

AS DIFICULDADES DEFENSIVAS DO GOLEIRO DE FUTEBOL DE CAMPO DE CUIABÁ E VÁRZEA GRANDE-MT PARTICIPANTES DA COPA GOVERNADOR-2009.

¹Daniel Luiz Flumignan

²Jorge Eto

RESUMO:

Os estudos que tem como temática goleiro de futebol de campo ainda são escassos. Mesmo com a evolução nos treinamentos e com um técnico específico para sua preparação, poucas são as pesquisas desenvolvidas nessa área. O objetivo geral do estudo foi identificar as principais dificuldades do goleiro de futebol de campo na visão dos próprios goleiros participantes da Copa Mato Grosso na versão 2009. O estudo foi caracterizado como de campo e quantitativo, sendo que a amostra não probabilística por conveniência foi composta por dez goleiros atuantes na referida competição, sendo o instrumento de coleta de dados questionário de questões abertas. No resultado observou-se que as bolas quicando, a saída do gol em bolas aéreas, a paradinha, as bolas rasteiras na cobrança de pênaltis, anteciparem a batida da bola em cobranças de faltas e os chutes frontais em relação ao local do disparo do chute são as maiores dificuldades. Por fim conclui-se com as possibilidades de treinamento que versem sobre a potência de membros inferiores e superiores, a coordenação motora, as técnicas de defesa de bola quicando e de saída de gol.

Palavras-Chave: Goleiro, Defesas, Futebol.

INTRODUÇÃO:

O estudo teve como foco a seguinte problemática: quais as maiores dificuldades defensivas dos goleiros de futebol de campo de Cuiabá e Várzea Grande da Copa Mato Grosso 2009? Justifica-se essa pesquisa pelas contribuições que poderão ser empreendidas nos treinamentos de goleiros a partir das necessidades verificadas pelos próprios jogadores dessa posição. Outro fato é o papel decisivo que o mesmo ocupa no jogo, pois sendo a última linha defensiva, sua eficiência nas atuações é determinante para o sucesso ou não da equipe.

Apesar dos poucos estudos sobre a posição do goleiro a preparação do mesmo tem evoluído, principalmente em relação à condição física e as qualidades técnicas inerentes ao jogo com os pés, pois o mesmo no futebol atual são jogadores que podem ser utilizados taticamente para a composição da equipe no ataque com lançamentos com os pés e com as mãos.

¹ Graduando do curso de Educação Física do UNIVAG

² Docente do Curso de Educação Física do UNIVAG com título de Mestre

O estudo consistiu em verificar a literatura sobre as características técnicas, táticas e físicas do goleiro e em seguida apresentou-se os dados de 10 goleiros participantes da Copa Mato Grosso 2009 que atuam em clubes de Cuiabá ou Várzea Grande no que concernem as dificuldades da posição durante o jogo e foram analisados a luz dos aspectos inerentes a sua posição.

CARACTERÍSTICAS DO GOLEIRO DE FUTEBOL DE CAMPO:

Para os jogadores de linha bem como para os goleiros do futebol de campo existem os fundamentos técnicos, que podem ser divididos em técnicas ofensivas e técnicas defensivas. As defensivas apresentam-se como as defesas em si, o jeito, a maneira em que ele vai executar as defesas, já nas ofensivas inicia-se a partir do momento em que o goleiro faz a defesa usando a técnica dos fundamentos defensivos começando a projetar seu time a uma ação ofensiva usando de um fundamento da posição, ou seja, a reposição com as mãos ou pés em determinada direção é exemplo desse tipo de tática.

Dentre os fundamentos técnicos defensivos estão incluídos as principais ações defensivas que o goleiro deve dominar para se tornar um atleta tecnicamente completo, são eles: a pegada alta no meio, a pegada na altura do peito, o encaixe, a defesa rasteira no meio, a defesa rasteira nas laterais, a defesa quicando no meio, a defesa quicando nas laterais, a defesa à meia altura nas laterais, a defesa alta no meio, a defesa alta nas laterais, as saídas nos cruzamentos, a penalidade máxima e a formação de barreiras. (MARCELLUS, 2004)

Existe ainda também uma posição de partida, ou seja, um ponto de partida que os goleiros devem iniciar qualquer tipo de movimento para realizar a defesa, para os esportes em geral é denominada a posição de expectativa.

Leal (2000) afirma que para realizar qualquer defesa, o goleiro precisa partir de um posicionamento básico fundamental. As pernas devem estar ligeiramente flexionadas e afastadas nas larguras dos ombros, com apoio nas pontas dos pés, permitindo a partida imediata quando a situação exigir. O goleiro precisa também estar bem colocado, pois essa atitude possibilitará a diminuição do ângulo para o chute do atacante.

Marcellus (2004) afirma que o posicionamento facilita a defesa, sendo recomendado que o goleiro se posicione na ³bissetriz do ângulo formado pelos postes laterais da meta e da bola.

No futebol moderno e com as evoluções que foram impostas pelos órgãos que comandam o esporte existe uma tendência para que o jogo tenha mais tempo de bola rolando e que se saia cada vez mais gols dentro de uma partida. Com isso a posição do goleiro se torna cada vez mais ingrata e mais dificultosa de se realizar.

O goleiro é o único jogador que pode utilizar as mãos dentro da área. Com o objetivo de ter mais tempo de bola em jogo, a ⁴FIFA proibiu que o goleiro utilizasse as mãos para efetuar uma defesa após um recuo de bola de seu companheiro feito com os pés, no sentido de retardar o jogo, obrigando então o goleiro a ter que trabalhar com os pés ou qualquer outra parte do corpo que não seja as mãos, aspecto que gera uma dificuldade a mais, justamente pelo fato da proibição das mãos e tendo que trabalhar com outra parte do corpo que não é de seu total domínio.

Carlesso (1981) apóia que é fundamental que o goleiro saiba jogar também com os pés, pois a devolução da bola é um elemento técnico-tático que possibilita um ataque rápido. A técnica de reposição de bola com a mão é um fundamento bastante utilizado quando a reposição precisa ser rápida e o jogador não se encontra em uma distância muito grande. A bola precisa ser lançada com uma trajetória retilínea para não tirar o potencial da velocidade do ataque rápido. Para lançar a bola, haverá um movimento harmônico e sincronizado entre tronco e membros, visando à aplicação máxima de força.

Com isso o goleiro ganha destaque dentro de um jogo, porque através de uma técnica de reposição feita de forma correta pode deixar um companheiro em situação de fazer um gol algo que é visto com bons olhos e como uma qualidade privilegiada entre os bons goleiros.

Segundo Carlesso (1981, p.25):

A técnica de reposição de bola com os pés deverá ser executada com objetividade. Deve-se direcionar a trajetória da bola para um jogador em melhor situação de jogo. Neste fundamento, o

³ [Fem. de bissetor; var. de bissectriz.]

Substantivo feminino. Geom.

1. Reta que divide um ângulo ao meio.

2. Segmento de reta que liga um vértice de um polígono a um lado e divide ao meio o ângulo do vértice.

⁴ Sigla de Fédération Internationale de Football Association (Federação Internacional de Futebol Associação).

goleiro é peça importante para a colocação do atacante em condições de ataque. No futebol moderno prevalece a precisão em detrimento do alcance.

A partir dessas evoluções somos sabedores de que o goleiro pode decidir os jogos no futebol moderno. Entende-se que um goleiro com as melhores capacidades físicas táticas psicológicas e técnicas é capaz de proporcionar ao seu time segurança e confiança, sendo esse fato relacionado diretamente ao emocional da equipe. As qualidades do goleiro são cada vez mais treináveis e de responsabilidade de um profissional específico que planeje os trabalhos diários e realizados através da repetição e da automatização de movimentos, tornando-os movimentos perfeitos e conseqüentemente diminuam as suas falhas e aumentem os seus acertos.

No futebol existe uma inadequação nos usos dos termos tática e sistema de jogo, ou distribuição dos homens em campo pelo número de jogadores (4,4,2 ou 4,3,3 ou 3,5,2, etc.). A tática coletiva definida como conjunto de estratégias pré- determinadas pelo treinador ou mesmo pelos atletas para defender e atacar com eficiência. Existem também funções táticas individuais como, por exemplo, determinar que um jogador do seu time faça marcação individual em algum jogador que se sobressaia na qualidade técnica.

No tocante ao goleiro cria-se dúvida no que diz respeito à tática dessa posição por ele não poder fazer uma marcação individual e por não fazer parte das linhas de marcação da equipe. O goleiro também tem grandes funções táticas dentro da equipe tanto em grupo bem como no individual.

Nas funções táticas em grupo podemos dizer que o goleiro é responsável por ser o último homem de defesa e estar sempre vendo todo o jogo, assim ele consegue orientar todos os jogadores da linha defensiva para que não haja problemas maiores. Também se exige do goleiro com relação à função tática das bolas paradas defensivas que ele seja o responsável pela estrutura da formação tática da sua defesa, como por exemplo, definir quantos homens vão à barreira, definir qual canto do gol a barreira vai ficar encobrindo para que o batedor das faltas tenha menores chances de fazer o gol. Definir o posicionamento dos seus jogadores dentro da área quando existir uma situação de escanteio ou de faltas laterais, em que a bola vai ser colocada dentro da área, esses são alguns exemplos de táticas da parte do goleiro de forma coletiva, que além de envolver o próprio goleiro também envolve outros jogadores.

Nas funções táticas individuais em que o goleiro acaba quase sempre executando de forma solitária ou depende de um gesto técnico seu para cumprir essa função, podemos citar um lance de uma defesa, em que o goleiro se vê obrigado a dar um rebote no ato da intervenção. Caso esse rebote saia pra frente pode proporcionar uma facilidade ofensiva ou não da equipe adversária, sendo o mais recomendado os rebotes nas laterais longe do alcance dos adversários ou ainda pela linha de fundo, colocando a bola para escanteio. Existem muitos outros gestos técnicos que depois de executados torna-se uma ação tática. O fato de sair no cruzamento e dar um soco na bola é um gesto técnico. Sendo o soco direcionado para as laterais, além de afastar o perigo para distante da área de meta, espaço este do campo menos habitada por jogadores, tornando-se assim uma ação tática executada de forma correta.

Outro fato que fica explícito na função tática é quando o goleiro após uma defesa feita de forma segura, já começa a pensar em ligar um contra ataque, seja ele feito com os pés ou com as mãos. A partir do momento em que a bola está em seu domínio ele através de um ato técnico de reposição de bola projete seu time à frente. O critério tático a ser analisado nesse momento é onde o goleiro irá repor a bola, se é na frente para o atacante tentar ganhar na corrida do zagueiro, se é nos pés do atacante pra que o time fique com a posse de bola ou também no espaço vazio para que um jogador do seu time se aproveite da situação e coloque o time em uma ação ofensiva.

Esses aspectos táticos são inerentes a posição do goleiro, em que ele ao defender ou repor a bola pode decidir uma partida. Baseado nisso se faz necessário ter goleiros bem treinados nos critérios técnicos, físicos, psicológicos e também táticos, pois qualquer ação tática feita com perfeição tem grande valor para o profissional goleiro e também para o treinador de goleiro que está sempre atento nos mais diversos aspectos que envolvem o profissional por ele comandado.

Sabe-se que características físicas e as medidas antropométricas, estão diretamente ligadas a alguns tipos de esportes, que se difundem em algumas posições específicas para um melhor rendimento no seu determinado setor.

No caso dos goleiros comumente se pensa que quanto maior estatura melhor, porém essa questão modifica-se conforme as condições que esse profissional dessa posição reúna para facilitar a sua prática dentro de campo. Não adianta ter, por exemplo: um goleiro alto em contrapartida lento, por sua vez também não adianta ter um goleiro

baixo e que seja muito rápido, pois ambas as características serão prejudiciais para uma plena atuação.

O que se torna importante, e de grande valia, é ter um goleiro que consiga através do seu tamanho, da sua velocidade, da sua agilidade, da sua coordenação motora, da sua força, da sua flexibilidade, da sua resistência, possa ter características que facilitem e ajudem no seu desempenho. Sua visão de jogo, sua experiência, sua liderança também são fatores que ajudam um goleiro a se manter num nível alto de rendimento.

Weineck (1994) define flexibilidade como a capacidade e a qualidade que tem o atleta para executar movimentos de grande amplitude angular por si mesmo ou sob influência auxiliar de forças externas. Os exercícios para melhorar a flexibilidade podem ser executados de quatro maneiras: estaticamente, balisticamente, passivamente e segundo o método de contração-relaxamento.

A velocidade é a capacidade, segundo a base da mobilidade dos processos do sistema neuromuscular e da faculdade inerente à musculatura, de desenvolver força, de executar ações motoras em um mínimo de tempo, colocadas sob condições mínimas. A velocidade é determinada por quatro fatores: velocidade de reação, faculdade de aceleração, velocidade de ação e velocidade de resistência. A velocidade de reação se refere ao tempo necessário para o acionamento das forças musculares após a chegada do estímulo via receptores sensoriais. A faculdade de aceleração constitui a capacidade mais importante do corredor e se refere à aceleração que o atleta consegue desenvolver depois de iniciada a corrida, para chegar ao seu limite máximo de velocidade de ação.

A velocidade de ação é a capacidade que um atleta tem de se deslocar com máxima rapidez. A velocidade de resistência é a capacidade que tem o atleta de desenvolver uma velocidade de ação e mantê-la por um período de tempo mais longo (WEINECK, 1994).

Bompa (2002) define força como a capacidade neuromuscular de superar uma resistência interna e externa. Um programa de treinamento de força deve utilizar pesos livres combinados com outros meios de treinamento, como medicine-balls, aparelhos e saltos direcionados. Ainda segundo Bompa (2002), a potência acíclica, como expressão da força, é fundamental naqueles desportos que exigem decolagens (saltos). Para o desenvolvimento desta potência acíclica, a carga fica entre 50 e 80% da força máxima

com os movimentos executados rapidamente. Recomenda-se de quatro a seis séries com um intervalo de descanso de 3 a 5 minutos para uma recuperação quase completa.

A resistência refere-se à extensão de tempo em que um indivíduo consegue desempenhar um trabalho com determinada intensidade. O fator principal que limita o desempenho é a fadiga (BOMPA, 2002). Weineck (1994) afirma que a resistência pode-se subdividir em diversas modalidades, conforme o ponto de vista escolhido. Quanto à especificidade do esporte, a resistência se subdivide em geral e especial. Quanto à mobilização de energia muscular, a resistência se subdivide em aeróbia e anaeróbia.

A coordenação motora é a capacidade de ordenar as forças externas e internas que surgem no decorrer de um movimento para conseguir o efeito de trabalho desejável. Uma boa coordenação motora habilita o atleta para dominar segura e economicamente ações motoras nas situações previsíveis e imprevisíveis, e possibilita também o aprendizado relativamente rápido dos movimentos esportivos. As capacidades de coordenação se classificam em geral e específica. A capacidade de coordenação geral é o resultado de uma instrução de movimentos polivalentes nos diferentes esportes. A coordenação geral regula a capacidade de executar racionalmente várias habilidades motoras, sem relação com a especialização do desporto. As capacidades de coordenação específica se desenvolvem mais no quadro das modalidades esportivas e são caracterizadas pela faculdade de variação na técnica do esporte referido. A coordenação específica é atingida como resultado da execução de muitas repetições de habilidades específicas e elementos técnicos durante uma carreira atlética. (WEINECK, 1994)

Já o equilíbrio, segundo Tubino (1984), classifica-se em dinâmico, estático e recuperado. O equilíbrio dinâmico é definido como o tipo de equilíbrio conseguido em movimento. O equilíbrio estático é definido como o tipo de equilíbrio conseguido em uma determinada posição. Já o equilíbrio recuperado é a qualidade física que explica a recuperação do equilíbrio numa posição qualquer.

Tubino (1984, p.194) também define a agilidade como “a velocidade de troca de direção”. Portanto, o fator tempo é uma variável importante para essa capacidade, bem como a presença implícita da velocidade. A flexibilidade também pode ser considerada como um pré-requisito para o desenvolvimento da agilidade. A coordenação motora também aparece como capacidade física importante para a agilidade (TUBINO, 1984).

A agilidade deve ser treinada desde a fase de preparação geral. É importante salientar que a agilidade é uma capacidade específica da maioria dos desportos (TUBINO, 1984).

Para a formação de um bom goleiro de futebol faz-se necessário a construção harmônica de planejamentos que prezem sobre os aspectos técnicos e táticos e que desenvolvam as capacidades físicas no que diz respeito às especificidades do jogo, pois a diversidade de ações que o goleiro atual realiza é grande, portanto não é possível enfatizar um aspecto em detrimento do outro.

METODOLOGIA:

O estudo sobre as dificuldades defensivas dos goleiros de futebol de campo caracterizou-se como estudo de campo quantitativo, em que a amostra não probabilística por conveniência foi composta por dez goleiros de Cuiabá e Várzea Grande participantes da Copa Mato Grosso na versão 2009. O instrumento de coleta de dados foi um questionário contendo três questões abertas e três questões fechadas e os respondentes assinaram termo de consentimento livre e esclarecido. Após as respostas organizaram-se as categorias em cada questão apresentando a incidência de resposta em números no formato de tabelas que versaram sobre as seguintes dificuldades: trajetória da bola, local do disparo do chute, saída do gol em bolas aéreas, cobrança de falta e cobrança de tiro livre da marca do pênalti.

Análise e discussão dos dados:

Tabela 1- Dificuldades Defensivas em Relação à Trajetória da Bola na Opinião dos Goleiros
N=10

Trajетória da bola	Dificuldade
Rasteira	1
Quicando	9
Meia Altura	0
Alta	0

Fonte: Própria (2009)

Na primeira tabela podemos analisar que foi quase por unanimidade o grau de dificuldade apresentado na bola quicando. Baseado nisso, definimos que a bola quicando apresenta mais dificuldade justamente por conta de tocar ao gramado e tomar uma trajetória diferente tanto em altura quanto em lateralidade, aumentando assim o grau de complexidade da defesa. Dessa maneira dificulta o goleiro no ato técnico de defesa quicando no meio ou na lateral, conseqüentemente também uma ação tática de

rebater para lateral, justamente por ter que definir uma técnica quase que no instante em que a bola tem contato com as mãos ou com o corpo. As defesas seguras e rápidas são quase impossíveis de serem realizadas, com isso atrasa a reposição do goleiro para o contra ataque. Nesse item pode ser adicionado ainda o nível dos gramados matogrossense que dificulta ainda mais essa bola quicando para os goleiros. Dentre as técnicas é uma situação totalmente treinável, pois solicita a velocidade de reação do instante que a bola toca o gramado e chega até o goleiro.

Tabela 2- Dificuldades Defensivas em Relação ao Local de Disparo dos Chutes na Opinião dos Goleiros

N=10

Local de disparo do chute	Dificuldade
Frontal	8
Diagonal	2

Fonte: Própria (2009)

Em relação ao local de disparo do chute fica também evidenciada uma tendência mais dificultosa para os chutes realizados de forma frontal, em relação aos chutes em diagonal, e pelos critérios analisados caracteriza-se que o chute frontal tem uma maior proximidade do gol, além do goleiro analisar que o chutador tem uma visão mais ampla do gol, podendo chutar nos dois cantos com a mesma facilidade e nas mais diversas alturas. Já nos chutes em diagonal a distância do alvo e a angulação da posição da bola em relação ao gol são quesitos que facilitam o posicionamento do goleiro. O bom posicionamento do goleiro facilita defesas com poucas movimentações, mas ainda assim apresentou dois entrevistados com essa dificuldade.

Tabela 3- Dificuldades Defensivas em Relação à Saída do Gol em Bola Aérea na Opinião dos Goleiros

N=10

Saída do gol	Maior Dificuldade
Cortar a bola no ponto mais alto	2
Bola na primeira trave	2
Jogadores na área atrapalhando	2
Tempo de bola	2
Bolas abertas	1
Nulas	1

Fonte: Própria (2009)

De acordo com muitos jornalistas brasileiros, o fundamento de saída de gol é o que apresenta maior dificuldade entre os goleiros do Brasil. Com certeza esse

fundamento de saída de gol apresentou uma maior diversidade de respostas, e de antemão concluí-se que é o fundamento em que apresenta maior dificuldade para os goleiros aqui entrevistados. As respostas variaram de acordo com a trajetória da bola, posicionamento dos jogadores na área, onde a bola será direcionada (na primeira trave), a altura em que o goleiro conseguirá pegar a bola, para não correr o risco de atingi-la num ponto baixo e sofrer uma antecipação e também não correr o risco de passar do ponto certo da bola e ser encoberto. Chegou-se a conclusão de que abandonar o gol para interceptar um cruzamento tem uma complexidade alta pela diversidade de situações que influenciam diretamente na técnica e tática do goleiro de futebol. Na situação de deixar o gol indica-se ter certeza de que vai atingir a bola, porque a vulnerabilidade e a facilidade dos adversários em fazer o gol com o goleiro fora aumentam e isso somente se adquire com treinamentos que tratem desse fundamento.

**Tabela 4- Dificuldades Defensivas na Cobrança do Tiro Livre da Marca do Pênalti
N=10**

Tiro da marca do pênalti	Dificuldade
Paradinha	4
Bola rasteira	3
Paradinha e bola rasteira	2
Não ter a possibilidade de adiantar	1

Fonte: Própria (2009)

A questão da “paradinha” nas cobranças de pênaltis tem dificultado muito a vida dos goleiros. Essa foi uma dificuldade defensiva que apresentou também uma diversidade muito grande de respostas, mas na característica das penalidades máximas a paradinha foi um fator que dificultou as defesas dos goleiros justamente por perder a referência do momento em que o cobrador da penalidade toca na bola, e com isso impede a capacidade de antecipação ou de escolha dos cantos para defesa, pois a bola será batida pela interrupção do movimento do chute.

A bola rasteira também apresentou uma porcentagem um tanto quanto alta, justamente por ser no canto rasteiro o ponto mais longe das mãos do goleiro, além de ter que fazer uma queda na lateral com uma velocidade muito grande para tentar atingir a bola.

A “paradinha”, seguido do chute rasteiro foi uma alternativa em que apareceu em duas respostas, é que foi uma junção das dificuldades respondidas de uma só maneira.

Uma das respostas questionou sobre a dificuldade de não poder se adiantar, esse é um fato que está na regra, pois afirma que o goleiro só pode se movimentar em cima da linha para qualquer um dos lados ou até mesmo para os dois lados. É um assunto a ser analisado, porém poucas chances de ser mudado, pelo objetivo do jogo ser justamente o gol, o que contribui significativamente para beleza do espetáculo, mais quase nunca pensam nos goleiros, pelo objetivo do goleiro ser aquele que deve evitar o gol.

Tabela 5- Dificuldades Defensivas na Cobrança de Faltas
N=10

Cobrança de faltas	Dificuldade
Antecipar o chute	4
Enxergar a bola	2
A bola por cima da barreira	3
Nula	1

Fonte: Própria (2009)

Em relação às cobranças de faltas, algumas dificuldades foram apresentadas, como, por exemplo, antecipar o chute. Isso quer dizer que no ato da formação da barreira, a mesma é feita para fechar uma parte do gol e a outra parte é de inteira responsabilidade do goleiro não podendo sair para o lado encoberto pela barreira antes do momento do chute, para não ser pego de surpresa com um chute no seu canto, o que é considerado uma falha. Outra dificuldade bastante comum é pela qualidade técnica dos atletas do futebol mato-grossense e a dificuldade de defender a bola por cima da barreira, justamente pelo fato do gol ficar com um tamanho maior naquela parte, apesar de não ser uma responsabilidade do goleiro, e mais mérito do chutador. Uma questão que chamou atenção é que com a evolução tática do futebol, alguns treinadores determinam que atletas do próprio time formem outra barreira ao lado da formada pelo adversário para encobrir a visão do goleiro, não permitindo uma velocidade de reação no ato da batida na bola, pois terão um tempo menor de reação para tentar praticar a defesa.

CONCLUSÃO:

Concluí-se que a evolução tem acontecido de forma significativa, que os treinadores de goleiro e os goleiros são cada vez mais completos e com requisitos que cumpram um nível de exigência maior, mas os estudos podem e devem ajudar que isso evolua ainda mais e que o goleiro tenha caráter fundamental na decisão dos jogos a

favor de suas equipes e ter a dimensão de que todas as dificuldades são totalmente treináveis e que a solução está no trabalho, exclusivamente do treinador de goleiro e do goleiro.

Indica-se que os treinos enfatizem as bolas quicando em várias direções com a técnica e tática correta, ou seja, a queda lateral e o rebater a bola para o lado do campo, a saída do gol nas variadas situações, as cobranças de faltas com antecipação e sem antecipação com vários jogadores e de diversas características executando-as e as penalidades, principalmente, com paradinhas e bolas rasteiras. O condicionamento físico no tocante a posição do goleiro deve focar a potência de membros inferiores e superiores, bem como a coordenação. Também se faz necessário uma ênfase na qualidade técnica com os pés com intuito de aproveitá-lo como mais um homem de ataque.

Nos treinamentos corrigem-se através de muita repetição, treinamentos esses que contenham informações e ações táticas, terem noção de que cada bola, cada jogo, cada gramado tem sua peculiaridade, tem sua dificuldade e a única forma de superar isso é com muito trabalho, e mesmo assim ainda não nos dá a certeza que os goleiros nunca mais tomarão gol ou que nunca mais falharão em nenhuma situação, mas com as informações aqui apresentadas podem e vão contribuir muito nas sessões de treinamentos que jamais devem ser confundidas por momentos de inspiração dentro dos jogos. Sem um trabalho de muita dedicação feito no dia-a-dia com muita perseverança, as chances desse goleiro de chegar a ser um grande profissional são bem pequenas, mas com muito treinamento e esforço consegue-se atingir níveis mais altos de profissionalismo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

- BOMPA, Tudor O. (2002).. *Periodização: Teoria e Metodologia do Treinamento*. 4ª ed. São Paulo: Editora: PHORTE EDITORA.
- CARLESSO, Raul Alberto. (1981) *Manual de Treinamento do Goleiro*. Palestra. Edições. Rio de Janeiro,
- LEAL, J. C. (2000). *Futebol arte e ofício: histórico, sistemas, táticas, técnicas e planejamento*. Rio de Janeiro: Sprint.
- MARCELLUS, C. *Goleiros.com*. Disponível em: <www.goleiros.com.br>. Acesso em: 03/11/2009.
- TUBINO, Manoel J.G (1984). *Metodologia Científica do Treinamento Desportivo*. 3ª ed. São Paulo: Ibrasa.
- WEINECK, J. (1994). *Manual de treinamento desportivo*. São Paulo: Manole.