMPORTAMENTAIS

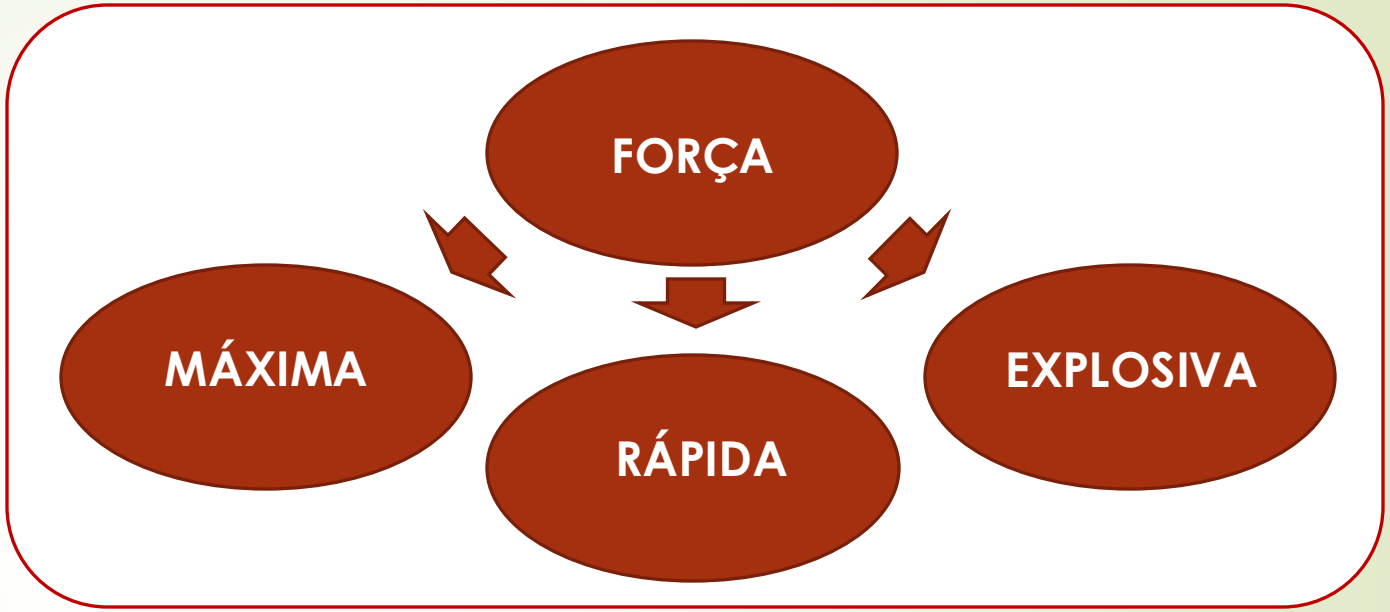
- Identificar perfil de imposição, atitude, competitividade etc... (nas categorias menores principalmente)!
- Estimular / Potencializar a pró-atividade, coragem, equilíbrio emocional, controle da impulsividade, resistência mental (trabalhos com grupo que envolvem a competitividade) ...
- Mostrar caminhos para manutenção e/ou estimular o foco e a disciplina.
- **Aquisição de hábitos higiênicos e esportivos (em viagens mas fácil identificar).**
- Sonho de chegar no profissional, entender o comportamento para mini metas (seu melhor em cada categoria).
- Nas menores já inserir estímulos que desenvolvam / potencializem o "PODER DE DECISÃO" (nos treinos foi decisivo permanece).

20

FC

CARACTERÍSTICAS FÍSICAS





PADRÃO ATLÉTICO

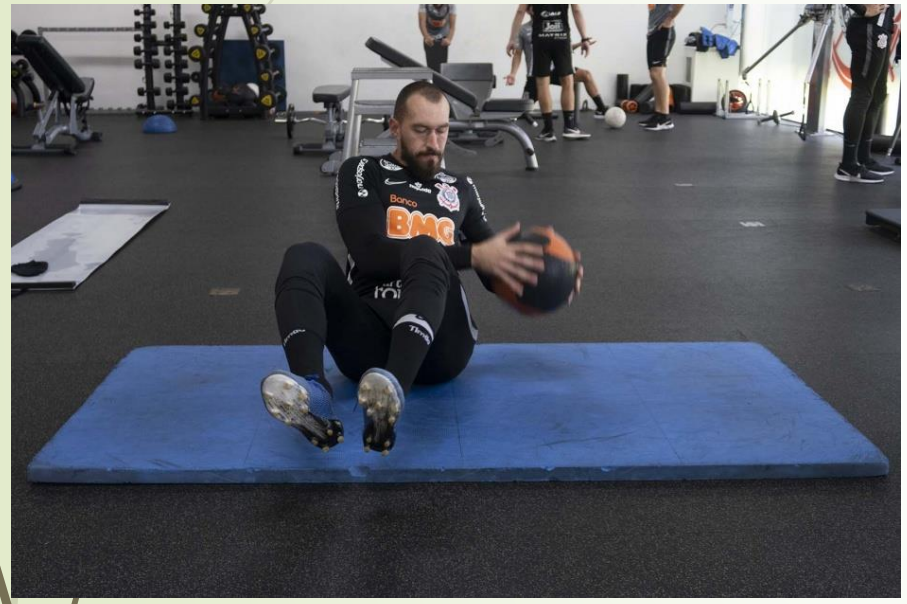
COORDENAÇÃO ESPECIFÍCA

RESISTÊNCIA ESPECÍFICA

AGILIDADE

FLEXIBILIDADE

CARACTERÍSTICAS FÍSICAS



- Identificar perfil tardio, precoce, maturado (trabalho interdisciplinar).
- Potencialização do “atleta” ao longo das suas fases de crescimento (respeitar as fases sensíveis) – Foco na individualidade.
- Desenvolver habilidades motoras básicas na ação do próprio corpo (Locomotoras), no manejo de objetos, principalmente bolas (Manipulativas), e de equilíbrio (Estabilizadoras) – Categorias menores.
- Criar bases sólidas e sustentáveis, nossa posição necessita harmonia do corpo (MMSS / MMII) – Padrão integrado.
- Autonomia para realização dos preventivos gerais.
- Educar movimentos nas menores (repertório motor básico/fundamental).
- Nas maiores inserir trabalhos individuais na academia (estímulos de força de acordo com necessidade do atleta), complementos para otimizar resultados.

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

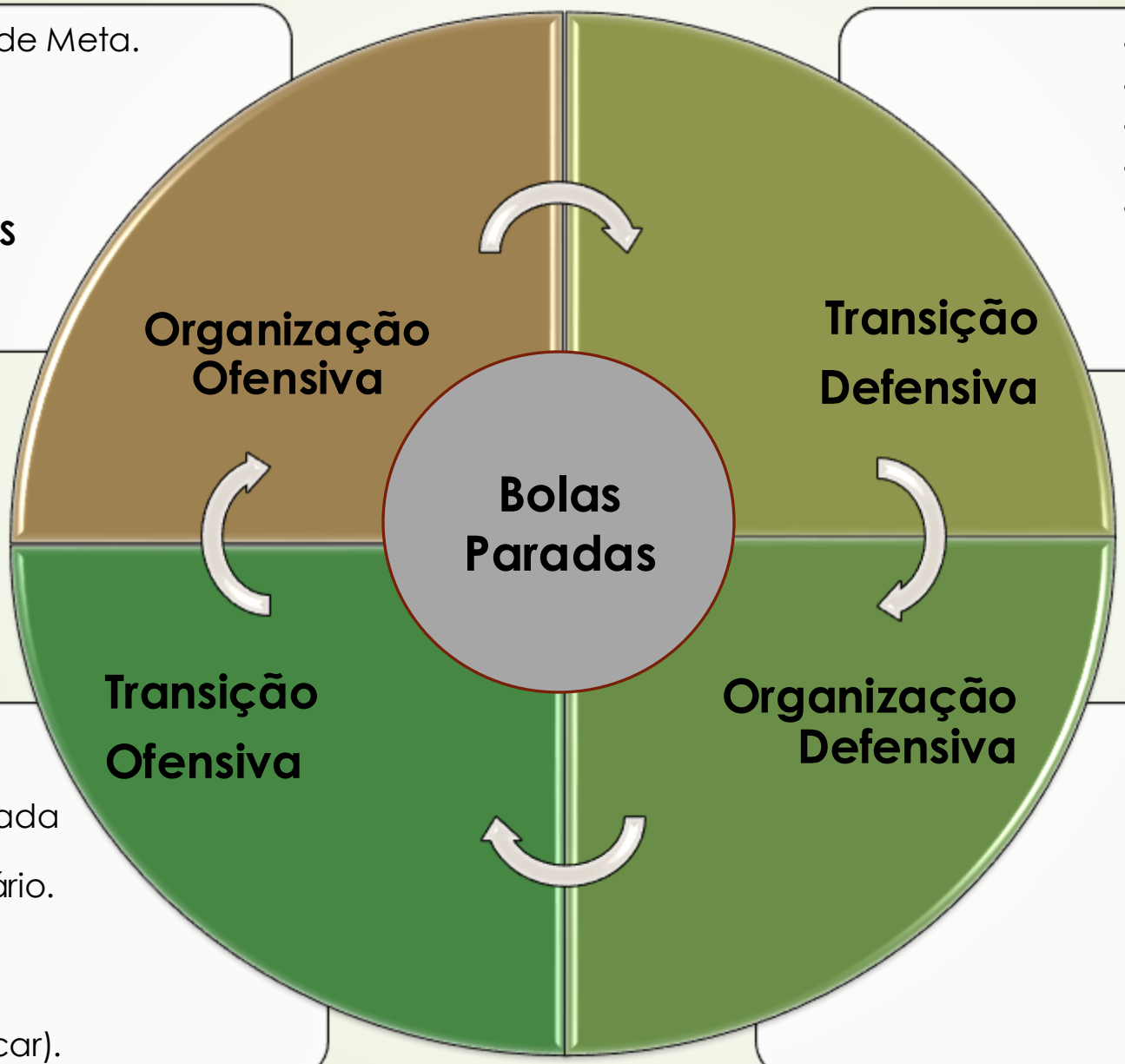
- Técnicas Básicas
- Técnicas Complexas
- Técnica de Saída em Cruzamentos
- Técnicas Ofensivas
- Técnica de Deslocamentos
- Técnica de Posicionamento
- Técnica de Enfrentamento
- Recursos Técnicos

CARACTERÍSTICAS TÉCNICAS

- Ênfase nos educativos técnicos (de joelho, deitado e em pé). Ótimos para “fracionar” informações e ajustes.
- Contextualizar os trabalhos educativos quando possível, técnicas ofensivas por exemplo são habilidades perceptivas / colaborativas, fora do contexto se “perde” em evolução.
- Categorias menores, foco maior nos gestos técnicos, aproveitar a janela de oportunidades que essas categorias oferece (são “esponjinhas”).
- Categorias maiores diminui a porcentagem, porém importante seguir realizando para refino e/ou até mesmo aprendizagem (atleta novo chegando ao clube).
- Inserir estímulos envolvendo visão periférica, “quebra de pescoço” dentro das sessões.
- Ajustes teóricos – Análise de vídeo.
- Cuidados com os movimentos estereotipados (repetitivos) nas menores, podendo prejudicar a continuidade do processo de formação.

CARACTERÍSTICAS TÁTICAS

- Repertório de Saídas / Tiro de Meta.
- Superioridade e Apoio na Construção.
- Compactação Vertical e Organização.
- **BOLAS PARADAS OFENSIVAS**
- Ações rápidas de ataque.
- Equilíbrio Defensivo.



- Comunicação.
- Compactação Vertical.
- Temporização.
- Ação de Cobertura Defensiva.
- Defesa da Meta.

- Percepção e Correta Tomada de Decisão para chegar o mais rápido no gol adversário.
- Precisão nas Reposições Ofensivas.
- Contra Ataque.
- Ataque Posicional (Identificar).

- Imposição.
- Defesa da Meta.
- Enfrentamentos GR x 1.
- Ação de Cobertura Defensiva.
- Intervenção em Cruzamentos.
- **BOLAS PARADAS DEFENSIVAS**
- Comunicação.
- Posicionamentos.
- Coragem nos Confrontos.
- Decisivo em Pênaltis.

CARACTERÍSTICAS TÁTICAS

- Promover o desenvolvimento da tática individual através de jogos, ênfase nos cooperativos e competitivos – Categorias menores.
- “Discutir” / Planejar junto a comissão, trabalhos direcionados para o goleiro (NÃO apenas casar trabalhos) – Papel de TODOS no desenvolvimento do goleiro.
- Ter nos planejamentos, trabalhos que englobem todas as fases do jogo, buscando tomadas de decisões – Criar mentes flexíveis e não robotizadas.
- Induzir a comunicação dentro dos trabalhos táticos (estimular imposição, coragem, agressividade).
- Complexidade maior já transferindo das técnicas, a “quebra de pescoço” e visão periférica para os trabalhos contextuais.
- Dentro do planejamento ter nas sessões estímulos e/ou treinos cognitivos (utilização de cores, números, placas etc...). Acelerar e desacelerar o jogo por exemplo.
- Foco em mudanças de comportamentos e ajustes corporais (retomadas de posição).
- Respeitar as porcentagens dentro das categorias.
- Ajustes teóricos – Análise de vídeo.

POSICIONAMENTOS E MOVIMENTAÇÃO TATICA DO GOLEIRO NO JOGO

ZONAS DE MOVIMENTAÇÃO DO GOLEIRO

A importância do trabalho interdisciplinar na formação!

Crédito: https://foothub.com.br/carreira-atleta-importancia-do-trabalho/

A construção de um trabalho interdisciplinar é tarefa inegociável dos clubes, tendo em vista que todos os fatores que cercam os jovens atletas, estarão diretamente ligados aos seu desenvolvimento e performance. O trabalho conjunto entre a **área técnica e as áreas de saúde, psicossocial e performance** poderão potencializar o desenvolvimento dos atletas a curto/médio/longo prazo.

Todas as áreas do clube devem trabalhar no sentido de potencializar a todos os atletas de forma integral. É preciso estar atento a todos os detalhes e possibilidades de ação. Desde o treinamento de campo até a exposição nas redes sociais, passando pelo dia a dia do atleta, **todas as vivências do atleta devem ser significativas.**

“...Não seremos justos com o guarda-redes ao exigir-lhe respostas acertadas a situações de jogo que não treinamos”

(Llopis, 2003)

Antes de entender o jogador, entenda o ser humano que joga...

tgoleiros_santosmaykon

OBRIGADO!