



## PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DA CATEGORIAS DE BASE - DOCUMENTO NORTEADOR -

### 1. APRESENTAÇÃO

A atual gestão das categorias de base do Coritiba Foot Ball Club, iniciou em dezembro de 2015 e teve a continuidade do trabalho na gestão do Presidente Samir Namur, gestão essa que foi a grande responsável pela aproximação entre o trabalho realizado nas categorias de base e o futebol profissional. Nada adianta ter um investimento em formação de atletas se a integração entre base e profissional não existir.

Quando iniciamos nosso trabalho lá em 2015 buscamos fazer uma análise sobre o funcionamento de todo o departamento, identificamos algumas situações administrativas e técnicas que achávamos importante estar mudando para que pudéssemos obter melhores resultados.

Após a análise concluímos que nas questões administrativas precisávamos dar uma atenção especial a gestão dos contratos profissionais e de formação, na organização do departamento médico e no gerenciamento das informações dentro do clube. Na parte técnica identificamos uma falta de interação entre as categorias, um baixo volume de treinos, a falta de um perfil de atleta para o Coritiba, a falta de uma padronização nos trabalhos de formação de atletas, a falta de gestão eficiente dos elencos de base e o aperfeiçoamento do controle de desempenho dos atletas.

Identificados os problemas acima, iniciamos a construção de um trabalho multidisciplinar, focado no desenvolvimento do atleta.

Este trabalho multidisciplinar iniciou-se com a elaboração da metodologia de treinamento técnico, tático e físico para as categorias de base. Dentro da metodologia de treinamento,



elegemos alguns conceitos básicos do jogo que todas as nossas equipes precisam ter, respeitando logicamente a faixa etária de cada uma delas. Estes conceitos passam a nortear o modelo de jogo utilizado por nossas categorias. Ao definirmos estes conceitos e o nosso modelo de jogo, passamos a nos preocupar com o perfil do atleta que iremos buscar. Identificado o atleta dentro do perfil que traçamos, iniciamos o nosso trabalho de formação multidisciplinar, onde cada área é responsável por fazer com que o atleta alcance seu rendimento máximo. Trabalhamos em um esporte coletivo, porém o trabalho de formação de atletas é individualizado, precisamos buscar uma pedra bruta e lapidar até que esteja pronta para ser exposta em nossa equipe principal.

Neste período o Clube já recebeu aproximadamente 462 jovens atletas em seu programa de formação, que já representaram não só o Clube, mas também a cidade de Curitiba, o estado do Paraná e o Brasil em várias competições nacionais e internacionais.

Não é de hoje que somos tidos como uma das melhores categorias de base do Brasil, nos últimos cinco anos revelamos para o mundo do futebol os laterais Dodo (Shakhtar Donetsk) e Yan Couto (Manchester City), o atacante Matheus Cunha (Herta Berlin), os zagueiros Rodrigo Guth (Atalanta) e Luiz Felipe Hungria (PSV) e o atacante Igor Jesus (Shabab Al Ahli Dubai Club), revelações essas que geraram uma receita aproximada de R\$ 69.000.000,00 (sessenta e nove milhões de Reais) em cinco anos de trabalho. Sem falar em outros atletas que atualmente compõe o elenco da equipe principal de forma destacada como Natanael, Matheus Bueno, Luizinho, Nathan, Henrique Vermut, Guilherme Dupas, Arthur e Marcão. Atletas estes que futuramente estarão dando o resultado técnico e comercial que o Coritiba Foot Ball Club busca.

Isso nos faz acreditar que um fator determinante para o êxito de um Clube de Futebol é o investimento no processo de formação de jovens atletas das categorias de base.



## 2.GESTÃO DAS CATEGORIAS DE BASE E EQUIPE DE TRABALHO

O modelo de gestão adotado consiste em obter ao mesmo tempo eficácia e eficiência na utilização dos recursos organizacionais, ou seja, escolher os objetivos certos e conseguir atingi-los, minimizando a utilização dos seus recursos como tempo, capital, pessoas e equipamentos, maximizando assim os resultados.

Prova da eficácia da gestão pode ser medida também em termos de lucratividade, já que os últimos anos mostraram os bons resultados financeiros o que influencia fortemente o sucesso do clube no processo de formação de atletas.

As principais características do modelo adotado são o planejamento, a organização, uma equipe de profissionais qualificados, a integração de todas as áreas de atuação no dia a dia e um clima organizacional positivo de trabalho, o que permite mais profissionalismo, mais dinamismo e significativos resultados.

Certamente o grande diferencial dessa gestão é o fato de saber conduzir o capital humano de forma que as pessoas apresentem um excelente desempenho, já que hoje o clube pode contar com o profissionalismo e a dedicação desses profissionais qualificados que reúnem a equipe de trabalho de Base do Coritiba Foot Ball Club.



## EQUIPE DE TRABALHO DAS CATEGORIA DE BASE

## ➤ Administrativo

Nome	Cargo
André Pereira Oliveira Cerqueira Leite	Gerente das Categorias de Base
Danilo Candelore	Supervisor de Futebol
Adam Douglas dos Santos	Supervisor de Futebol

## ➤ Equipe Multidisciplinar

Nome	Cargo
Marcos Paulo Tercziany Vanzin	Médico
Paulo Ricardo Fabene	Médico
Guilherme Costa da Silva	Fisioterapeuta
Ademir Ferreira	Coordenador de Performance
Marla Eliana Ferreira Martins	Nutricionista
Rafael Abrahão Essenfelder	Analista de Desempenho
Bruno Belle	Auxiliar Administrativo
Juan Conde	Fisiologista
Rodrigo Fontana	Psicólogo
José Mauro	Assistente Social
Vania Rato	Psicopedagoga

## ➤ Comissão Técnica SUB 20

Nome	Cargo
Ricardo Daniel Quandt	Técnico
Reginaldo Nascimento	Auxiliar Técnico
Carlos André Paes	Preparador Físico
Fernando Paiva Correa Júnior	Preparador de Goleiros
Lucas Guilherme Chandelier	Roupeiro
Alexandre Henrique Alves	Massagista

## CORITIBA FOOT BALL CLUB



### ➤ Comissão Técnica SUB 17

Nome	Cargo
Alan Henrique Ribeiro	Técnico
Rodrigo Monginho	Preparador Físico
Wagner Mitsuo Milléo	Preparador de Goleiros
Guilherme Felipe Skora	Massagista

### ➤ Comissão Técnica SUB 15

Nome	Cargo
Murilo Balbino Guimarães	Técnico
Cassiano	Preparador Físico
Fábio Arnould	Preparador de Goleiros
Luiz Felipe Avelino	Roupeiro

### ➤ Comissão Técnica SUB 11/13

Nome	Cargo
Edison Luiz Placha Júnior	Técnico SUB 11/13
Marcos Rocha	Preparador Físico
Salomão Marques de Oliveira	Roupeiro



### 3. A ORGANIZAÇÃO DO TRABALHO E AS FASES DO DESENVOLVIMENTO

A organização do trabalho leva em consideração o processo da descoberta de novos talentos, priorizando sempre o respeito as fases do desenvolvimento individual do atleta, de acordo com os níveis de especialização abaixo:

#### 3.1) Iniciação Esportiva

A iniciação esportiva integra atletas ainda sem vínculo definitivo com o clube e é formada pelas categorias Sub11 e Sub13. Atualmente contamos com 73 atletas nestas categorias, todos residentes em Curitiba.

#### 3.2) Desenvolvimento Esportivo I

O início do desenvolvimento esportivo I compreende atletas das categorias Sub15 e que passam a ter vínculo com o clube através do Contrato de Formação. Esses atletas passam a receber uma bolsa aprendizagem. Atualmente contamos com 50 atletas nesta categoria, sendo que 19 destes atletas são alojados no clube.

Com relação ao direito econômico, 38 destes atletas o Coritiba Foot Ball Club possui 100%, os demais 12 atletas temos parcerias no direito econômico, nunca ficando com menos de 60%.

#### 3.3) Desenvolvimento Esportivo II

Essa fase do desenvolvimento esportivo II compreende atletas vinculados ao clube com Contrato de Formação ou Contrato Profissional, entre 16 e 17 anos e é formada pelos atletas da categoria Sub17. Atualmente contamos com 32 atletas nesta categoria, sendo que 18 destes atletas são alojados no clube.

---

CORITIBA FOOT BALL CLUB



Com relação ao direito econômico, 18 destes atletas o Coritiba Foot Ball Club possui 100%, os demais 14 atletas temos parcerias no direito econômico, nunca ficando com menos de 60%.

#### 3.4) Especialização

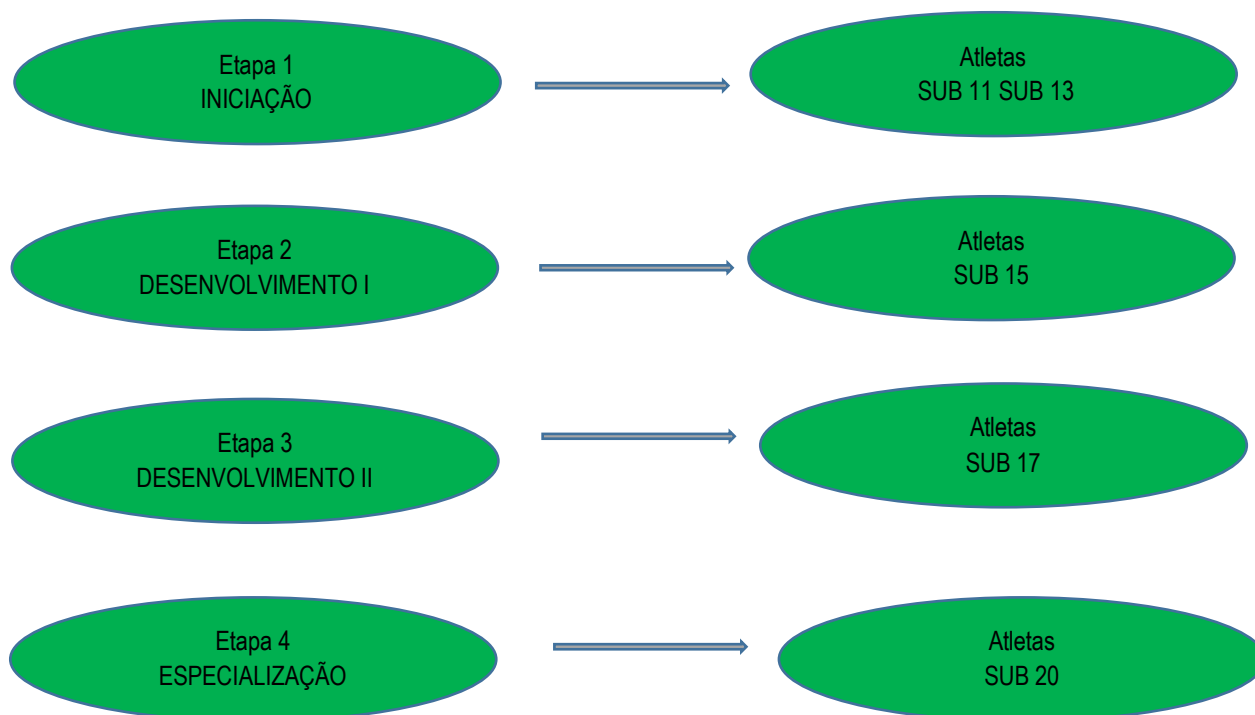
É a última etapa do processo de formação e compreende atletas vinculados ao clube com Contrato Profissional e alguns ainda com Contrato de Formação, entre 18 e 20 anos e é formada pelos atletas da categoria Sub20. Atualmente contamos com 27 atletas nesta categoria, sendo que 15 destes atletas são alojados no clube.

Com relação ao direito econômico, 11 destes atletas o Coritiba Foot Ball Club possui 100%, os demais 16 atletas temos parcerias no direito econômico, nunca ficando com menos de 60%.



#### 4. METODOLOGIA DE TREINAMENTO TÉCNICO E TÁTICO

O processo de formação de um atleta de alto rendimento é um trabalho de longo prazo e no Coritiba Foot Ball Club, procuramos seguir as seguintes etapas de crescimento e desenvolvimento para o treinamento de nossos atletas.







#### 4.1) Aprimoramento das Capacidades Gerais

Dentro do processo de formação técnica e tática para os atletas do Coritiba Foot Ball Club, temos como objetivo o aprimoramento das capacidades gerais, as qual dividimos em capacidades técnicas e capacidades táticas conforme definimos abaixo:

4.1.1) Capacidade Técnica: Nosso objetivo é desenvolver a execução dos fundamentos específicos do futebol, que levam o atleta a solucionar os problemas advindos do jogo. A Capacidade Técnica é dividida em Fundamentos Essenciais/Complementares e Específicos por posição. Os fundamentos essenciais/complementares são subdivididos em defensivo e ofensivo conforme segue abaixo no quadro 1. Já os Fundamentos Específicos por posição, são os fundamentos primordiais para cada posição em campo, conforme segue no quadro 2.

Quadro 1 – Fundamentos Essenciais e Complementares

Fundamentos Essenciais		Fundamentos Complementares	
Ofensivos	Defensivos	Ofensivos	Defensivos
Recepção	Postura de Marcação	Cabeceio	Cabeceio
Passe	Deslocamento	Chute Refinado	Rebatida
Condução	Aproximação	Passe Refinado	Antecipação
Chute	Abordagem	Cruzamento	Carga
Cabeceio	Desarme	Lançamento	
Drible		Pivô	
Finta		Bate Pronto	
Proteção		Voleio / Bicicleta	
		Arremesso Lateral	





O desenvolvimento da capacidade técnica no processo de formação de um atleta dentro do Coritiba Foot Ball Club, segue as seguintes etapas:

Categoria	Capacidade Técnica Essencial	Capacidade Técnica Complementar	Capacidade Técnica Específica
SUB 11	AP	IN	IN
SUB 13	AP	AP	IN
SUB 15	RM	AP	AP
SUB 17	MN	RM	RM
SUB 20	MN	MN	RM

Legenda:

IN – Iniciação

AP – Aperfeiçoamento

MN – Manutenção

RM – Rendimento Máximo

4.1.2) Capacidade Tática: Nosso objetivo é desenvolver no atleta a tomada de decisão, a leitura e entendimento de jogo, a percepção espacial, o raciocínio lógico e a resolução de problemas dentro do campo de jogo. A Capacidade Tática é dividida em Capacidade Tática Individual, Capacidade Tática de Grupo e Capacidade Tática Coletiva conforme conceituamos abaixo:

- Capacidade Tática Individual - É o comportamento de um jogador, que através de sua capacidade de tomada de decisão, interpreta as ações de tempo e espaço em concordância com os objetivos específicos e gerais do jogo.



- Capacidade Tática de Grupo - Representa uma ação coordenada entre dois ou quatro jogadores da mesma equipe, em termos motores e cognitivos (técnica / tomada de decisão), visando um objetivo comum.
- Capacidade Tática Coletiva - Relaciona-se com a ação simultânea de cinco ou mais jogadores dentro do conceito do jogo. Pode ser entendida como o próprio sistema tático, a descrição numérica que identifica os posicionamentos iniciais de um jogador, ampliando a visão para estrutura-los em um desenho único (442,433,343.....)



Quadro 3 – Capacidade Tática

Tática Individual	Tática de Grupo	Tática Coletiva	Regras de Ações das Posições
1xG e 1x1	1x2/ 2x1/ 2x2/ 3x2/ 2x3/ 3x3/ 4x3/ 3x4/ 4x4	Ações de equipes com 5 a 11 jogadores	Comportamentos táticos individuais com referência na posição/função que o atleta joga e na estratégia da equipe.
Confrontos Individuais	Situações que exigem tomadas de decisões de acordo com as ações de companheiros e adversários	Princípios Táticos Coletivos / Modelo de jogo/ Estratégias	Posicionamento corporal / Ações específicas da posição
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Tomada de decisão</li> <li>✓ Coragem</li> <li>✓ Imposição</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ linha de passe</li> <li>✓ Infiltração</li> <li>✓ Tabelas</li> <li>✓ Triangulações</li> <li>✓ Ultrapassagens</li> <li>✓ Homem livre</li> <li>✓ Antecipação</li> <li>✓ Quebras de linha</li> <li>✓ Cobertura</li> <li>✓ Direcionamento</li> <li>✓ Proteção de alvo</li> <li>✓ Indicativos de pressão</li> <li>✓ Tipos de Marcação</li> <li>✓ Temporização</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Amplitude</li> <li>✓ Profundidade</li> <li>✓ Compactação</li> <li>✓ Equilíbrio defensivo</li> <li>✓ Pressão</li> <li>✓ Recomposição</li> <li>✓ Posicionamento em bolas paradas</li> <li>✓ Pressão / <i>Pressing</i></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Posicionamento de corpo em diferentes situações: bolas cobertas e descobertas; cruzamentos ofensivos e defensivos; posição de expectativa para finalizações de primeira; ajuste corporal para recepção de bola; etc.</li> <li>✓ Compreender as ações que cada posição/função exige no jogo</li> </ul>



O desenvolvimento da capacidade tática no processo de formação de um atleta dentro do Coritiba Foot Ball Club, segue as seguintes etapas:

Categoria	Tática Individual	Tática de Grupo	Tática Coletiva	Regras de Ações	Modelo de Jogo
SUB 11	AP	IN	IN	IN	IN
SUB 13	AP	AP	AP	IN	AP
SUB 15	RM	RM	AP	AP	AP
SUB 17	MN	RM	RM	AP	RM
SUB 20	MN	MN	RM	RM	RM

Legenda

IN – Iniciação

AP – Aperfeiçoamento

MN – Manutenção

RM – Rendimento Máximo

4..2) Momentos do Jogo

Antes de falarmos sobre nosso modelo de jogo, precisamos conceituar os quatro momentos do jogo, que são:

- 4.2.1) Organização Defensiva - é o momento do jogo que a equipe se posiciona com o objetivo de recuperar a bola. Nesta fase procura-se de maneira organizada pressionar o adversário, impossibilitando que ele progrida no terreno do jogo, protegendo assim o espaço defensivo e a baliza. A ordem é para condicionar, direcionar e pressionar o adversário, induzindo ao erro e a retomada da posse de bola.



- 4.2.2) Organização Ofensiva - é o momento do jogo que se caracteriza pelos comportamentos organizados que nossas equipes assumem quando estão com a posse da bola, tendo como objetivo a preparação e a criação de jogadas ofensivas que resultem na marcação do gol.
- 4.2.3) Transição Defensiva - é o momento do jogo entre a ação ofensiva e a defensiva. Se caracteriza após a perda da posse de bola em ação ofensiva, e o tempo que nossas equipes levam para se reorganizarem defensivamente.
- 4.2.4) Transição Ofensiva - é o momento do jogo que se caracteriza pelos comportamentos organizados e rápidos de nossas equipes, com o objetivo de pegar nossos adversários em desorganização defensiva.

#### 4.3) Modelo de Jogo

Temos como objetivo trabalhar em nossas equipes de base um mesmo modelo de jogo, modelo este que respeita as etapas de formação, trabalhando conteúdos apropriados para cada faixa etária, mas desde cedo iniciando a formação de nossos atletas dentro de uma mesma filosofia de jogo.

##### 4.3.1) Modelo de Jogo – Organização Defensiva:

Temos como objetivo trabalhar a organização defensiva em todas as nossas categorias na seguinte forma:

- Preferencialmente marcar em bloco alto (realizar o pressing / pressão ao portador / direcionar). Não sendo possível, saber efetuar as ações em bloco médio e baixo.



(Gatilhos de pressão: passe para trás, domínio errado, passe longo, lento ou ruim, tiro de meta e lateral defensivo);

- Tirar o passe vertical / marcar pela frente;
- Fechar a faixa central do campo, induzir para o lado e pressionar o adversário;
- Coberturas bem alinhadas, diminuir o espaço efetivo de jogo;
- Defender a profundidade;
- Controlar o adversário (não fazer falta desnecessárias / ansiedade);
- Defender, atacando.

#### 4.3.2) Modelo de Jogo – Organização Ofensiva:

Temos como objetivo trabalhar a organização ofensiva em todas as nossas categorias na seguinte forma:

- Preferencialmente sair apoiado (construção curta desde o goleiro);
- Goleiro participando das ações ofensivas;
- Velocidade do jogo (Levar a consideração a condição do gramado) e velocidade do passe;
- Estimular os passes verticais;
- Controlar o jogo com a posse quando não for possível progredir;
- Criar superioridade para progredir (Terceiro homem, homem livre);





- Gerar desequilíbrios no adversário (infiltração, 1x1, tabela, ultrapassagem);
- Mudanças de corredores;
- Valorizar os confrontos 1x1 no terço final do campo e identificar o melhor momento nos demais setores,
- Preencher o espaço da área;
- Terminar / finalizar as jogadas, evitando transições do adversário;
- Atacar, marcando.

#### 4.3.3) Modelo de Jogo – Transição Defensiva:

- Tirar os passes verticais;
- Pós perda (sempre que houver igualdade ou superioridade numérica);
- Retardar e evitar a progressão;
- Direcionar as zonas de pressão para recuperar a posse;
- Recomposição do bloco / passar a linha da bola.

#### 4.3.4) Modelo de Jogo – Transição Ofensiva

- Retirar da pressão com passes verticais ou mudança rápida de corredor;
- Ser objetivo e vertical sempre que possível;
- Transitar com o maior número de atletas;



- Aproveitar a desorganização / desequilíbrio do adversário;
- Ser agressivo no ataque às linhas;
- Terminar as jogadas (finalizar em gol ou manter a posse).

### 4.3.5) Modelo de Jogo – Bola Parada Defensiva

- Ter conhecimento de todas as formas de marcação (zonal / mista / individual), mas preferencialmente utilizar as formatações zonal e mista.
- Obs: Em caso de faltas frontais (ofensivas e defensivas), cada comissão definirá sua estratégia de acordo com a necessidade da partida.

### 4.3.6) Modelo de Jogo – Bola Parada Ofensiva

- Preferencialmente criar situações de bloqueio e jogadas combinadas para desequilibrar a defesa adversária quando a mesma estiver em marcação individual ou mista.
- Preferencialmente criar combinações para desestruturar a defesa adversária quando a mesma estiver em marcação zonal ou mista. Não abdicar das cobranças diretas.



#### 4.4 Comportamento de Jogo

Os comportamentos a seguir, devem ser vistos em todas as equipes do Coritiba Foot Ball Club.

- Preferencialmente saída de bola curta;
- Atrair para jogar;
- Troca de ritmo;
- Objetividade (buscar finalizar as jogadas);
- Pressão pós-perda;
- Proteger o centro;
- Compactação em relação à bola;
- Saber reagir às situações de bolas cobertas e descobertas.

#### 4.5) Objetivos da Preparação Técnica e Tática por Categoria

##### 4.5.1) Objetivos Gerais SUB 9/11

- Atividades que estimulem a evolução do repertório motor e cognitivo;
- Ênfase na coordenação motora com e sem bola;
- Desenvolvimento dos fundamentos técnicos essenciais de relação com a bola (passe, chute, recepção, condução e drible) – ênfase em distâncias curtas;



- Aumentar o repertório motor sem preocupação excessiva com a especificidade ou modelo de jogo;
- Estimulação da ambidestria;
- Atividades em campo reduzido e com menor número de atletas (aumentar a participação individual no centro de jogo e elevar o número de contatos com a bola);
- Estimular a criatividade e conhecer as individualidades de cada atleta;
- Tática Individual e de grupo (ênfase primordial em confrontos 1x1);
- Estimular cobranças de faltas e escanteios diretos com intuito de identificar potenciais cobradores;
- Marcação individual ou mista nos escanteios para estimular o confronto individual;
- Noções básicas de ocupação espacial (entendimento dos setores, zonas e lados do campo);
- Oferecer possibilidade de conhecer diferentes posições no campo de jogo;
- Intervenções verbais com perguntas/problemas;
- Ensino das regras do jogo;
- Estímulo da competitividade, intensidade de trabalho e desenvolver espírito de coletividade;
- Nos jogos, ser competitivo e ter maior controle das principais ações do jogo que os adversários, independente do resultado final;



- Estimular a Coragem, Alegria e Entusiasmo para jogar futebol.

#### 4.5.2) Objetivos Gerais SUB 13

- Atividades que estimulem contínua evolução do repertório motor e cognitivo;
- Elevar o nível de pressão e complexidade das atividades em relação ao Sub 11;
- Ênfase na qualidade do movimento com o implemento gradativo de velocidade e tempo nas execuções;
- Aprimoramento dos fundamentos técnicos essenciais do jogo (aumento de distância e força nas execuções) e dos complementares de menor complexidade;
- Atenção especial para a ambidestria;
- Início da especificidade de ações que acontecerão no jogo relacionados ao modelo de jogo;
- Mesclar atividades em diferentes tamanhos de campo (pequeno, médio e grande);
- Estimular melhores tomadas de decisões sem limitar a criatividade e individualidade;
- Tática Individual e de grupo através de Confrontos (1xG, 1x1, 2x1, 1x2, 2x2, 3x2, 2x3, 3x3, 3x4, 4x3 e 4x4);
- Estimular cobranças de faltas e escanteios diretos com intuito de identificar potenciais cobradores;
- Marcação individual ou mista nos escanteios para estimular o confronto individual;
- Compreensão dos diferentes tipos de marcação (Individual, zona e mista);



- Compreensão tática das fases do jogo (Ofensiva, Defensiva, Transições e Bolas Paradas);
- Oferecer possibilidade de compreender e vivenciar diferentes posições no campo de jogo;
- Desenvolvimento da competitividade, intensidade de trabalho e espírito de coletividade;
- Nos jogos, ser competitivo e ter maior controle das principais ações do jogo que os adversários independente do resultado final.

#### 4.5.3) Objetivos Gerais SUB 15

- Atividades que estimulem contínua evolução do repertório motor e cognitivo;
- Elevar o nível de pressão e complexidade das atividades em relação ao Sub 13;
- Ênfase na qualidade e velocidade do movimento;
- Refinamento dos fundamentos técnicos essenciais, desenvolvimento dos complementares e início do trabalho de especialização por posição;
- Atenção especial para a ambidestria;
- Estimular melhores tomadas de decisões de acordo com as regras de ações de cada posição;
- Mesclar atividades em diferentes tamanhos de campo (pequeno, médio e grande);
- Capaz de compreender as fases do jogo e se adaptar ao modelo de jogo e estratégias do professor;



- Versatilidade para alterar a qualquer momento da partida o sistema tático de jogo;
- Preocupação inicial com jogadas ensaiadas de bolas paradas;
- Início da especialização por posição (mas, possibilitando ao atleta jogar em pelo menos duas posições);
- Evolução da competitividade, intensidade de trabalho, espírito de coletividade.
- Nos jogos, ser competitivo e ter maior controle das principais ações do jogo que os adversários, independente do resultado final.

#### 4.5.4) Objetivos Gerais SUB 17

- Elevar o nível de pressão e complexidade das atividades em relação ao Sub 15;
- Ênfase na eficiência e eficácia das ações, mesmo sob pressão;
- Desenvolvimento técnico e tático a partir do modelo de jogo;
- Execução segura dos fundamentos técnicos essenciais, aperfeiçoamento dos complementares e ênfase no trabalho de especialização por posição;
- Ambidestria deve ser algo comum;
- Ênfase nas regras de ação de cada posição;
- Capacidade de executar com fluidez mais de uma posição (Versatilidade);
- Atividades que envolvam jogos, mais voltadas para dimensões maiores e com conceitos de jogo bem definidos;



- Estimular melhores tomadas de decisões de acordo com as regras de ações de cada posição;
- Compreensão aprofundada das fases do jogo e capacidade de se adaptar ao modelo de jogo e estratégias do professor, sem perder a autonomia de jogar;
- Manutenção da competitividade, intensidade de trabalho e espírito de coletividade;
- Nos jogos, os atletas devem ser competitivos, controlar as emoções e ter inteligência para utilizar estratégias em busca do resultado final favorável.

#### 4.5.5) Objetivos Gerais SUB 20

- Elevar o nível de pressão e complexidade das atividades em relação ao Sub 17;
- Treinamento técnico e tático voltado ao modelo de jogo e às especificidades de cada posição;
- Especialização técnica do atleta ao máximo que ele pode render;
- Maior utilização de campo grande nos treinamentos;
- Ter segurança para jogar e se adaptar a diferentes sistemas, estratégias e modelos de jogo;
- Compreensão aprofundada e segura das regras de ações de sua posição, assim como das fases do jogo;
- Autonomia para jogar;
- Manutenção da competitividade, intensidade de trabalho e espírito de coletividade;
- Nos jogos, exigir sempre a melhor performance individual e coletiva.





## 5. METODOLOGIA DE TREINAMENTO FÍSICO

O trabalho da preparação física no Coritiba Foot Ball Club tem o quadro abaixo como referência no desenvolvimento de suas atividades.

Categoria	Valências Físicas										
	Coordenação	Propiocepção	Core	Padrões de Movimento	Resistência Aeróbica	Resistência Anaeróbica	Força	Velocidade	Agilidade	Flexibilidade	Potência
SUB 11	+++++	+++++	+++++	+++++	++	+	++	+++	++++	++++	+
SUB 13	+++++	+++++	+++++	+++++	+++	++	+++	++++	+++++	+++++	++
SUB 15	++++	++++	+++	+++++	++++	+++	++++	+++++	++++	+++	++++
SUB 17	+++	++	+++	++	++++	+++++	+++++	+++++	++++	++	+++++
SUB 20	++	+	+++	++	++	+++++	+++++	+++++	++++	+	+++++

Legenda:

+ é o nível de importância da valência física na categoria.

### 5.1) Categoria SUB 11

- Iniciar com movimentos de menor para maior complexidade
- Realizar exercícios coordenativos, proprioceptivos, mobilidades e flexibilidade (explicar sempre o objetivo fazendo o atleta construir a ideia do trabalho junto com o profissional)
- Iniciar com pranchas isométricas de menor complexidade e com tempo baixo de isometria (foco no entendimento das reações corporais)

Objetivo final: foco na qualidade de movimentos para ascender ao sub-13



### 5.2) Categoria SUB 13

- Utilizar em todas as sessões o aquecimento em formato de circuito aumentando a complexidade dos exercícios ao longo do período de desenvolvimento.
- Evolução dos padrões de movimentos do mais simples (SUB 11) para mais complexos.
- Conhecimento corporal (entender o que está acontecendo com o corpo, o que cada parte é responsável) exercícios de core, proprioceptivos, mobilidades, coordenativos e flexibilidade; inserir bosu, disco de propriocepção e pranchas de equilíbrio.
- Iniciar a vivência em uma sala de musculação (ensinar o funcionamento de cada aparelho, que musculatura trabalha e qual o objetivo dos exercícios); não utilizar carga externa, apenas peso do corpo.
- Introdução a exercícios puros: velocidade 1, potência 1, resistências 1 aeróbia/anaeróbia (duas a três vezes na semana).
- 2º ano da categoria inserir exercícios com um grau de dificuldade maior (peso livre) , construir o pensamento em conjunto com o atleta.
- Frequência 1x na semana.

Objetivo final: refino dos padrões de movimento e conhecimento básico da sala de musculação.

### 5.3) Categoria SUB 15

- Individualização das cargas da musculação, sendo 1º ano da categoria (carga direcionada) e exercícios basicamente nas máquinas; 2º ano da categoria (carga individualizada através de fórmula predefinida) e exercícios com ênfase em pesos livres, cadeia cinética fechada e funcionais.
- Frequência da musculação 2x na semana.
- Atuar de forma direta na correção dos movimentos para que o atleta entenda a importância e o porquê de tal trabalho.
- Manter a realização de trabalhos coordenativos, de mobilidade, flexibilidade e fortalecimento de core, estes em conjunto com a parte específica física.
- Introdução a exercícios puros: velocidade 2, potência 2, resistências 2 aeróbia/anaeróbia (duas a três vezes na semana).
- Atuar de forma direta na correção dos movimentos para que o atleta entenda a importância e o porquê de tal trabalho.
- Iniciar a suplementação de atletas os quais sejam observadas a necessidade de utilizar (especialmente 2º ano de categoria).



- Atenção com as individualidades. Respeitar momentos maturacionais.

Objetivo final: Padrão ouro de movimento e melhora nas avaliações físicas.

#### 5.4) Categoria SUB 17

- A Musculação terá a individualização das cargas através de fórmula predefinida, duas vezes na semana treinos gerais e duas vezes na semana treinos com características de ganho de massa (atletas predefinidos), ênfase em exercícios funcionais, pesos livres e cadeia cinética fechada.
- Complementos de trabalhos na fisioterapia, duas vezes na semana (atletas direcionados), mobilidades, estabilidades e flexibilidade.
- Introdução a exercícios puros: velocidade 3, potência 3, resistências 3 aeróbia/anaeróbia (três a quatro vezes na semana).
- Atuar fortemente na correção do padrão de movimento (atletas novos).
- Complementos físicos específicos para atletas em déficit físico em relação ao grupo.
- Manter e iniciar suplementação para atletas específicos.

Objetivo final: Melhora da performance nas valências avaliadas.

#### 5.5) Categoria SUB 20

- A Musculação terá a individualização das cargas através de fórmula predefinida, duas a três vezes na semana treinos gerais e três vezes na semana treinos com características de ganho de massa (atletas predefinidos), ênfase em exercícios funcionais, pesos livres e cadeia cinética fechada.
- Complementos de trabalhos na fisioterapia, duas a três vezes na semana (atletas direcionados), mobilidades, estabilidades e flexibilidade.
- Introdução a exercícios puros: velocidade 3, potência 3, resistências 3 aeróbia/anaeróbia (três a quatro vezes na semana).
- Atuar fortemente na correção do padrão de movimento (atletas novos).
- Manter e iniciar suplementação para atletas específicos.
- Complementos físicos específicos para atletas em déficit físico em relação ao grupo.

Objetivo final: Melhora da performance nas valências avaliadas.



## 6. METODOLOGIA DE TREINAMENTO DOS GOLEIROS

### O PROCESSO DE FORMAÇÃO DE GOLEIROS

- I. A inserção de jovens goleiros no processo de formação é realizada de acordo com as características da faixa etária em que estes se encontram. O treinamento será realizado de acordo com as demandas motoras e cognitivas adequadas para a categoria, com o objetivo de potencializar o desenvolvimento do atleta.
- II. Ao longo do processo de formação, os goleiros passam por diferentes etapas de desenvolvimento tático, técnico e também de maturação física e mental, principalmente entre as idades de 10 a 17 anos, o que pode vir a causar variações na performance do atleta em algum momento. Segundo NAVARRO, recomenda-se um período de 6 a 10 anos de treinamento para que um jovem atleta alcance o alto rendimento.
- III. A formação a longo prazo consiste na aplicação de um método de treinamento continuado que respeite as particularidades de cada fase de desenvolvimento, proporcionando, assim, uma evolução contínua dos atletas.



## FASES DE DESENVOLVIMENTO

Respeitando este processo de crescimento e desenvolvimento, estipulamos que nosso trabalho segue as seguintes etapas de treinamento:





## CONTEÚDOS DESENVOLVIDOS AO LONGO DO PROCESSO DE FORMAÇÃO

Tático	Técnico	Físico	Emocional
Funções	Ações	Capacidades	Aptidões
Organização defensiva	Defesa da meta	Coordenação	Concentração
Organização ofensiva	GK x 1	Equilíbrio	Atenção
Transições	Saída de gol	Força	Velocidade de processamento de informação
Bolas paradas defensivas	Cobertura defensiva	Velocidade de ação	Autoconfiança
Proteção da meta	Reposição	Velocidade de reação	Controle emocional
Proteção do espaço aéreo	Jogo com os pés	Flexibilidade	Resiliência
Cobertura defensiva		Agilidade	
Pênalti		Resistência anaeróbia	
Construção ofensiva		Resistência aeróbia	



### 6.1) Conteúdo Tático

O treinamento tático é dividido em tática individual, na qual o goleiro recebe orientações quanto às possíveis maneiras de realizar suas intervenções dentro das funções de **PROTEÇÃO DA META, PROTEÇÃO DO ESPAÇO AÉREO, COBERTURA DEFENSIVA, CONSTRUÇÃO OFENSIVA E PÊNALTI**; e tática coletiva, quando o goleiro está inserido nos treinamentos da equipe e recebe orientações quanto às funções coletivas nos momentos de **ORGANIZAÇÃO DEFENSIVA, OFENSIVA, TRANSIÇÕES E BOLAS PARADAS**.

No treinamento individual desenvolvemos as referências básicas para que o goleiro possa se familiarizar com as funções que irá realizar dentro do modelo de jogo. O treinamento coletivo serve como potencializador do treino individual e orientador das funções coletivas, para que o goleiro entenda suas atribuições dentro do modelo de jogo e possa treiná-las o mais próximo possível das situações reais do jogo.

Treinamento Tático	
Tática Individual	Tática Coletiva
Proteção da meta (TI)	Organização defensiva (TC)
Proteção do espaço aéreo (TI)	Organização ofensiva (TC)
Cobertura defensiva (TI)	Transições (TC e TI)
Pênalti (TI)	Bolas paradas defensivas (TC)
Construção ofensiva (TI e TC)	



Tática Individual (TI)		Tática Coletiva (TC)	
Funções	Frequencia	Funções	Frequencia
Proteção da meta (TI)	2 a 3 vezes por semana	Organização defensiva (TC)	2 a 5 vezes por semana
Proteção do espaço aéreo (TI)	2 a 3 vezes por semana	Organização ofensiva (TC)	2 a 5 vezes por semana
Cobertura defensiva (TI)	1 a 2 vezes por semana	Transições (TC e TI)	2 a 3 vezes por semana
Pênalti (TI)	1 a 2 vezes por semana	Bolas paradas defensivas (TC)	1 a 2 vezes por semana
Construção ofensiva (TI e TC)	1 a 2 vezes por semana		

## 6.2) Conteúdo Técnico

O treinamento técnico pode ser realizado em conjunto com as capacidades físicas e funções táticas individuais e coletivas. Os exercícios buscam proporcionar situações próximas ao jogo, nas quais ocorra um grande número de repetições, objetivando o desenvolvimento de determinados fundamentos.

Buscamos desenvolver e refinar todos os fundamentos básicos e complexos das ações de **DEFESA DA META, GK x 1, SAÍDA DE GOL, COBERTURA DEFENSIVA, JOGO COM OS PÉS E REPOSIÇÃO.**

Os treinos acontecem em ambiente dinâmico com ações de alta intensidade e sequências coerentes com as situações do jogo, podendo variar o volume, a intensidade e a densidade do treinamento de acordo com as capacidades físicas ou funções táticas que se busca trabalhar em conjunto com a técnica.





Treinamento Técnico	
Defesa da meta	Cobertura defensiva I e L
Posição base, pegada, encaixe, entrada, entrada com quique, saltos laterais B/M/A, mão trocada e direcionamentos	Base para confrontos, espacato, cabeceio, domínio, bate pronto e ambidestria
GK x 1	Reposição
Base para confrontos, técnicas de deslocamento e espacato	Tiro de meta C/M/L, mão C/M/L, voleio M/L e ambidestria
Saída de gol	Jogo com os pés
Técnicas de deslocamento, abordagens à bola, ajuste de pegada, soco duplo, soco unilateral e direcionamentos	Domínio, passe C/M/L, condução, drible e ambidestria

Ações e Frequência do Treinamento Técnico			
AÇÕES	FREQUÊNCIA	AÇÕES	FREQUÊNCIA
Defesa meta	2 a 3 vezes por semana	Cobertura defensiva	1 a 2 vezes por semana
GK x 1	2 a 3 vezes por semana	Reposição	2 a 3 vezes por semana
Saída de gol	1 a 2 vezes por semana	Jogo com os pés	2 a 3 vezes por semana



### 6.3) Conteúdo Físico

O treinamento físico pode ser aplicado no campo ou na academia, com o objetivo de desenvolver as capacidades físicas essenciais para que o goleiro possa realizar suas funções e ações nos jogos com eficácia.

O treino de **COORDENAÇÃO** é realizado juntamente com os treinos técnicos, no qual buscamos desenvolver uma coordenação específica para as ações técnicas realizadas nos jogos.

O **EQUILÍBRIO** é desenvolvido nos treinamentos de CORE e propriocepção, podendo ser aplicados no campo ou na academia.

No treino de **FORÇA**, quando realizado na academia, buscamos elaborar exercícios com o maior grau de transferência para as ações realizadas pelo goleiro no campo. Também desenvolvemos a força no treinamento de campo, em conjunto com as funções táticas e ações técnicas, podendo utilizar também, equipamentos para gerar sobrecarga.

A **VELOCIDADE DE AÇÃO** é realizada juntamente com a **AGILIDADE**, quando o atleta realiza mudanças de direção em velocidade para executar uma ação técnica.

Para a **VELOCIDADE DE REAÇÃO** elaboramos um ambiente imprevisível, no qual o atleta recebe o estímulo cognitivo e precisa tomar uma rápida decisão Tática/Técnica para solucionar o problema.

A **FLEXIBILIDADE** é trabalhada no momento inicial das atividades no campo, por meio de alongamentos passivos ou ativos.

O desenvolvimento das resistências **ANAERÓBIA E AERÓBIA** é realizado em conjunto com os treinos Táticos/Técnicos, sendo regulados pelo volume, intensidade e densidade do treinamento. Em casos de retorno de lesão, é realizado um treinamento isolado para o desenvolvimento destas capacidades por meio de corridas em campo ou esteira.



Treinamento Físico	
Coordenação	Flexibilidade
Equilíbrio	Agilidade
Força	Resistência Anaeróbia
Velocidade de Ação	Resistência Aeróbia
Velocidade de Reação	

Capacidades Trabalhadas e Frequência do Treinamento Físico			
CAPACIDADES	FREQUÊNCIA	CAPACIDADES	FREQUÊNCIA
Coordenação	2 a 3 vezes por semana	Flexibilidade	1 a 2 vezes por semana
Equilíbrio	2 a 3 vezes por semana	Agilidade	1 a 2 vezes por semana
Força	2 a 3 vezes por semana	Resistência Anaeróbia	2 a 3 vezes por semana
Velocidade de Ação	2 a 3 vezes por semana	Resistência Aeróbia	2 a 3 vezes por semana
Velocidade de Reação	2 a 3 vezes por semana		

#### 6.4) Conteúdo Emocional

O treinamento Emocional está presente em todas as sessões de treinamento e principalmente nos jogos, nos quais as exigências psicoemocionais podem atingir níveis máximos. Podemos dizer que o bom desempenho do goleiro é determinado por suas aptidões psicoemocionais. Desta forma, o estado mental pode exercer grande influência em suas funções táticas, ações técnicas e capacidades físicas, o que, por sua vez, pode levar a uma boa ou má performance nos treinos e jogos.

A mente pode ser um aliado ou um inimigo. Por isso, é extremamente importante buscarmos o desenvolvimento das aptidões **CONCENTRAÇÃO, ATENÇÃO, VELOCIDADE NO PROCESSAMENTO DE INFORMAÇÃO, CRIATIVIDADE, AUTOCONFIANÇA, CONTROLE**



**EMOCIONAL E RESILIÊNCIA** dos goleiros em todas as sessões de treinamento, juntamente com o auxílio de profissionais da psicologia do esporte.

Capacidades Emocional	
Concentração	Criatividade
Atenção	Autoconfiança
Velocidade de processamento da informação	Controle emocional
	Resiliência

Aptidões e Frequência do Treinamento Emocional			
Aptidões	Frequência	Aptidões	Frequência
Concentração	Todas a sessões de treinamento	Criatividade	Todas as sessões de treinamento
Atenção	Todas as sessões de treinamento	Autoconfiança	Todas as sessões de treinamento
Velocidade de processamento da informação	Todas as sessões de treinamento	Controle emocional	Todas as sessões de treinamento
		Resiliência	Todas as sessões de treinamento



## 7. PERFIL DE ATLETA

É de senso comum que melhores atletas contribuirão para a construção de melhores equipes, por isso o início de um processo de formação de atletas de alto rendimento depende de alguns cuidados desde o processo de captação, monitoramento e iniciação de possíveis talentos para a prática do futebol.

Por isso, o Coritiba Foot Ball Club está remodelando a área de Análise, que passará a ter dois setores dentro desta pasta. A Análise de Mercado e a Análise de Desempenho. A Análise de Mercado terá como objetivo monitorar de forma inteligente e agressiva as principais competições regionais e interestaduais, de preferência categorias menores, buscando antecipar a captação de potenciais talentos dentro do perfil estipulado pelo clube como segue abaixo:

### 7.1) Perfil para Atleta de Linha

- Perfil Técnico - O clube procura identificar atletas que possuam uma boa relação com a bola e que saibam proteger bem a posse dela. A avaliação também deve observar os fundamentos básicos no contexto do jogo conforme as especificidades das posições. Essa avaliação termina com a observação da recepção e o ajuste do corpo que são importantes para que as jogadas tenham continuidade e com a finalização, que é um importante indicador de rendimento e êxito no Futebol.
- Perfil Físico - Aqui o clube procura identificar atletas que possuam um biótipo adequado a posição, que tenham boa coordenação motora, agilidade em campo, velocidade, resistência de velocidade e força explosiva (Potência).
- Perfil Tático - Certamente os princípios táticos são indicadores fundamentais que permitem observar se os atletas são dinâmicos dentro de campo, se são fortes no 1x1 ofensivo e no 1x1 defensivo e conseguem ter uma visão sistêmica dos conceitos e



princípios de jogo, fazer uma leitura do jogo e solucionar de maneira rápida e organizada o equilíbrio do jogo consequentemente alcançar mais facilmente o gol.

- Perfil Emocional -A dimensão emocional observa os aspectos associados ao comportamento e estado emocional do atleta como ter uma mentalidade vencedora, ser solidário e saber trabalhar em equipe, ser dedicado, criativo, comunicativo, persistente, dedicado, equilibrado, resiliente e competitivo.

### 7.2) Perfil para Goleiro

- Perfil Técnico - O clube procura identificar atletas com bom refino nos fundamentos técnicos de defesa da meta, GK x 1, saída de gol, reposição e jogo com os pés. Os fundamentos de defesa da meta, saída de gol e jogo com os pés, apresentam um grau de importância maior na prospecção de uma possível captação, pois são ações consideradas básicas.
- Perfil Físico – Atleta com estatura final de no mínimo 1,88 metros e com bom nível de potência. Boa capacidade de coordenação motora nos momentos de execução dos gestos técnicos.
- Perfil Tático – Atleta com bom entendimento dos comportamentos coletivos da equipe. Entendimento dos diferentes momentos do jogo e suas principais funções nos momentos de organização defensiva, ofensiva e transições defesa ataque e ataque defesa. Capacidade de adaptação a diferentes ideias de jogo.
- Perfil Emocional –Boa capacidade de percepção, análise e tomada de decisão diante das diferentes situações do jogo. Resiliência, autocontrole e comunicação clara com os demais companheiros.



## 8) PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DO SETOR DE FISILOGIA

As ações do setor de fisiologia das categorias de base do Coritiba Foot Ball Club se baseiam em dois pilares principais: o monitoramento da carga de treinamento e recuperação diariamente em treinos e jogos e a realização de testes físicos periódicos com o objetivo de identificar o perfil físico de cada atleta, monitorar os efeitos do treinamento, identificar alterações na composição corporal e, dependendo do resultado, traçar alguma estratégia visando solucionar o problema. A seguir serão descritos quais os controles utilizados para o monitoramento da carga de treinamento e recuperação.

SETOR DE FISILOGIA DO EXERCÍCIO	
ESCALA DE ESFORÇO PERCEBIDO	
0	REPOUSO
1	MUITO, MUITO FÁCIL
2	FÁCIL
3	MODERADO
4	UM POUCO DIFÍCIL
5	DIFÍCIL
6	-
7	MUITO DIFÍCIL
8	-
9	-
10	MÁXIMO

Figura 1- Escala de percepção subjetiva de esforço proposta por Foster (2001).

### 8.1) Carga de Treinamento

A carga de treinamento pode ser externa ou interna. A carga externa se refere ao que é executado do ponto de vista mecânico, como distância percorrida e número de estímulos em alta intensidade por exemplo. A carga interna se refere a como o atleta responde aos estímulos externos de treinamento. A frequência cardíaca (FC) e a percepção subjetiva de esforço (PSE) são exemplos de monitoramentos de carga interna de treinamento.



### ➤ Carga Interna

A carga interna de treinamento é medida através do produto da carga externa (tempo em minutos) e da carga interna (PSE). Durante cada dia de treinamento e jogos, é monitorado o tempo de duração da sessão de treino e ao final desta é disparada uma mensagem via aplicativo contendo um link com a escala de esforço percebido proposta por Foster em 2001 (Figura 1). Os atletas devem responder um número, que de acordo com a escala, corresponda a intensidade (física/orgânica) exigida no treino.

### ➤ Carga externa

A carga externa é monitorada através da distância total em treinos e jogos e estímulos em alta intensidade em jogos. As medidas são feitas por um equipamento GPS. A figura 2 ilustra um relatório de jogo no qual é utilizada a carga externa.

Ao longo de 7 dias, tem-se a carga semanal (soma das cargas de treino de 7 dias), e ao longo de um mês a carga mensal, as quais são reportadas periodicamente (diário, semanal e mensal) em forma de relatórios (figura 3) para as comissões técnicas.



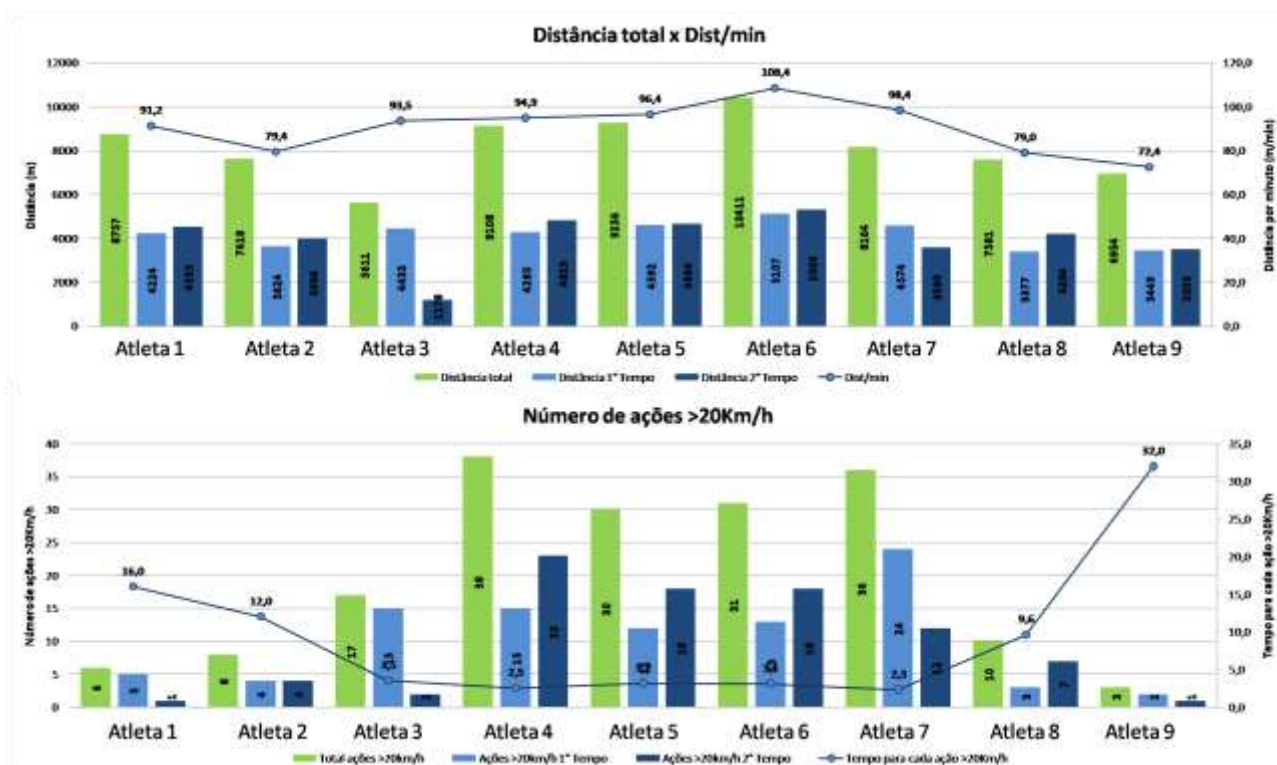


Figura 2- Ilustração do monitoramento de carga externa.

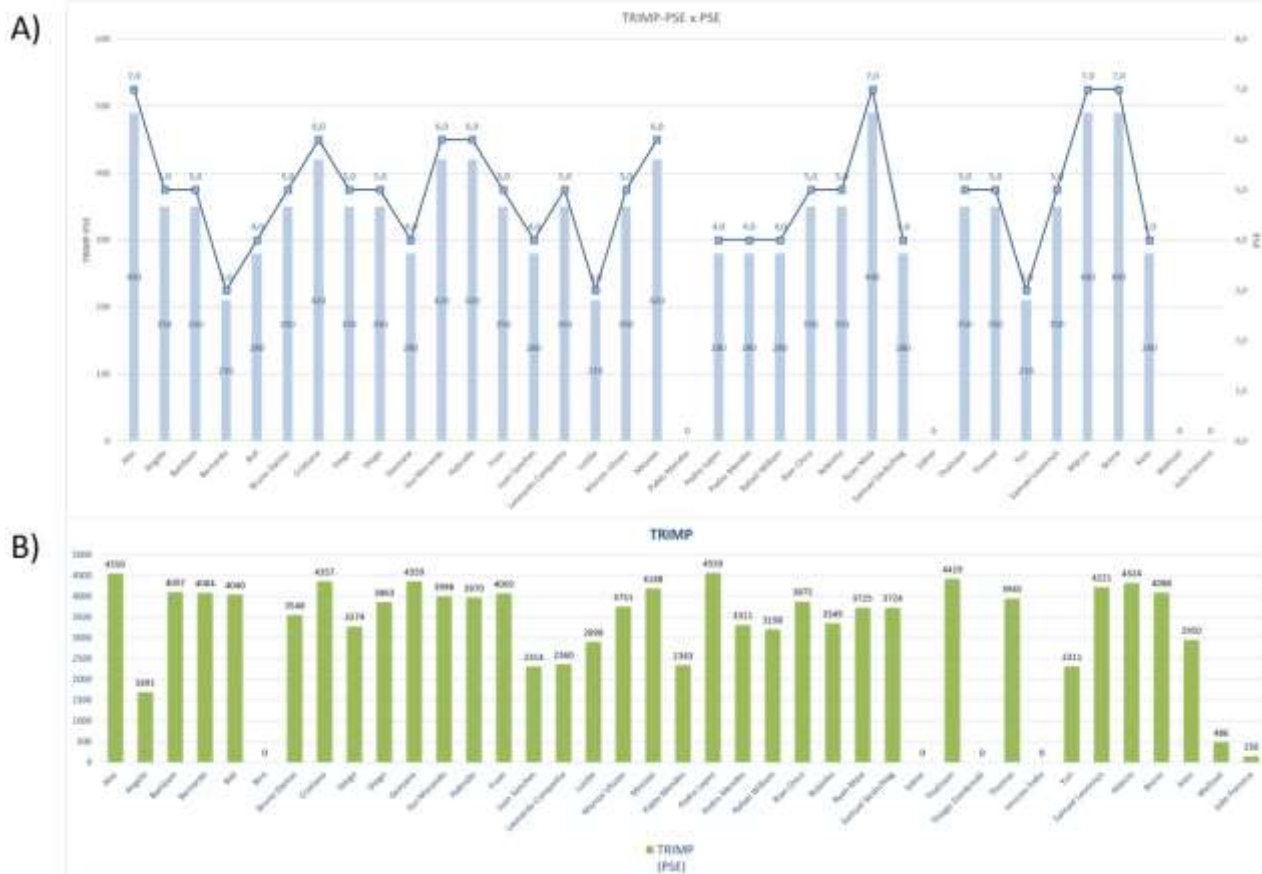


Figura 3 - Relatório gráfico diário (A) e semanal/mensal (B).



### 8.2) Recuperação

Um dos fatores importantes, mesmo nas categorias de base, é o monitoramento da recuperação e bem-estar. O setor de fisiologia antes de cada treino e jogo dispara via aplicativo de celular um link contendo as escalas de percepção de qualidade de sono, estresse mental, recuperação e dor (ambas apresentadas na figura 4). Em torno de 40 minutos antes do treino a comissão técnica recebe um relatório (figura 5a e 5b) com a recuperação dos atletas, o que lhes dá subsídio para a tomada de decisão quanto à participação de determinado atleta no treino ou sobre a modificação de algum componente do treinamento.



**Qualidade do SONO \***

Péssimo

Ruim

Bom

Ótimo

Excelente

**Estresse MENTAL \***

Extremamente Estressado

Moderadamente Estressado

Estressado

Pouco Estressado

Nada Estressado

**VISTA FRONTAL      VISTA COSTAS**

**LOCAL DA DOR \***

Ausência de Dor

Cabeça

Pescoço

Ombro Direito

Ombro Esquerdo

Bíceps Direito

Bíceps Esquerdo

...

Figura 4 – Escalas que compõem o controle de bem-estar (sono, estresse mental, recuperação e dor).

# CORITIBA FOOT BALL CLUB



Relatório de Bem Estar  
CEECOR CATGEORIAS DE BASE  
Setor Fisiologia do Exercício  
Prof. Ms. Juan Conde

DATA  
29/09/2020  
CATEGORIA  
Sub 20

Nome Completo	Qualidade do SONO	Estresse MENTAL	NIVEL de RECUPERAÇÃO	NIVEL de DOR MUSCULAR	LOCAL DA DOR
Alec Wesley Gama de Oliveira	Péssimo	Pouco Estressado	8		
Angelo Samuel Chaves	Excelente	Nada Estressado	8		
Bernardo Marcos Lemes	Excelente	Estressado	10	2	Coluna Lombar
Breno Augusto Azevedo Bora	Bom	Pouco Estressado	8		
Bruno Gabriel de Souza Dantas	Bom	Nada Estressado	9		
Christian Kendji	Bom	Nada Estressado	8	2	Glúteo Direito, Glúteo Esquerdo
Cristiano Robert do Amaral	Ótimo	Pouco Estressado	8		
Diego Santos Monteiro	Ruim	Estressado	7	2	Panturrilha Direita
Diogo Batista de Souza	Ótimo	Nada Estressado	8		
Geovane Santana Meurer	Ótimo	Pouco Estressado	8		
Guilherme Cardoso Morando	Bom	Pouco Estressado	8	1	Isquiotibiais Direito, Isquiotibiais Esquerdo
Habrão Lincon do Nascimento S.	Ótimo	Nada Estressado	9		
Igor Emiliano Ferreira Costa	Ótimo	Pouco Estressado	8	2	Adutor Direito, Pé direito
Iruan Lima Soares	Ótimo	Nada Estressado	9		
João Vitor Moreira dos Santos	Excelente	Pouco Estressado	5		
Juan David Martinez Sanches	Bom	Extremamente Estressado	8		
Leonardo Campanha da Silva	Ótimo	Nada Estressado	8		
Luis Gabriel de Oliveira Fonseca	Ótimo	Nada Estressado	10		
Luis Guilherme Vieira da Silva	Bom	Estressado	8	1	Panturrilha Esquerda
Marcio Gleyson Leite da Silva	Ruim	Pouco Estressado	8	2	
Marcos Ulisses de Souza Santos	Bom	Nada Estressado	8		
Messias Eduardo Teixeira Felix	Bom	Nada Estressado	9		
Pedro Anhur Lopes de Jesus	Ótimo	Nada Estressado	10		
Pedro Henrique Mendes Moreira	Ótimo	Pouco Estressado	9		
Rafael William Dias Pinheiro	Bom	Nada Estressado	9		
Rian Francisco dos Anjos	Ótimo	Pouco Estressado	7		
Ryan Ferreira Maia	Ótimo	Pouco Estressado	8	1	Ombro Esquerdo
Samuel Lourenço dos Santos	Péssimo	Nada Estressado	9		
Samuel Siedschlag	Ótimo	Nada Estressado	9		
Thalisson Moreira	Ruim	Estressado	8		
Thomáz Costa	Bom	Pouco Estressado	8	1	Adutor Esquerdo
Yuri Ferreira Moço	Bom	Estressado	9		

Figura 5a - Relatório de bem-estar individual antes dos treinamentos e jogos.

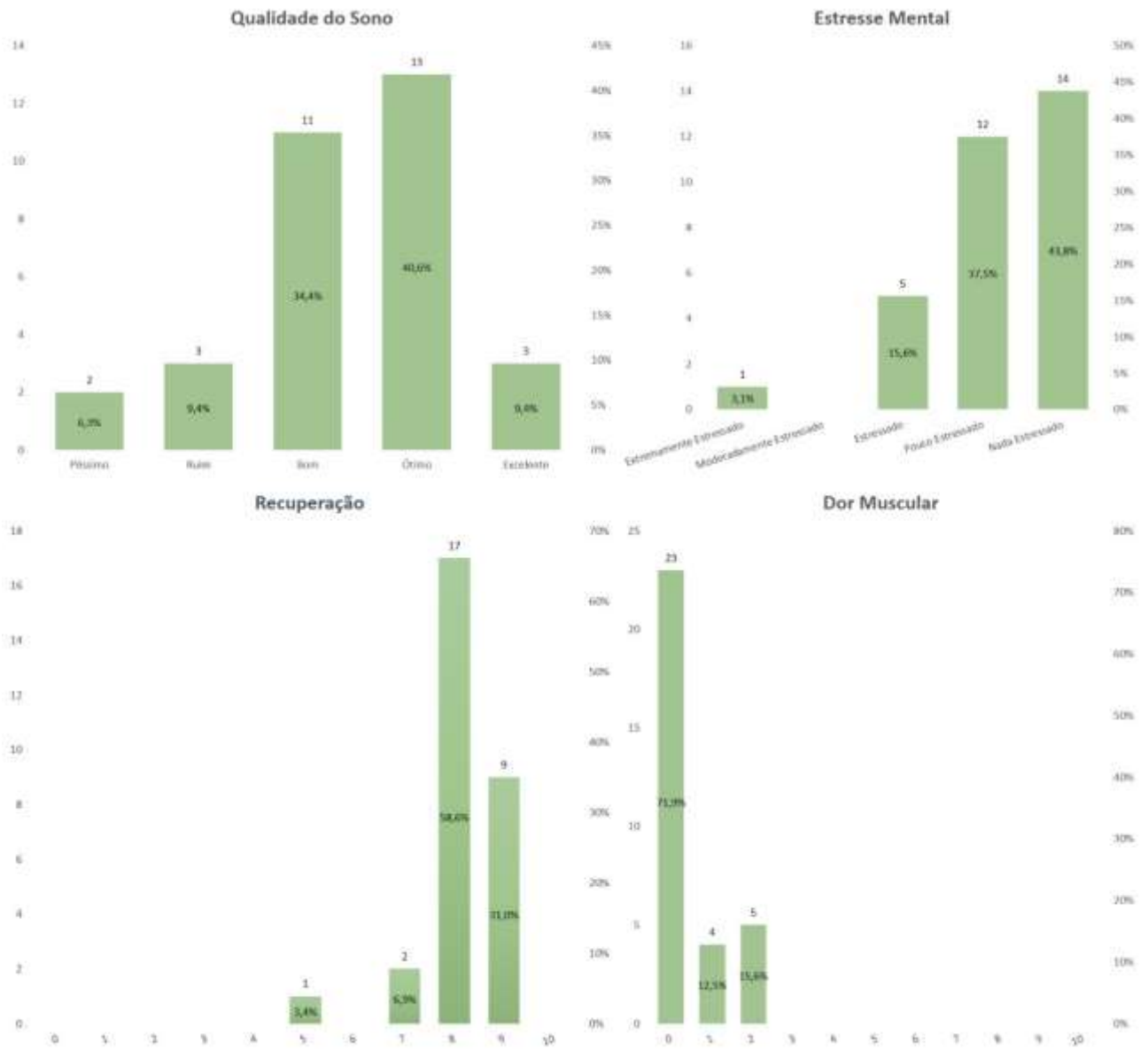


Figura 5b - Relatório de bem-estar geral antes dos treinamentos e jogos.

### 8.3) Testes Físicos

Os testes físicos realizados são salto vertical como indicador de potência de membros inferiores, tempo de sprint de 10 e 30 metros como medida de velocidade, *Yo-Yo Intermittent Recovery Test* nível 2 como uma medida de resistência aeróbia e a composição corporal (estatura, massa corporal, massa magra e percentual de gordura). Os testes são realizados em torno de três vezes ao ano, sendo no início e final da pré-temporada e em agosto a outubro, dependendo do calendário de jogos e disponibilidade.



Figura 6 - Fisiologista conduzindo teste de resistência aeróbia.



CORITIBA FOOT BALL CLUB  
Setor de Fisiologia do Exercício - Prof. Ms. Juan Conde  
Composição Corporal

n	Atleta	Posição	Estatura			Peso			%G			Peso gordura			Peso magro		
			Anterior	Atual	Dif.	Anterior	Atual	Dif.	Anterior	Atual	Dif.	Anterior	Atual	Dif.	Anterior	Atual	Dif.
1	Atleta 1	Atacante	165.4	165.4	0.0	54.4	54.8	0.4	9.8	9.8	0.2	5.2	5.4	0.1	49.2	49.4	0.2
2	Atleta 2	Volante	173.4	173.5	0.1	73.1	73.1	0.0	12.9	13.2	0.4	9.4	9.5	0.3	63.7	63.5	-0.3
3	Atleta 3	Volante	165.2	165.5	0.3	75.5	74.8	-0.8	11.1	10.4	-0.7	8.4	7.8	-0.6	67.2	67.0	-0.2
4	Atleta 4	Zapueiro	177.5	177.5	0.0	71.8	71.3	-0.5	11.3	12.3	1.0	8.1	8.8	0.7	63.7	62.5	-1.2

Classificação	
Excelente	Abaixo de 10.5%
Bom	De 10.5% e 11.9%
Regular	Acima de 12%

Figura 7 - Relatório de composição corporal.

## 7) PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DO SETOR DE FISIOTERAPIA

A Fisioterapia é uma área integrante do Departamento e conta com um profissional responsável para atender as categorias Sub 11, Sub 13, Sub 15, Sub 17 e Sub 20, atuando tanto na prevenção como na recuperação de atletas lesionados, inclusive em viagens durante as competições, quando solicitado pela coordenação da base.

Dentro de sua metodologia, o setor de Fisioterapia no Coritiba tem como principal função identificar fatores de riscos visando assim, diminuir o índice de lesões nos atletas. Nos casos decorrentes, busca a reabilitação seguindo técnicas e métodos terapêuticos específicos, restabelecendo a volta do atleta no menor espaço de tempo possível, sempre protegendo a sua integridade física.

O Fisioterapeuta trabalha em conjunto com a equipe médica, e com autonomia plena, para avaliar, programar e executar a reabilitação do atleta, proporcionando assim um melhor prognóstico e corrigindo as possíveis deficiências encontradas no sistema músculo esquelético.

Após o médico realizar o exame clínico, diagnosticar e prescrever a conduta, o fisioterapeuta realizará a avaliação disfuncional, programando e executando o





protocolo de reabilitação, ajustando diariamente ou semanalmente o programa de /acordo com a evolução da patologia.

**Horário de Funcionamento:**

CATEGORIAS	HORÁRIOS DE ATENDIMENTO	
	MANHÃ	TARDE
SUB 20	08:00h às 12:00h	14:30h às 15:30h
SUB 17	08:00h às 12:00h	13:00h às 14:30h
SUB 15	-	15:30h às 16:30h
SUB 13	-	16:30h às 17:30h
SUB 11	-	16:30h às 17:30h

- a) O Fisioterapeuta deverá respeitar os horários dispostos acima, de forma a manter sua agenda, garantindo o atendimento de todas as categorias de forma igualitária.
- b) A agenda de atendimentos deverá ser organizada pelo fisioterapeuta no início de cada dia para que o cronograma diário de atendimentos seja enviado nos grupos de whatsapp das comissões de cada categoria.
- c) Da mesma forma, ao final de cada dia, o fisioterapeuta deverá enviar o relatório de trabalho do dia contendo as fases de atendimento (Anexo 1) por whatsapp, nos grupos das comissões de cada categoria.
- d) Os atletas deverão comparecer no seu respectivo horário de atendimento, devidamente uniformizado (camisa, calção e meião).
- e) O atleta deverá ir sozinho, sem acompanhantes, durante o período de tratamento.
- f) O fisioterapeuta deverá preencher diariamente a ficha de controle de carga diária (Anexo 3), utilizando as escalas citadas no Anexo 4, do início ao final do tratamento, bem como o prontuário fisioterápico do atleta e no Matchday.



Observação: Atletas da categoria Sub 17 e Sub 20 deverão realizar dois períodos de trabalhos fisioterápicos enquanto durar o tratamento, agilizando assim a recuperação.

### 7.1) Avaliações Pré Temporada

- a) O fisioterapeuta realizará as avaliações pré-temporada, conforme consta no Caderno Metodológico da Fisioterapia, no início de cada ano, respeitando a hierarquia das categorias, de maneira a iniciar com a categoria Sub 20 e finalizar com a categoria Sub 11.
- b) Para isso, o supervisor da categoria deverá dividir os atletas em 4 subgrupos informando ao fisioterapeuta quais atletas pertencem a cada grupo; estes realizarão as avaliações seguindo o comando do fisioterapeuta.
- c) O fisioterapeuta ficará responsável por delimitar a entrada dos atletas durante a avaliação contando com o auxílio do supervisor para realizar este controle de entrada e saída. Este procedimento visa maior organização para avaliar os atletas.
- d) Ao final da avaliação, o fisioterapeuta deverá enviar por whatsapp ao grupo da comissão técnica os resultados das avaliações, bem como elaborar o programa de intervenções (Anexo 1) que serão realizadas com cada atleta, orientando, se necessário, trabalhos específicos aos atletas que necessitem dos mesmos.
- e) O fisioterapeuta deverá inserir todas as informações dos testes que foram realizados com cada atleta no matchday.

Observações: O fisioterapeuta deverá realizar a avaliação postural com as categorias Sub 11 e Sub 13.



7.2) Avaliação Pré Treino

**Horário de atendimento:**

<b>CATEGORIAS</b>	<b>HORÁRIOS AVALIAÇÃO PRÉ TREINO</b>
<b>SUB 20</b>	<b>07:30h às 08:00h</b>
<b>SUB 17</b>	<b>08:00h às 08:30h</b>
<b>SUB 15</b>	<b>13:00h às 13:30h</b>
<b>SUB 13</b>	<b>13:30h às 14:00h</b>
<b>SUB 11</b>	<b>13:30h às 14:00h</b>

- a) Para a avaliação médica pré - treino o atleta deverá estar uniformizado.
- b) Caso haja a necessidade de atendimento fisioterápico o atleta deverá procurar o preparador físico, ou algum representante de sua comissão técnica antecipadamente e informar sobre a necessidade de atendimento.
- c) O atleta deverá comparecer para atendimento fisioterápico no horário designado acima da sua categoria.
- d) Se o Fisioterapeuta, após a avaliação, vetar o atleta do treinamento, ele deverá o mais rápido possível, mandar uma mensagem de WhatsApp no grupo da comissão técnica comunicando a queixa principal do atleta e a explicação que justifica o afastamento do atleta.
- e) Se o atleta precisar de medicação, o fisioterapeuta deverá contactar o médico das categorias de base para prescrever os medicamentos ao atleta. Caso o médico não esteja presente no departamento médico, o fisioterapeuta deverá enviar uma mensagem de WhatsApp para que o médico prescreva os medicamentos e oriente o fisioterapeuta sobre os procedimentos futuros.



- f) Caso o atleta seja liberado para treino, o fisioterapeuta deverá, o mais rápido possível, mandar uma mensagem de WhatsApp no grupo da comissão técnica comunicando a ocorrência e a liberação do atleta para treino.
- g) O fisioterapeuta deverá inserir todas as informações sobre atendimento do atleta no prontuário fisioterápico do matchday.

Observações:

- Atletas das categorias Sub 11 e Sub 13 sempre deverão ser acompanhados de um representante de sua comissão técnica durante o atendimento.
- Atletas da categoria Sub 20 não precisam estar uniformizados para atendimento pré-treino.

7.3) Lesões em Treinamentos / Jogos

- a) O primeiro atendimento no campo será realizado pelo massagista.
- b) No caso de ter médico no local, o atleta deverá ser encaminhado a este profissional pelo massagista da categoria.
- c) O médico realizará a primeira intervenção e logo em seguida deverá enviar uma mensagem no grupo de WhatsApp do departamento médico, informando aos setores que compõem o Centro de Excelência do Esporte do Coritiba - CEECOR das Categorias de Base sobre a ocorrência e orientando os procedimentos futuros.
- d) Caso não haja médico no momento da lesão do atleta, o supervisor da categoria deverá ser informado pelo massagista da categoria, para que ele possa estar enviando uma mensagem ao grupo de whatsapp do departamento médico a fim de colocar todos os setores a par da ocorrência.



- e) Quando o grupo chegar do treinamento, o atleta deverá ser encaminhado ao fisioterapeuta, acompanhado de um representante da comissão técnica, a fim de explicar como foi o mecanismo de lesão ao fisioterapeuta, para poder ser avaliado e iniciar o tratamento fisioterápico.
- f) Após o atendimento, o fisioterapeuta deverá inserir os dados do atleta lesionado na ficha de controle de lesões (Anexo 5), bem como adicionar as informações no prontuário médico do referido atleta e no matchday.

Observação: Após o atendimento de atletas das categorias Sub 11 e Sub 13, o fisioterapeuta deverá enviar uma mensagem ao serviço social informando sobre a ocorrência, para que a família do atleta seja comunicada e orientada sobre os procedimentos futuros.

Na categoria Sub 20, caso o atleta se lesione o mesmo deve ser encaminhado ao setor de fisioterapia da categoria profissional. Desta forma o atleta será avaliado e logo em seguida o supervisor da categoria deverá enviar uma mensagem via grupo de whatsapp do Ceecor de forma a colocar o setor a par do atendimento e conduta que foi realizada no atleta.

Caso a categoria profissional não esteja no local o atleta deverá ser encaminhado ao Couto Pereira para que haja uma avaliação por parte das áreas médica e fisioterápica.



#### 7.4) Liberação de Atletas da Fisioterapia

Atleta que permanecem menos de 10 (dez) dias sucessivos no DM, seguem o seguinte protocolo:

- a) O fisioterapeuta deverá atender imediatamente o atleta para tratar prioritariamente a região lesionada bem como deverá desenvolver programa de atividades para que o realize para manter a forma física.
- b) Se em menos de dez dias o atleta já está em condição de retornar ao treino, o fisioterapeuta deverá solicitar que o médico reavalie o atleta, para assim se certificar dos procedimentos futuros.
- c) O fisioterapeuta deverá aplicar um questionário (Anexo 6), de modo a saber qualitativamente o quanto o atleta está apto ao retorno de seu treinamento.
- d) Caso o atleta esteja apto (até 32 pontos da escala do Anexo 6) e o médico, bem como o fisioterapeuta concordarem com a liberação do atleta, o mesmo poderá retornar aos treinamentos.
- e) O fisioterapeuta então deverá enviar uma mensagem de whatsapp no grupo da respectiva comissão técnica do atleta, comunicando a liberação e se necessário, caso o fisioterapeuta tenha alguma observação, essa deverá constar da mensagem.
- f) Após a liberação, o fisioterapeuta deverá inserir os dados do atleta lesionado na ficha de controle de lesões (Anexos 5), bem como adicionar as informações no prontuário médico do referido atleta e no matchday.



Atleta que permanecem mais de 10 (dez) dias sucessivos no DM, seguem o seguinte protocolo:

- a) O fisioterapeuta deverá atender imediatamente o atleta para tratar prioritariamente a região lesionada bem como deverá desenvolver programa de atividades para que o realize para manter a forma física.
- b) Caso o atleta permaneça mais de 10 (dez) dias em tratamento, o atleta precisará passar por alguns testes antes da liberação para a transição.
- c) O fisioterapeuta deverá aplicar um questionário (Anexo 6), de modo a saber qualitativamente o quanto o atleta está apto ao retorno de seu treinamento.
- d) Caso o atleta esteja apto (até 32 pontos da escala do Anexo 6) e o médico, bem como o fisioterapeuta concordarem com a liberação do atleta, o mesmo poderá iniciar seu período no *return to play* (transição).
- e) O fisioterapeuta então deverá enviar uma mensagem de whatsapp ao fisiologista do clube que o atleta será encaminhado para que seja iniciado período no *return to play* (transição).
- f) O fisioterapeuta deverá enviar ao fisiologista que fará a transição, os controles de trabalhos diários (Anexo 3).
- g) Após a liberação, o fisioterapeuta deverá inserir os dados do atleta lesionado na ficha de controle de lesões (Anexos 5), bem como adicionar as informações no prontuário médico do referido atleta e no matchday.



ANEXO 1 – MODELO DE RELATÓRIO DIÁRIO - FASES DE TRATAMENTO FISIOTERÁPICO

FASES DE TRATAMENTO
<p><b>FASE I</b> – ANALGESIA, MOBILIZAÇÃO E FLEXIBILIDADE,  <b>FASE II</b> – FASE I + PROPRIOCEPÇÃO  <b>FASE III</b> – FASE II + FORTALECIMENTO  <b>FASE IV</b> – FASE III + FUNCIONAL EM CAMPO  <b>FASE V</b> – TRANSIÇÃO  <b>FASE VI</b> – RETURN TO PLAY</p>
<p><b>CATEGORIA SUB 20</b>  <b>ATLETA(S) LESIONADO(S)</b>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u> / (FASE II)                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u> / <b>FASE I</b></p>
<p><b>ATLETA(S) SUB 20 ATENDIDO(S) NO PRÉ TREINO/ PÓS-TREINO / JOGO</b>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u></p>
<p><b>ATLETA(S) EM MANUTENÇÃO DO SUB 20</b>                      - Atleta <u>                    </u>.</p>
<p><b>CATEGORIA SUB 17</b>  <b>ATLETA(S) LESIONADO(S)</b>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u> / (FASE II) (só tratou à tarde).                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u> / <b>FASE I</b> (só tratou de manhã).</p>
<p><b>ATLETA(S) SUB 17 ATENDIDO(S) NO PRÉ TREINO/ PÓS-TREINO / JOGO</b>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u></p>
<p><b>ATLETA(S) EM MANUTENÇÃO DO SUB 17</b>                      - Atleta <u>                    </u>.</p>
<p><b>CATEGORIA SUB 15</b>  <b>ATLETA(S) LESIONADO(S)</b>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u> / (FASE II)                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u> / <b>FASE I</b></p>
<p><b>ATLETA(S) SUB 15 ATENDIDO(S) NO PRÉ TREINO/ PÓS-TREINO / JOGO</b>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u></p>
<p><b>ATLETA(S) EM MANUTENÇÃO DO SUB 15</b>                      - Atleta <u>                    </u>.</p>
<p><b>CATEGORIA SUB 13/11</b>  <b>ATLETA(S) LESIONADO(S)</b>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u> / (FASE II)                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u> / <b>FASE I</b></p>
<p><b>ATLETA(S) SUB 13/11 ATENDIDO(S) NO PRÉ TREINO/ PÓS-TREINO / JOGO</b>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u></p>
<p><b>ATLETA(S) EM MANUTENÇÃO DO SUB 13/11</b>                      - Atleta <u>                    </u>.</p>
<p><b>ATLETA(S) EM TRANSIÇÃO</b>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u>                      - Atleta <u>                    </u> / Lesão <u>                    </u></p>



CORITIBA FOOT BALL CLUB



ANEXO 2 – FICHA COMPLEMENTAR DE TREINAMENTO



### PROGRAMA DE COMPLEMENTO DE TREINAMENTO

ATLETA: xxxxxx

**LIBERAÇÃO MIOFASCIAL:** Rolinho em todos os grupos musculares (Fáscia plantar, Panturrilha, Posterior de coxa, Anterior de coxa, Parte lateral de coxa, Adutores, Glúteos, Dorsal, Lombar) – 10 minutos

1º ESTABILIDADE	2º MOBILIDADE
CHARTS xxxxxx	CHARTS xxxxxx
CHARTS xxxxxx	CHARTS xxxxxx
CHARTS xxxxxx	CHARTS xxxxxx
CHARTS xxxxxx	CHARTS xxxxxx
CHARTS xxxxxx	CHARTS xxxxxx
CHARTS xxxxxx	CHARTS xxxxxx

OBSERVAÇÕES:

# CORITIBA FOOT BALL CLUB



## ANEXO 3 – FICHA DE CONTROLE DIÁRIO DE ATLETAS – FISIOTERAPIA

ATLETA	CATEGORIA	IDADE	LESÃO	ENTRADA	SAÍDA	DIAS NO DM
SEMANA 1						00/01/1900
						CARGA AGUDA
<del>PSR</del>						0
EVA						CARGA CRÔNICA
PSE						
MINUTAGEM						0
TRIMP	0	0	0	0	0	0
SEMANA 2						CARGA AGUDA
<del>PSR</del>						0
EVA						CARGA CRÔNICA
PSE						
MINUTAGEM						0
TRIMP	0	0	0	0	0	0
SEMANA 3						CARGA AGUDA
<del>PSR</del>						0
EVA						CARGA CRÔNICA
PSE						
MINUTAGEM						0
TRIMP	0	0	0	0	0	0
SEMANA 4						CARGA AGUDA
<del>PSR</del>						0
EVA						CARGA CRÔNICA
PSE						
MINUTAGEM						0
TRIMP	0	0	0	0	0	0



DEPARTAMENTO DE FISIOTERAPIA - CORITIBA FOOT BALL CLUB

09/04/2020



ANEXO 4 – TABELAS DE CONTROLE DE CARGA INTERNA

**SETOR DE FISILOGIA DO EXERCÍCIO**

**ESCALA DE ESFORÇO PERCEBIDO**

0	REPOUSO
1	MUITO, MUITO FÁCIL
2	FÁCIL
3	MODERADO
4	UM POUCO DIFÍCIL
5	DIFÍCIL
6	-
7	MUITO DIFÍCIL
8	-
9	-
10	MÁXIMO

**SETOR DE FISILOGIA DO EXERCÍCIO**

**ESCALA DE RECUPERAÇÃO PERCEBIDA**

10	MUITO BEM RECUPERADO / ALTAMENTE ENERGÉTICO
9	
8	BEM RECUPERADO / UM POUCO ENERGÉTICO
7	
6	MODERADAMENTE RECUPERADO
5	ADEQUADAMENTE RECUPERADO
4	POUCO RECUPERADO
3	
2	NÃO BEM RECUPERADO / UM POUCO CANSADO
1	
0	MUITO MAL RECUPERADO / EXTREMAMENTE CANSADO

**SETOR DE FISILOGIA DO EXERCÍCIO**

**ESCALA VISUAL ANALÓGICA DE DOR - E. V. A.**

LEVE

MODERADA

INTENSA



ANEXO 5 – FICHA DE CONTROLE DE LESÕES POR FASES - FISIOTERAPIA

Remédica		Dados das Lesões		Descrição do caso						Diagnóstico		Sintoma	
Data da Entrada	Data da Saída	Diagnóstico	Período de Tratamento	Nome	Idade	Posição	Tipo	Região	Lado	Gravidade	Tratamento	Evolução	Observação
1													
2													
3													
4													
5													
6													
7													
8													
9													
10													
11													
12													
13													
14													
15													
16													
17													
18													
19													
20													
21													
22													
23													
24													
25													
26													
27													

Fase de Tratamento		Descrição	
Ordem	Atividade	Realização	Observação
1	Liberação para Treinos	09/12/2019	
2	Fisioterapia e Preparação Física	09/12/2019	
3	Fisioterapia	09/12/2019	
4	Fisioterapia	09/12/2019	
5	Fisioterapia	09/12/2019	

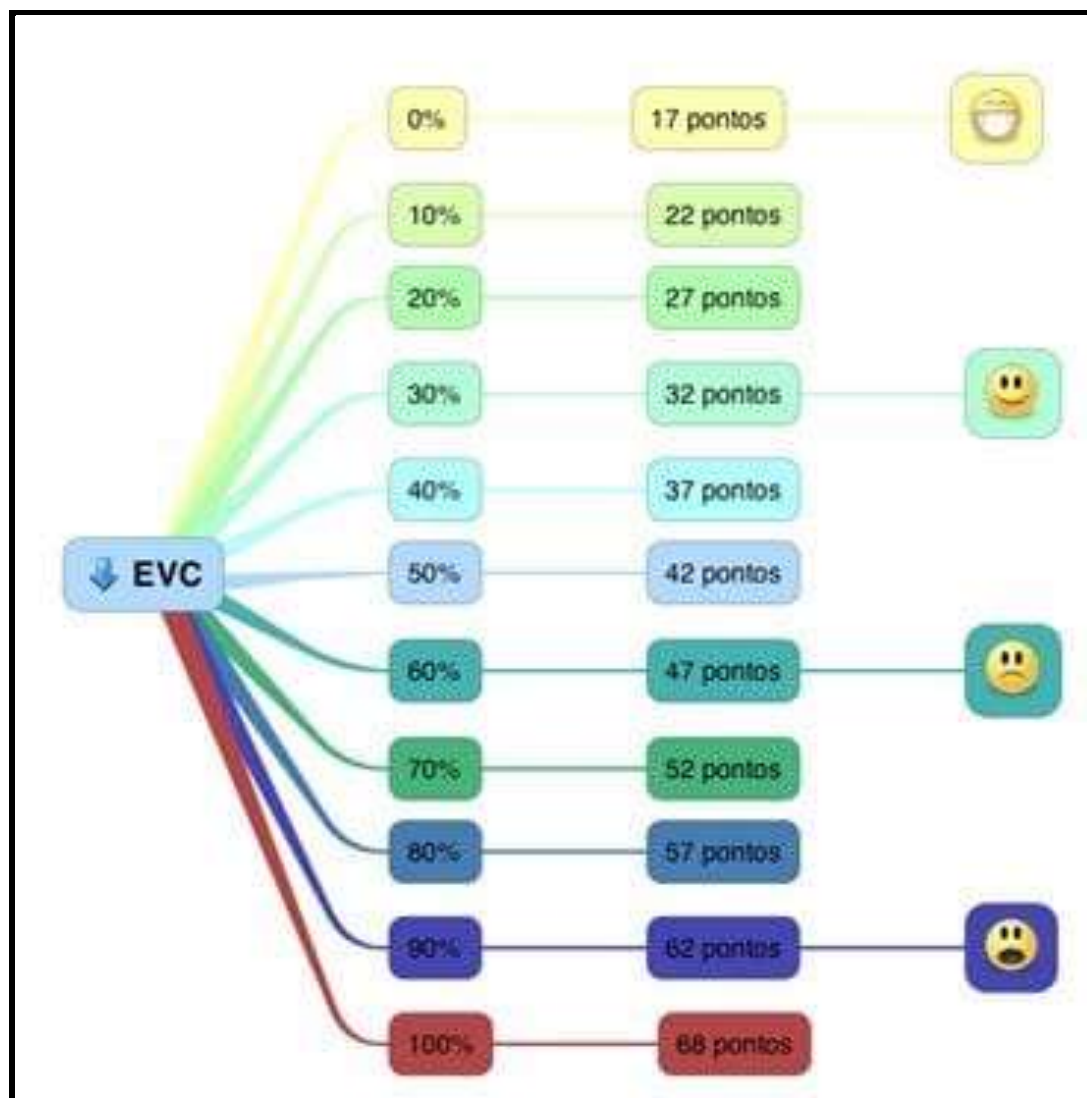


## ANEXO 6 – ESCALA DE TAMPA PARA CINESIOFOBIA

	Discordo totalmente	Discordo parcialmente	Concordo parcialmente	Concordo totalmente
1. Eu tenho medo que eu possa me machucar se eu fizer exercícios.	1	2	3	4
2. Se eu tentasse superar esse medo, minha dor aumentaria.	1	2	3	4
3. Meu corpo está me dizendo que algo muito errado está acontecendo comigo.	1	2	3	4
4. Minha dor provavelmente seria aliviada se eu fizesse exercício.	1	2	3	4
5. As pessoas não estão levando minha condição médica a sério.	1	2	3	4
6. Minha lesão colocou o meu corpo em risco para o resto da minha vida.	1	2	3	4
7. A dor sempre significa que eu machuquei meu corpo.	1	2	3	4
8. Só porque alguma coisa piora minha dor, não significa que é perigoso.	1	2	3	4
9. Eu tenho medo que eu possa me machucar acidentalmente.	1	2	3	4
10. Simplesmente sendo cuidadoso para não fazer nenhum movimento desnecessário e a atitude mais segura que eu posso tomar para prevenir a piora da minha dor.	1	2	3	4
11. Eu não teria tanta dor se algo potencialmente perigoso não estivesse acontecendo no meu corpo.	1	2	3	4
12. Embora minha condição seja dolorosa, eu estaria melhor se estivesse ativo fisicamente.	1	2	3	4
13. A dor me avisa quando parar o exercício para que eu não me machuque.	1	2	3	4
14. Não é realmente seguro para uma pessoa com minha condição ser ativo fisicamente.	1	2	3	4
15. Eu não posso fazer todas as coisas que as pessoas normais fazem, porque para mim é muito fácil me machucar.	1	2	3	4
16. Embora algo esteja me causando muita dor, eu não acho que seja, de fato, perigoso.	1	2	3	4
17. Ninguém deveria fazer exercícios, quando está com dor.	1	2	3	4



Pontuação para a Escala Tampa de Cinesiofobia





## 8) PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DO SETOR DE PSICOLOGIA

A Área da Psicologia do Esporte integra o Centro de excelência do esporte do Coritiba (CEECOR) das Categorias de Base do Coritiba Foot Ball Club e conta com um profissional responsável para atender as categorias Sub 11, Sub 13, Sub 15, Sub 17 e Sub 20, atuando na avaliação diagnóstica para minimizar as frustrações dos atletas e buscar assim melhorar o perfil dos atletas em relação a iniciativa para tomadas de decisão, além de outras ações.

O Psicólogo deve atuar no controle emocional e na resistência mental, proporcionando ao atleta o autoconhecimento, o domínio da ansiedade, o aumento da confiança e o autocontrole, melhorando assim as capacidades mentais e tornando-os mais fortes e resilientes.

Neste contexto torna-se indispensável que a psicologia esteja integrada as demais áreas, principalmente com as comissões técnicas, levando a eles o perfil dos atletas e qual a melhor forma de lidar com os mesmos, fornecendo informações e ferramentas que contribuirão para a performance mental dos atletas e seus resultados de campo.

O psicólogo é responsável por:

- Avaliar os atletas com entrevistas específicas na pré-temporada;
- Diagnosticar e intervir junto aos atletas que necessitam de ajuda;
- Ajudar no desenvolvimento psicológico e atlético de cada atleta;
- Realizar encontros periódicos, a cada 3 meses, com as comissões técnicas de todas as categorias do Sub11 à Sub20;
- Realizar levantamento do perfil psicológico individual, através de anamneses e dos testes psicológicos que avaliam a personalidade (Bateria Fatorial de Personalidade – anexo 1) e o nível de atenção do atleta (Bateria Psicológica de Atenção – anexo 2), questionários



de ansiedade e autoconfiança (anexo 3) e observação comportamental em treinos, jogos e viagens;

- Registrar todas as informações em pastas individuais no *MatchDay*;
- Participar da execução do Programa de Formação Cidadã em parceria com as áreas do Serviço Social e da Educação;
- Acompanhar a reabilitação de atletas lesionados;
- Orientar os pais das categorias Sub11 e Sub13;
- Participar da reunião de dispensa dos atletas das categorias do Sub11 até Sub17;
- Organizar reunião com atletas convocados para representar a Seleção Brasileira;
- Acompanhar jogos e treinos e observar:

<b>Autoconfiança</b>	Capacidade de realizar com sucesso um comportamento desejado.
<b>Determinação</b>	Capacidade de persistir para alcançar resultados esportivos esperados.
<b>Concentração</b>	Capacidade que o atleta tem de manter atenção durante o jogo.
<b>Controle visual</b>	Capacidade de visualizar movimentos e jogadas mentalmente, influenciando a execução das táticas treinadas.
<b>Controle das atitudes</b>	Capacidade de agir de maneira compatível com seu nível profissional, comportamental e mental.
<b>Disciplina</b>	Capacidade de se submeter as regras e ter boa conduta.
<b>Motivação para treinos físicos</b>	Capacidade de se dedicar aos treinos físicos.
<b>Motivação para treinos técnico/tático</b>	Capacidade de se dedicar aos treinos técnico/táticos.
<b>Controle emocional</b>	Capacidade de manter o equilíbrio emocional durante treinos e jogos.
<b>Antecipação</b>	Capacidade de prever o movimento do adversário.
<b>Pensamento Tático</b>	Capacidade de avaliar a tática do adversário durante o jogo e escolher uma forma de neutralizá-la.
<b>Relação com o técnico</b>	Capacidade de se relacionar bem com o técnico.
<b>Relacionamento com os atletas</b>	Capacidade de se relacionar bem com os outros atletas.
<b>Coragem</b>	Capacidade de agir apesar do medo, do temor e da intimidação e de enfrentar os desafios com confiança sem se preocupar com o pior.
<b>Resiliência</b>	Capacidade de ultrapassar grandes adversidades e resistir a pressões e com algum esforço conseguir reconduzir a sua vida.





### **Avaliação Pré-Temporada**

- a) No início de cada temporada, o preparador físico e o supervisor de cada categoria, deverão organizar agenda para que os atletas se apresentem para as avaliações psicológicas individuais.
- b) Na sequência o supervisor deverá encaminhar a agenda no grupo de *whatsapp* da categoria para o conhecimento dos atletas.
- c) Caso o psicólogo observe algum problema comportamental com algum atleta, ele deverá informar imediatamente a comissão técnica da respectiva categoria, através de grupo de *whatsapp*, sobre a necessidade de intervenção.
- d) Se o acompanhamento continuar ao longo do ano, o psicólogo deverá realizar um plano de intervenção, detalhando todas as ações que serão desenvolvidas junto ao atleta e deverá encaminhar a comissão técnica e ao CEECOR através dos respectivos grupos de *whatsapp*.
- e) Ao final da entrevista o psicólogo deverá adicionar todos os dados da avaliação no *matchday* do atleta.

#### Observação:

Se algum atleta das categorias Sub 11 e Sub 13 necessitem de intervenção, o psicólogo deverá solicitar ao assistente social que agende um horário para uma reunião com o representante legal do atleta, a fim de orientar a família sobre a conduta a ser seguida.

### **Intervenção no Departamento Médico**

A intensa rotina de treinos e jogos poderá fazer com que em algum momento o atleta se lesione e permaneça muito tempo em tratamento, por isso é imprescindível a intervenção do psicólogo, já que o atleta poderá vivenciar momentos de incertezas e ansiedade.



Dessa forma, sempre que o atleta for afastado por um período maior que 15 dias e o médico ou fisioterapeuta perceberem a necessidade de intervenção junto ao atleta, o psicólogo deverá ser comunicado pelo Departamento médico (fisioterapeuta ou médico) para realizar uma avaliação e um plano de intervenção minimizando assim o tempo de permanência do atleta no Departamento Médico.

Assim, o psicólogo deverá seguir os procedimentos abaixo:

- a) Apresentar por *WhatsApp* o plano de intervenção aos representantes da comissão técnica do atleta, bem como aos representantes do CEECOR para dar início aos atendimentos, oferecendo suporte emocional ao atleta afastado que estiver vivenciando situação de conflito onde o atleta apresenta estado emocional comprometido, muito ansioso, deprimido, agitado, não querendo aderir ao tratamento indicado e/ou ao receber um diagnóstico inesperado o atleta passe a acreditar que não poderá mais jogar.
- b) O psicólogo deverá semanalmente encaminhar, por *WhatsApp* para a respectiva comissão técnica e para os representantes do CEECOR, relatório sobre os atendimentos, condução das atividades, observação estruturada e pareceres sobre as intervenções psicológicas realizadas com o atleta.
- c) Em caso de cirurgia, o psicólogo deverá realizar uma intervenção com o atleta afim de compreender seu estado emocional e desenvolver metas de curto e médio prazo para o seu retorno aos treinamentos.
- d) Esta deverá ser agendada pelo psicólogo diretamente com o atleta.
- e) No retorno do atleta aos campos será realizada uma nova intervenção para compreender o estado emocional deste atleta para o retorno das atividades junto ao seu grupo.

---

## CORITIBA FOOT BALL CLUB



- f) Dependendo do grau da lesão e do tempo de permanência no departamento médico será possível repassar a este atleta, técnicas de respiração e relaxamento para diminuição do estresse e da dor localizada.
- g) Se a permanência do atleta lesionado no departamento médico durar meses, na primeira semana de cada mês o atleta responderá o questionário POMS, onde se realiza um levantamento do perfil de humor deste indivíduo, afim de acompanhar traços de humor que se modificam ao longo do tempo.
- h) Depois dos atendimentos, o psicólogo deve inserir os dados no *Matchday* do atleta.

Observação: Caso o psicólogo observe comportamentos atípicos de atletas durante treinos e jogos, o mesmo deverá intervir junto ao técnico, a fim de minimizar possíveis problemas que possam acontecer.



**ANEXO 1**

**BATERIA FATORIAL DE PERSONALIDADE**

**BFP**

CCM.09.13

**Bateria Fatorial de Personalidade**

Carlos Henrique Nunes  
Cláudio Hutz  
Malana Farias Oliveira Nunes

**Protocolo de Respostas**

Nome: \_\_\_\_\_

RG: \_\_\_\_\_ CPF: \_\_\_\_\_

Data de Nascimento: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ Local de Nascimento: \_\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
Dia Mês Ano Cidade Estado País

Idade: \_\_\_\_\_ Sexo: M ( ) F ( ) Escolaridade: \_\_\_\_\_

Curso/Série: \_\_\_\_\_ Escolaridade/Instituição \_\_\_\_\_ Públ. ( ) Priv. ( )

Ocupação: \_\_\_\_\_ Data da Aplicação: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_  
Dia Mês Ano

Aplicador: \_\_\_\_\_

Autorizo uso sigiloso em pesquisa: \_\_\_\_\_ Assinatura

**Instruções:**

Para anotar as respostas, siga as instruções abaixo:

Para cada item, você tem a opção de marcar de "1" a "7". Se você acha que a sentença absolutamente não o descreve adequadamente, marque "1". Se você acha que a frase o descreve muito bem, marque o "7" no Protocolo de Respostas. Se você considerar que a frase o descreve "mais ou menos", marque "4".

Considere que quanto mais você acha que a frase é apropriada para descrevê-lo, maior deve ser o valor a ser marcado na escala (respostas 5, 6 e 7); quanto menos você identificar-se com a descrição feita, menor será o valor a ser registrado na escala (respostas 1, 2 e 3). Note que todos os valores da escala podem ser marcados.

Não existem respostas certas ou erradas. É importante que suas respostas sejam sinceras. Responda a todos os itens.

 © 2017 Casapli Livraria e Editora Ltda  
É proibida a reprodução total ou parcial desta obra para  
qualquer finalidade. Todos os direitos reservados.  
Av. Francisco Matosazzo, 1600 - RJ, 81.  
Ed. New York - Centro Empresarial Agim Branco  
Bairro Fundão - São Paulo/SP - CEP: 06001-100  
Tel. (11) 3672-1240 - www.casapli.com.br

O presente Protocolo de Respostas  
é impresso em cores.  
Caso desconfie de sua autenticidade,  
ligue para (11) 3672-1240.



**ANEXO 1**

**BATERIA FATORIAL DE PERSONALIDADE**

**BFP**

**Bateria Fatorial de Personalidade**

1	22	43	64	85	106
2	23	44	65	86	107
3	24	45	66	87	108
4	25	46	67	88	109
5	26	47	68	89	110
6	27	48	69	90	111
7	28	49	70	91	112
8	29	50	71	92	113
9	30	51	72	93	114
10	31	52	73	94	115
11	32	53	74	95	116
12	33	54	75	96	117
13	34	55	76	97	118
14	35	56	77	98	119
15	36	57	78	99	120
16	37	58	79	100	121
17	38	59	80	101	122
18	39	60	81	102	123
19	40	61	82	103	124
20	41	62	83	104	125
21	42	63	84	105	126

	EB	Perc.	Classificação
N1			
N2			
N3			
N4			
N			
E1			
E2			
E3			
E4			
E			

	EB	Perc.	Classificação
S1			
S2			
S3			
S			
R1			
R2			
R3			
R			
A1			
A2			
A3			
A			



**ANEXO 2**

**BATERIA PSICOLÓGICA DE ATENÇÃO**

# ATENÇÃO CONCENTRADA

Fabián Javier Marin Rueda

## FOLHA DE RESPOSTAS

Parte integrante do Livro de Aplicação (vol. 3) da Coleção BPA.

Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_  
CPF: \_\_\_\_\_ Sexo: M  F  Escolaridade: \_\_\_\_\_  
Profissão: \_\_\_\_\_ Data de Aplicação: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

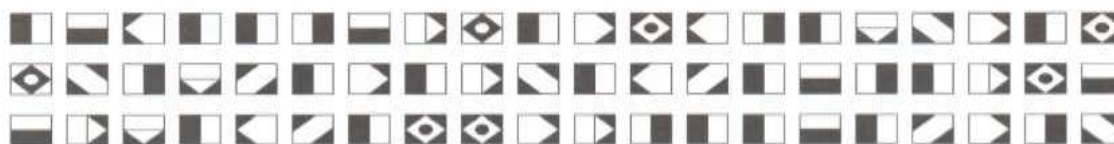
### INSTRUÇÕES

Para responder o teste você deverá fazer um traço ( / ) cada vez que aparecer um desenho igual ao modelo abaixo. Ou seja, cada vez que esse desenho aparecer você deverá fazer o traço por cima dele. Caso erre, faça um círculo e continue respondendo o teste.

O teste deve ser respondido sempre da esquerda para a direita. Quando chegar ao final de cada linha comece na linha seguinte, novamente pelo lado esquerdo da folha.

Você terá 2 minutos para realizar o teste. Bom trabalho!

Agora faça um treinamento antes de iniciar a resposta ao instrumento:



101219

**AGUARDE A INSTRUÇÃO PARA VIRAR A FOLHA**

0562525

Este livro de aplicação possui numeração sequencial, impressa em preto.





**ANEXO 2**

**BATERIA PSICOLÓGICA DE ATENÇÃO**

**ATENÇÃO DIVIDIDA**  
Fabián Javier Marín Rueda  
**FOLHA DE RESPOSTAS**

Parte integrante do Livro de Aplicação (vol. 4) da Coleção BPA.

Nome: \_\_\_\_\_ Idade: \_\_\_\_\_  
CPF: \_\_\_\_\_ Sexo: M  F  Escolaridade: \_\_\_\_\_  
Profissão: \_\_\_\_\_ Data de Aplicação: \_\_\_\_ / \_\_\_\_ / \_\_\_\_

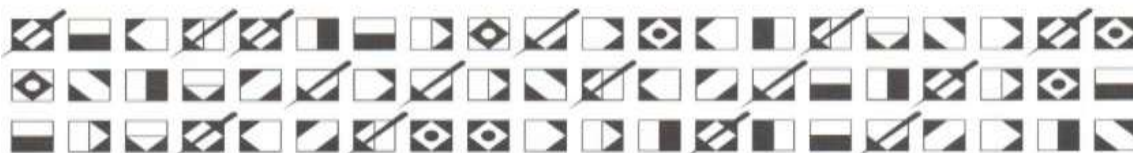
**INSTRUÇÕES**

Para responder o teste você deverá fazer um traço ( / ) cada vez que aparecer um desenho que for igual a qualquer um dos três (3) modelos abaixo. Ou seja, eles não precisam estar um do lado do outro para serem assinalados. Cada vez que um dos três desenhos aparecer você deverá fazer o traço por cima dele. Caso erre, faça um círculo e continue respondendo o teste.

O teste deve ser respondido sempre da esquerda para a direita. Quando chegar ao final de cada linha comece na linha seguinte, novamente pelo lado esquerdo da folha.

Você terá 4 minutos para realizar o teste. Bom trabalho!

Agora faça um treinamento antes de iniciar a resposta ao instrumento:



**AGUARDE A INSTRUÇÃO PARA VIRAR A FOLHA**

101219

Este livro de aplicação possui numeração sequencial, impressa em preto.

0562526

**ANEXO 3****QUESTIONÁRIO DE ANSIEDADE E AUTOCONFIANÇA**

		Nem um pouco	Um pouco	Moderadamente	Muito
1	Eu estou preocupado com esta competição	1	2	3	4
2	Eu estou apreensivo	1	2	3	4
3	Eu estou tranquilo	1	2	3	4
4	Eu tenho duvidas sobre mim mesmo	1	2	3	4
5	Eu estou nervoso	1	2	3	4
6	Eu me sinto à vontade	1	2	3	4
7	Eu estou preocupado de que eu possa não ir bem nesta competição como eu poderia ir	1	2	3	4
8	Meu corpo está tenso	1	2	3	4
9	Eu me sinto confiante	1	2	3	4
10	Eu estou preocupado em perder	1	2	3	4
11	Eu sinto tensão no meu estômago	1	2	3	4
12	Eu me sinto seguro	1	2	3	4
13	Eu estou preocupado de ficar bloqueado quando sob pressão	1	2	3	4
14	Eu me sinto relaxado	1	2	3	4
		Nem um pouco	Um pouco	Moderada-mente	Muito
15	Eu estou confiante de que possa vencer o desafio	1	2	3	4
16	Eu estou preocupado em jogar mal	1	2	3	4
17	Meu coração está acelerado	1	2	3	4
18	Eu estou confiante em jogar bem	1	2	3	4



## CORITIBA FOOT BALL CLUB



19	Eu estou preocupado em alcançar minhas metas	1	2	3	4
20	Eu sinto meu estômago doendo	1	2	3	4
21	Eu estou mentalmente relaxado	1	2	3	4
22	Eu estou preocupado que outros possam se desapontar com minha performance	1	2	3	4
23	Minhas mãos estão suando	1	2	3	4
24	Eu estou confiante porque eu me visualizo alcançando minha meta	1	2	3	4
25	Eu estou preocupado de que não conseguirei me concentrar	1	2	3	4
26	Meu corpo esta oprimido	1	2	3	4
27	Eu estou confiante em competir bem sobre pressão	1	2	3	4

### 9) PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DO SETOR MÉDICO

O Departamento Médico é um dos mais importantes de um clube de futebol. Nossos profissionais são especializados e experientes na tarefa de recuperação dos atletas e seu retorno aos treinamentos. O Departamento Médico possui em seu quadro profissional, médicos especialistas em ortopedia e traumatologia com especialização em coluna, apoiados pelas áreas de Fisiologia, Fisioterapia, Psicologia e Nutrição.

Além disso, o Coritiba Foot Ball Club compreende a importância de que todos os atletas tenham um excelente plano de saúde que disponibiliza para cada atleta, consultas nas mais variadas especialidades médicas, exames, tratamentos ambulatoriais, hospitalares, odontológico e serviços de emergência médica com ambulâncias.



Os profissionais desenvolvem um trabalho intermitente, com profissionais sempre atentos e participantes de todo processo de formação dos atletas, sempre prontos para atender possíveis emergências nos treinos, nos jogos, inclusive em todas as viagens de todas as categorias.

A missão do Departamento Médico é disponibilizar aos atletas um tratamento rápido e eficaz, preventivo ou corretivo, com diagnóstico preciso, rapidez no atendimento, competência profissional, respeito e comprometimento com os atletas.

## ÁREA MÉDICA

### a) Horário de funcionamento

Manhã	Tarde
7:30h às 11:00h	13:00h às 17:00h

- b) Os médicos deverão se organizar para acompanhar todos os jogos e treinos das categorias de base, bem como em todas as viagens.
- c) Toda sexta-feira o Coordenador de Performance deverá elaborar a programação semanal que deverá ser exposta na porta da academia, bem como ser enviada por e-mail aos supervisores e representantes das comissões técnicas das categorias Sub 11, Sub 13, Sub 15, Sub 17 e Sub 20, conforme ANEXO 1.

Observação: Os profissionais da área médica deverão comunicar as alterações na programação semanal através dos grupos de WhatsApp das comissões técnicas.

### 9.1) Avaliações Pré Temporada

- a) Os médicos deverão entregar aos supervisores as requisições das avaliações pré-temporada com 60 dias de antecedência antes de se iniciar as férias das categorias de base.
- b) Os supervisores deverão deixar estes exames pré-agendados na clínica (exame cardiológico) bem como a coleta de sangue dos atletas junto ao laboratório responsável, lembrando sempre que o laboratório faz a coleta de sangue no clube.



- c) Os supervisores deverão agendar o transporte junto a administração do clube, para a realização dos exames cardiológicos, bem como acompanhamento dos atletas para a realização dos exames cardiológicos e de sangue.
- d) Os supervisores serão responsáveis por retirar os resultados dos exames, (cardiológico e de sangue) e entregar aos médicos.
- e) Os médicos deverão solicitar ao Gerente da Categoria de Base, ao Coordenador de Performance e aos Supervisores, por e-mail e por mensagem de whatsapp, exames complementares, caso sejam necessários, justificando a necessidade da realização desses exames.
- f) Os supervisores serão responsáveis por agendar e organizar a realização do exame, avisando o atleta e o médico sobre o dia e a hora do exame.
- g) Os supervisores serão responsáveis por retirar os resultados dos exames complementares e entregar ao médico que solicitou.
- h) Caso o médico ainda necessite da opinião de um médico especialista, o médico deverá solicitar ao Gerente da Categoria de Base, ao Coordenador de Performance e ao Supervisor, por e-mail e por mensagem de whatsapp, a consulta, justificando a necessidade da realização dessa consulta com um especialista.
- i) O Supervisor deverá agendar o transporte junto a administração do clube, para a realização da consulta com o médico especialista, bem como acompanhar o atleta na consulta.
- j) O Supervisor deverá então avisar o atleta e o médico sobre o dia e a hora da consulta.
- k) Os Médicos deverão anexar todos os resultados de exames nos prontuários médicos dos atletas, bem como inserir todas as informações no Matchday.

Observações:

- Os procedimentos acima são exclusivos das categorias Sub 15, Sub 17 e Sub 20.



9.2) Avaliações Pré Treino

a) Horário de atendimento médico pré-treino:

CATEGORIAS	HORÁRIOS AVALIAÇÃO PRÉ - TREINO
<b>SUB 20</b>	<b>07:30h às 08:00h</b>
<b>SUB 17</b>	<b>08:00h às 08:30h</b>
<b>SUB 15</b>	<b>13:00h às 13:30h</b>
<b>SUB 13</b>	<b>13:30h às 14:00h</b>
<b>SUB 11</b>	<b>13:30h às 14:00h</b>

- a) Para a avaliação médica pré-treino o atleta deverá estar uniformizado.
- b) O atleta, quando estiver no vestiário, deverá informar um representante de sua comissão técnica sobre a necessidade de consulta médica.
- c) Após a avaliação, o médico deverá informar no grupo de WhatsApp da referida categoria, sobre o atendimento e as devidas orientações sobre a sequência do tratamento, se o atleta não for liberado, ou sobre a liberação do mesmo para treino.
- d) O médico responsável pelo atendimento deverá adicionar todas as informações do atendimento no prontuário de cada atleta, bem como no Matchday.
- e) Caso haja a necessidade de medicação, o médico deverá preencher a ficha de liberação de medicamento (ANEXO 2), sempre com a assinatura do atleta para fins de controle.
- f) Este documento deve ser anexado no prontuário médico do atleta bem como no Matchday pelo médico que lhe atendeu.

**OBSERVAÇÕES:**

- ✓ Atletas das categorias Sub 11 e Sub 13 sempre deverão ser acompanhados de um representante de sua comissão técnica durante a consulta.
  
- ✓ Atletas da categoria Sub 20 não precisam estar uniformizados para atendimento pré-treino.



### 9.3) Solicitação e Marcação de Exames

- a) O médico deverá preencher a guia de exame do plano médico para o atleta.
- b) Em seguida o médico deverá enviar uma foto desta guia pelo whatsapp, para a área do serviço social, que ficará responsável pela marcação do exame na rede credenciada do plano de saúde.
- c) Após o término do atendimento, o médico deverá solicitar ao atleta que entregue a guia de exame para o profissional do serviço social.
- d) Para as categorias Sub 11 à Sub 15, o médico deverá enviar um e-mail para o RH do clube, para a gerência da categoria de base, para o coordenador de performance e para o serviço social, solicitando a realização do exame.
- e) O serviço social ficará responsável por avisar o atleta, comissão técnica, área médica e os pais do atleta pelo whatsapp sobre dia e hora do exame.
- f) Atletas menores de idade e alojados no clube sempre serão acompanhados pelo profissional do serviço social.
- g) Após a realização do exame, o atleta deverá entregar o protocolo de retirada de exames a área médica.
- h) Caso o resultado do exame saia na hora, cabe ao atleta entregar o resultado o quanto antes para o médico analisar.
- i) O médico responsável pelo atendimento deverá adicionar todas as informações do atendimento no prontuário de cada atleta, bem como no Matchday, inclusive arquivando os exames no armário de exames.

#### Observação:

- O assistente social deverá solicitar ao RH o número da carteirinha do plano de saúde dos atletas da categoria Sub 15. Os atletas com contrato profissional, ficarão sempre com suas respectivas carteirinhas do plano de saúde.

### 9.4) Emergências Médicas Noturnas – Atletas Alojados

#### **SUB 15 / 17 / 20**

- a) A Administração, bem como todos os monitores do clube têm uma cópia do Protocolo de Atendimento de Emergências Médicas Noturnas.



- b) Caso ocorra alguma emergência médica no período da noite, o monitor deverá seguir o Protocolo de Atendimento de Emergências Médicas Noturnas (ANEXO 3), fixado no alojamento dos atletas
- c) Logo após o atendimento inicial, o monitor deverá ligar para o Assistente Social e informar a ocorrência.
- d) Caso o atleta seja encaminhado para um pronto-socorro ou hospital, o Assistente Social precisará ser avisado pelo monitor, pois ele deverá acompanhar o menor.
- e) O Assistente Social encerrará o processo, encaminhando um e-mail, com cópia digitalizada da receita e do Atestado Médico, comunicando a ocorrência para todos os Departamentos da Base, para que todos estejam cientes do que aconteceu e para que todos tomem as medidas necessárias;
- f) No dia seguinte o Assistente Social orientará o atleta para que ele leve a receita e o atestado originais para que um dos médicos do clube possa avaliar o estado de saúde do atleta e assim liberá-lo para os treinamentos;
- g) Em caso de atleta estudante, o mesmo deverá levar o atestado médico até a área Educacional do clube para abonar/justificar a(s) falta(s) no colégio.
- h) No dia seguinte da ocorrência, o médico do clube deverá procurar o atleta para dar o suporte necessário.

#### 9.5) Emergências Médicas Noturnas – Atletas não Alojados

- a) O Atleta deverá avisar o serviço social sobre a ocorrência.
- b) O Serviço social deverá informar pelo WhatsApp a área médica que o atleta irá comparecer no setor para avaliação.
- c) O Serviço social deverá acompanhar o atleta para a consulta médica.
- d) Após a avaliação, o médico deverá informar no grupo de WhatsApp da referida categoria, sobre o atendimento e as devidas orientações sobre a sequência do tratamento, se o atleta não for liberado, ou sobre a liberação do mesmo para treino.
- e) O médico responsável pelo atendimento deverá adicionar todas as informações do atendimento no prontuário de cada atleta, bem como no Matchday.
- f) Caso haja a necessidade de medicação, o médico deverá preencher a ficha de liberação de medicamento (ANEXO 2), sempre com a assinatura do atleta.
- g) Este documento deve ser anexado no prontuário médico do atleta bem como no Matchday pelo médico que lhe atendeu.
- h) Cabe ao médico passar as informações referente ao atendimento a comissão técnica e ao serviço social que repassará as informações referente ao atendimento aos pais dos atletas.



### 9.6) Lesão Durante Treinamento

Os procedimentos de avaliação com um médico disponível no local de treinamento, seguem o seguinte protocolo:

- a) O primeiro atendimento será realizado pelo massagista da categoria.
- b) O massagista avaliará a necessidade da avaliação médica no local de treinamento.
- c) Após a consulta, o médico deverá encaminhar uma mensagem no grupo de WhatsApp da respectiva comissão técnica para que todos os profissionais fiquem cientes do ocorrido.
- d) Da mesma forma, após a consulta, o médico deverá encaminhar uma mensagem no grupo de WhatsApp do Departamento Médico para que todos os profissionais fiquem cientes do ocorrido, bem como da conduta médica adotada.
- e) Caso haja necessidade de exame, o médico deverá preencher a guia de exame do plano médico e entregar para o atleta.
- f) Em seguida o médico deverá enviar uma foto desta guia pelo WhatsApp, para a área do serviço social, que ficará responsável pela marcação do exame na rede credenciada do plano de saúde.
- g) Para as categorias Sub 11 à Sub 15, o médico deverá enviar um e-mail para o RH do clube, para a gerencia da categoria de base, para o coordenador de performance e para o serviço social, solicitando a realização do exame.
- h) O serviço social ficará responsável por avisar o atleta, a comissão técnica, a área médica e os pais do atleta pelo WhatsApp sobre dia e hora do exame.
- i) O serviço social ficará responsável por avisar o atleta, comissão técnica, área médica e os pais do atleta pelo WhatsApp sobre dia e hora do exame.
- j) Atletas menores de idade e alojados no clube sempre serão acompanhados pelo profissional do serviço social.
- k) Após o término do atendimento, o profissional que realizou o atendimento deverá solicitar ao atleta que entregue a guia de exame para o profissional do serviço social.
- l) O serviço social ficará responsável por avisar comissão técnica, área médica e os pais do atleta pelo WhatsApp sobre dia e hora do exame.
- m) Após a realização do exame, o atleta deverá entregar o protocolo de retirada dos exames para o médico que estiver no dia no departamento médico.
- n) Caso o resultado do exame saia na hora, cabe ao atleta entregar o resultado o quanto antes no setor médico.



- o) O médico responsável pelo atendimento deverá adicionar todas as informações do atendimento no prontuário de cada atleta, bem como no Matchday, inclusive arquivando os exames no armário de exames.

Os procedimentos de avaliação quando não houver médico no local de treinamento, seguem o seguinte protocolo:

- a) O primeiro atendimento será realizado pelo massagista da categoria.
- b) O massagista avaliará a necessidade da avaliação médica e dependendo da gravidade da lesão, o massagista deverá solicitar ao supervisor da respectiva categoria para que o mesmo entre em contato com a área médica através do WhatsApp informando que o atleta será encaminhado para avaliação no Departamento Médico após o treino.
- c) O atleta sempre deverá ser acompanhado por um representante da comissão técnica ao departamento médico.
- d) Após a avaliação, o médico deverá comunicar a ocorrência e os devidos procedimentos no grupo do WhatsApp da respectiva categoria do atleta.
- e) Se o atleta precisar de exames, o médico deverá preencher e entregar a guia de exames do plano de saúde para o atleta que deverá entregar a guia de exame para o profissional do serviço social.
- f) Na sequência o médico deverá enviar um e-mail para o RH, para a Gerencia da categoria de base, para o Coordenador de Performance e para o Serviço Social, solicitando a realização do exame, bem como enviar uma foto da guia pelo WhatsApp, para a área do Serviço Social, que deverá marcar o exame.
- g) O Serviço Social ficará responsável por avisar comissão técnica, área médica e os pais do atleta pelo WhatsApp sobre dia e hora do exame.
- h) Após a realização do exame, o atleta deverá entregar o protocolo de retirada dos exames para o médico no departamento médico.
- i) Caso o resultado do exame saia na hora, cabe ao atleta entregá-lo o mais rápido possível ao médico do clube.
- j) Cabe aos médicos o arquivamento dos exames no armário de exames, bem como inserir todas as informações no Matchday e no prontuário de atendimento do atleta.





### 9.7) Emergências Durante Treinamento

No clube existem desfibriladores portátil e automático no CT da Graciosa e outro no Departamento Médico do estádio Couto Pereira, sendo dos médicos a reponsabilidade sobre a manutenção e conservação dos mesmos, garantindo assim as perfeitas condições de utilização.

Se durante o treino ocorrer alguma emergência médica (situação crítica ou algo iminente, com ocorrência de perigo), os procedimentos de avaliação com um médico disponível no local de treinamento, seguem o seguinte protocolo:

- a) Um representante da comissão deverá solicitar a presença do médico no campo.
- b) Após a avaliação, o médico avisará o supervisor da categoria para que ele entre em contato com o serviço de ambulância conveniada do clube, solicitando o transporte no local da ocorrência. Caso o supervisor não esteja presente, quem deverá realizar este contato será o administrador do centro de treinamento.
- c) O supervisor deverá enviar um e-mail ao setor do RH, Gerencia da Categoria de Base, para o Coordenador de Performance e para o Serviço Social, comunicando a ocorrência e solicitando o número da carteirinha médica do atleta.
- d) O médico que estiver de plantão no local deverá informar o supervisor o nome do hospital que o atleta será encaminhado.
- e) O atleta deverá ser encaminhado na ambulância até o hospital sempre acompanhado do supervisor.
- f) Durante o transporte, o supervisor deverá encaminhar mensagem sobre a ocorrência no grupo do WhatsApp da respectiva comissão técnica.
- g) O Serviço Social deverá então avisar os pais do atleta sobre a ocorrência.
- h) O médico do clube será responsável por acompanhar todo o processo, definindo todas as condutas futuras.
- i) Cabe aos médicos o arquivamento dos exames no armário de exames, bem como inserir todas as informações no Matchday e no prontuário de atendimento do atleta.

#### Observação:

- Caso o atleta necessite de uma cirurgia, o médico deverá enviar um e-mail ao RH, a Gerencia da Categoria de Base, ao Coordenador de Performance ao Serviço Social, explicando detalhadamente a necessidade da cirurgia e solicitando a autorização da mesma.



- Após o médico deverá preencher a requisição do plano de saúde para a realização da cirurgia e entregar para o Serviço Social, além de enviar uma mensagem de whatsapp para a respectiva comissão técnica informando a ocorrência.
- O Serviço Social será o responsável por dar sequência nos papéis da cirurgia, bem como agendar e avisar por WhatsApp a data e o horário para os pais e os representantes da respectiva comissão técnica do atleta.
- Os médicos do clube deverão acompanhar todo o processo cirúrgico e a recuperação do atleta.

#### 9.8) Lesões em Viagens Nacionais e Internacionais

Os procedimentos de avaliação com um médico presente na delegação, seguem o seguinte protocolo:

- a) O médico realizará o primeiro atendimento ao atleta, definindo os procedimentos futuros.
- b) Se o atleta precisar de exames, o médico deverá enviar um e-mail solicitando a realização dos exames para o RH, para o Coordenador da Base e para o Serviço Social que deverá responder rapidamente o e-mail informando o número da carteirinha do plano de saúde do atleta.
- c) Na sequência, o Serviço Social deverá avisar a família sobre a ocorrência.
- d) De posse dos resultados, o representante da comissão técnica, deverá entregar os resultados ao médico que avaliará os procedimentos futuros, e, na sequência enviará uma mensagem no grupo de WhatsApp da respectiva categoria, para que o Serviço Social entre em contato com os pais do atleta pelo WhatsApp informando a ocorrência.
- e) Cabe aos médicos o arquivamento dos exames no armário de exames, bem como inserir todas as informações no Matchday e no prontuário de atendimento do atleta.
- f) Caso o atleta necessite de medicação, o médico deverá buscar com o massagista a medicação na maleta de remédios que segue a delegação na viagem.
- g) O massagista da categoria é o responsável pela organização, manutenção, conservação e controle de entrada e saída de medicamentos remédios nesta maleta cabe.



Os procedimentos de avaliação sem um médico presente na delegação, seguem o seguinte protocolo:

- a) O massagista realizará o primeiro atendimento ao atleta e definirá o procedimento a ser tomado.
- b) Caso seja necessária a intervenção de um médico, o massagista deverá conversar com o chefe de delegação para que ele entre em contato com o Departamento Médico solicitando orientações sobre os procedimentos a serem seguidos.
- c) Caso não seja necessária a realização de exames, o médico deverá mandar mensagem com as orientações no grupo de WhatsApp da respectiva categoria.
- d) Caso seja necessária a realização de exames, o chefe da delegação deverá destacar um representante da comissão técnica para acompanhar o atleta até o hospital mais próximo.
- e) O chefe da delegação deverá enviar um e-mail para o RH do clube, para o Coordenador da Base e para o Serviço Social, solicitando a autorização para a realização do exame quando forem atletas sem contrato profissional.
- f) O Rh irá retornar o e-mail com o número da carteirinha do plano de saúde do atleta.
- g) O Serviço Social deverá informar a família por telefone o fato ocorrido.
- h) De posse do resultado do exame, o chefe de delegação deverá encaminhar o resultado por foto para que o médico avalie e oriente a conduta adequada a ser seguida como forma de tratamento.
- i) O chefe de delegação ficará responsável por guardar e entregar os resultados dos exames para o médico, que ficará responsável por adicionar as informações no prontuário médico do atleta bem como no Matchday.
- j) Caso o atleta necessite de medicação, o chefe de delegação deverá enviar uma mensagem pelo WhatsApp ao Departamento Médico que deverá responder à mensagem com as devidas orientações ao massagista para que ele administre os medicamentos ao atleta, já que o massagista é responsável pela organização e controle de entrada e saída de medicamentos na maleta.
- k) Ao final da viagem, o massagista deverá repassar todas as informações sobre a ocorrência ao médico para que o mesmo possa estar adicionando no prontuário do atleta e no Matchday.

Observação: No caso de uma emergência durante o jogo, o chefe de delegação deve encaminhar o atleta até a ambulância que estará acompanhando o jogo, que encaminhará o atleta até o hospital mais próximo, seguindo os procedimentos citados acima.



### 9.9) Lesões em Jogos

Os procedimentos de avaliação com um médico disponível no local do jogo, seguem o seguinte protocolo:

- a) O médico realizará o primeiro atendimento ao atleta e definirá o procedimento a ser seguido.
- b) Após a consulta, o médico deverá encaminhar uma mensagem no grupo de WhatsApp da respectiva comissão técnica para que todos os profissionais fiquem cientes do ocorrido.
- c) No caso de necessitar de exame, o médico deverá preencher a guia de exame do plano médico e entregar para o atleta.
- d) Em seguida o médico deverá enviar uma foto desta guia pelo WhatsApp, para a área do serviço social, que ficará responsável pela marcação do exame na rede credenciada do plano de saúde.
- e) Após o término do atendimento, o profissional que realizou o atendimento deverá solicitar ao atleta que entregue a guia de exame para o profissional do serviço social.
- f) O médico deverá enviar um e-mail para o RH do clube, para a Gerencia da Categoria de Base, ao Coordenador de Performance e ao Serviço Social, solicitando a realização do exame quando forem atletas sem contato profissional.
- g) O serviço social ficará responsável por avisar o atleta, comissão técnica, área médica e os pais do atleta pelo WhatsApp sobre dia e hora do exame.
- h) Após a realização do exame, o atleta deverá entregar o protocolo de retirada dos exames para o médico no departamento médico.
- i) Caso o resultado do exame saia na hora, o atleta deverá entregar o quanto antes o resultado ao médico do clube.
- j) Cabe aos médicos o arquivamento dos exames no armário de exames, bem como inserir todas as informações no Matchday e no prontuário de atendimento do atleta.
- k) Caso o atleta necessite de medicação, o médico deverá buscar com o massagista a medicação na maleta de remédios que segue a delegação na viagem.
- l) O massagista da categoria é o responsável pela organização, manutenção, conservação e controle de entrada e saída de medicamentos na maleta de remédios.
- m) Cabe aos médicos o arquivamento dos exames no armário de exames, bem como inserir todas as informações no Matchday e no prontuário de atendimento do atleta.



Os procedimentos de avaliação sem a presença de um médico disponível no local do jogo, seguem o seguinte protocolo:

- a) O massagista realizará o primeiro atendimento ao atleta e definirá o procedimento a ser tomado.
- b) Caso seja necessária a avaliação de um médico, o massagista deverá comunicar o chefe da delegação que deverá entrar em contato com o Departamento Médico através de mensagem de WhatsApp, solicitando orientações sobre os procedimentos a serem seguidos.
- c) O médico deverá informar na mensagem de WhatsApp, sobre a necessidade de realização de exames.
- d) Na sequência o chefe de delegação enviará um e-mail para o RH do clube, a Gerencia da Categoria de Base, ao Coordenador de Performance e para o Serviço Social, solicitando a realização do exame.
- e) O Rh irá retornar o e-mail com o número da carteirinha do plano de saúde do atleta.
- f) Para a realização dos exames, o chefe de delegação deverá destacar um representante da comissão técnica para acompanhar o atleta até o hospital mais próximo.
- g) O Serviço Social deverá informar a família por telefone da ocorrência.
- h) Após o resultado do exame, o chefe de delegação encaminhará o resultado dos exames por foto ao médico, que deverá informar a conduta a ser seguida como forma de tratamento.
- i) De posse do resultado do exame, o chefe de delegação deverá encaminhar o resultado por foto para que o médico avalie e oriente a conduta adequada a ser seguida como forma de tratamento.
- j) O chefe de delegação ficará responsável por guardar e entregar os resultados dos exames para o médico, que ficará responsável por adicionar as informações no prontuário médico do atleta bem como no Matchday.
- k) Caso o atleta necessite de medicação, o chefe de delegação deverá enviar uma mensagem pelo WhatsApp ao Departamento Médico que deverá responder à mensagem com as devidas orientações ao massagista para que ele administre os medicamentos ao atleta, já que o massagista é responsável pela organização e controle de entrada e saída de medicamentos na maleta.
- l) Ao final do jogo, o massagista deverá repassar todas as informações sobre a ocorrência ao médico para que o mesmo possa estar adicionando no prontuário do atleta e no Matchday.



Observação: No caso de uma emergência durante o jogo, o chefe de delegação deve encaminhar o atleta até a ambulância que estará acompanhando o jogo, que encaminhará o atleta até o hospital mais próximo, seguindo os procedimentos citados acima.

#### 9.10) Armário de Medicamentos

- a) A central de medicamentos do clube fica localizada no Couto Pereira.
- b) O armário sempre deverá permanecer trancado, sendo que a chave deverá ficar na primeira gaveta da sala do médico. A chave reserva deverá ficar no claviculário da administração do estádio.
- c) Apenas os médicos têm autorização para receitar e ministrar medicamentos para os atletas.
- d) A retirada de medicamentos deverá ser anotada na FICHA CONTROLE DE SAÍDA MENSAL DE MEDICAMENTOS (ANEXO 4), a qual se localiza dentro do armário de medicamentos.
- e) Os médicos são responsáveis pela organização, controle e manutenção dos medicamentos.
- f) O médico deverá preencher o documento de entrega da medicação e solicitar que o atleta também assine o documento (ANEXO 2), que deverá ser arquivado no prontuário do atleta.
- g) A assinatura do atleta ao liberar o medicamento se faz necessário para que haja o controle do que está sendo liberado para o atleta consumir, quem liberou, o dia e a causa.
- h) Ao final do atendimento, o médico deverá fazer os devidos registros no Matchday.
- i) Na falta de algum medicamento, o médico deverá enviar uma mensagem de WhatsApp ao massagista da categoria profissional, solicitando a reposição.
- j) Se o atleta necessitar de um medicamento e o médico não estiver presente no Departamento Médico, cabe a um dos profissionais da área, enviar uma mensagem de WhatsApp ao médico, informando os sintomas e solicitando orientações sobre a conduta a seguir.
- k) O médico então deverá responder à mensagem de WhatsApp, registrando todos os procedimentos a serem adotados, incluindo receituário médico.
- l) Assim, o profissional que intermediou a avaliação médica poderá retirar os medicamentos e entregar para o atleta com as devidas orientações do médico.
- m) O profissional que retirar o medicamento deverá então preencher a Ficha de Saída dos Medicamentos e solicitar que o atleta também assine o documento, bem como o profissional deverá preencher FICHA CONTROLE DE SAÍDA MENSAL DE MEDICAMENTOS.



- n) Cabe aos médicos a realização do arquivamento dos documentos, bem como inserir todas as informações no Matchday e no prontuário de atendimento do atleta.

#### 9.11) Vacinas

- a) Os médicos deverão manter o controle sobre o calendário vacinal de cada atleta, organizando todas as carteiras de vacinas bem como cronograma de vacinação de todos os atletas.
- b) Os médicos são os responsáveis legais por manter as carteiras de vacinas dos atletas atualizadas, de maneira a organizar o calendário individual de cada atleta com os atestados de todas as vacinas consideradas obrigatórias para cada faixa etária até os 18 anos, conforme determina a legislação.
- c) As carteiras de vacina dos atletas ficarão guardadas nas pastas dos prontuários médicos dos atletas no Departamento Médico, já que todo processo de vacinação é realizado dentro do clube.
- d) De posse de todas as informações, os médicos então criarão um cronograma anual de vacinação dos atletas que deverá ser enviado por e-mail para o massagista da categoria profissional, com cópia para a Gerencia da Categoria de Base, ao Coordenador de Performance bem como para o Serviço Social.
- e) O médico será responsável por agendar os horários com o supervisor de cada categoria para organizar a vacinação (individual e em massa) de todos os atletas.
- f) Os médicos serão responsáveis por registrar todas as informações nas devidas carteiras de vacinas dos atletas, bem como um controle efetivo na vacinação e colher assinatura das pessoas que foram vacinadas.

#### 9.12) Atestado Médico

- a) Se o médico avaliar a necessidade de fornecer um Atestado Médico ao atleta, ele deverá enviar cópia digitalizada para a área educacional e do serviço social.
- b) O médico deverá solicitar ao atleta que entregue o atestado original a área da Educação.
- c) Os médicos deverão fazer todos os registros de emissão de atestados médicos nos prontuários individuais e no Matchday, pois poderão ser solicitados pelo Ministério Público para justificar casos de reprovação escolar.





CORITIBA FOOT BALL CLUB



ANEXO 2 - Modelo de Ficha de Retirada de Medicamentos

 <b>PROTOCOLO DE RETIRADA DE MEDICAMENTOS</b> 	
<b>CATEGORIA DE BASE CORITIBA FOOT BALL CLUB 2020</b>	
<b>ATLETA</b>	<b>CATEGORIA</b>
	<b>DATA</b>
	/ /
<b>DESCRIÇÃO DO SINTOMA</b>	<b>MEDICAMENTO MINISTRADO</b>
PROFISSIONAL QUE MINISTROU O MEDICAMENTO	ATLETA QUE RECEBEU O MEDICAMENTO



ANEXO 3 – SOS – protocolo de emergência médica

**SOS - Como proceder em uma emergência médica fora dos horários abaixo:**

<b>Manhã</b>	<b>Segunda - feira</b>	<b>Das 7h30 às 13h00</b>
<b>Tarde</b>	<b>Segunda a sexta - feira</b>	<b>Das 13h00 às 17h00</b>

1. Mantenha a calma;
2. Procure o monitor que ligará para a Empresa Pickler (41) 3044-1313 para que enviem uma ambulância para atender a emergência médica;
3. Em caso de menor gravidade, o atleta poderá ser tratado no local onde o médico tomará as providências necessárias após ouvir o relato do atleta e dará todas as orientações para resolver o problema;
4. Conforme a gravidade do caso, o atleta será encaminhado para um pronto-socorro ou hospital;
5. Logo após o atendimento inicial, o monitor deverá ligar para o Assistente Social, José Mauro (n. do celular) e informar a ocorrência;
6. Caso o atleta seja encaminhado para um pronto-socorro ou hospital, o Assistente Social precisará ser avisado pelo monitor, pois ele deverá acompanhar o menor;
7. O Assistente Social encerrará o processo, encaminhando um e-mail, com cópia digitalizada da receita e do Atestado Médico, comunicando a ocorrência para todos os Departamentos da Base, para que todos estejam cientes do que aconteceu e para que todos tomem as medidas necessárias;
8. No dia seguinte o Assistente Social orientará o atleta para que ele leve a receita e o atestado originais para que um dos médicos do clube possa avaliar o estado de saúde do atleta e assim liberá-lo para os treinamentos;
9. Em caso de atleta estudante, o mesmo deverá levar o atestado médico até a área Educacional do clube para abonar/justificar a(s) falta(s) no colégio.





## 10) PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DO SETOR DE TRANSIÇÃO DM / CAMPO

A Área de Transição, também chamada de *Return to Play*, é uma área integrante do Departamento Médico e conta com um profissional responsável para atender as categorias Sub 11, Sub 13, Sub 15, Sub 17 e Sub 20, atuando na preparação física e no condicionamento físico dos atletas.

A preparação física tem como objetivos principais a melhoria das funções orgânicas e o aprimoramento do desempenho esportivo, utilizando-se de métodos fundamentados em princípios científicos de treinamento. Neste contexto torna-se indispensável que a preparação física esteja integrada, tenha a disposição o conhecimento e o suporte das demais áreas que integram o setor de performance física do clube.

A condição física garante que o atleta consiga alternar entre os momentos de baixa e alta intensidade de um jogo, revezando entre potência e resistência, por isso o Preparador Físico atende especificamente a Academia do Clube e é responsável por:

- Organizar a programação macro, meso e microciclo em comum acordo com as Comissões técnicas;
- Controlar e interpretar com o Fisiologista os parâmetros de composição corporal: peso, ganho ou perda de massa;
- Preparar a Periodização para casos especiais (retorno de lesão, recém-chegados, emagrecimento, ganho ou perda de massa);
- Aplicar os treinamentos conforme planejamento;
- Prescrever e realizar trabalhos Corretivos e de Força;
- Aplicar a escala de Bem Estar e pesagem;

## CORITIBA FOOT BALL CLUB



- Aplicar trabalhos de retorno ao treino quando necessário;
- Controlar os materiais e equipamentos específicos, zelando pela manutenção e organização da Academia;
- Atualizar constantemente a biblioteca de exercícios bem como programas específicos para uso na academia;
- Apoiar os demais preparadores físicos na organização e aplicação dos treinos a serem realizados na academia;
- Auxiliar aos fisioterapeutas e demais preparadores físicos na prescrição de treinos na academia com o objetivo de retorno dos atletas provenientes de casos especiais;

Com estas ações, a preparação física visa melhorar o sistema cardiorrespiratório de seus atletas, sua flexibilidade, coordenação, mobilidade articular, reflexos, agilidade, concentração, manutenção e maximização de força e resistência muscular, minimizando assim os riscos de lesão e possibilitando aos mesmos uma melhor recuperação, deixando os atletas aptos para competir.

O Preparador Físico, sempre deverá estar presente na Academia do Clube, com os atletas que estão realizando o trabalho individualizado e personalizado, preenchendo as fichas de controle dos treinos diariamente.

Esse profissional irá realizar o trabalho de transição dos atletas que permaneceram mais de 10 dias em tratamento no Departamento Médico, pois entende-se que a partir do 10º dia parado o atleta começa a ter queda de rendimento exacerbada em comparação ao grupo que está treinando normalmente.

**Horário de Funcionamento:**

CATEGORIAS	HORÁRIOS DE ATENDIMENTO	
	MANHÃ	TARDE
<b>Segunda a Sexta</b>	<b>08:00h às 12:00h</b>	<b>13:00h às 18:00h</b>
<b>Sábados</b>	<b>07:30h às 11:30h</b>	

- O Preparador Físico responsável deverá respeitar os horários dispostos acima, de forma a manter sua agenda, garantindo o atendimento de todas as categorias de forma igualitária.
- Todos os trabalhos de *Return to Play* (Anexo 1), poderão demandar mais ou menos tempo para que o atleta seja liberado para treinos com o grupo.
- Para iniciar o trabalho *Return to Play*, o preparador físico responsável, deverá receber o controle das cargas de trabalho internas e externas da Fisioterapia que foram realizadas enquanto o atleta permaneceu na fisioterapia, para alinhar os trabalhos a serem realizados.
- O preparador físico deverá preencher diariamente o relatório com os trabalhos realizados e suas cargas de treino (Anexo 2).
- Para o controle de carga externa de trabalho o preparador físico deverá se basear nas cargas contidas no (Anexo 3).
- Para que o atleta possa ser liberado do período de transição o mesmo deverá alcançar os seguintes objetivos:
  - Alcançar carga aguda correspondente a 1,5x ao maior valor do *Trimp* de jogo.
  - Ser submetido aos testes pelo preparador físico da área (Anexo 4) sendo que os valores aceitáveis de retorno não deverão ultrapassar 10% de diferença entre membros (direito e esquerdo).
- Caso o atleta seja aprovado nestes testes o atleta passa por uma nova avaliação da área médica e área fisioterápica.
- Estando as 3 áreas de acordo com a liberação do atleta os responsáveis de cada área devem assinar a ficha do (Anexo 2).

## CORITIBA FOOT BALL CLUB



- O preparador físico deverá digitalizar a ficha de controle da transição (Anexo 2) e enviá-la por mensagem de WhatsApp para o grupo da comissão técnica da categoria do atleta, bem como anexá-la no Matchday do atleta, encerrando o processo de transição.
- O fisiologista deverá acompanhar a evolução das cargas aguda e crônicas do atleta durante os próximos dois meses, a fim de evitar lesão recidiva, preservando assim a integridade do atleta.
- Caso o fisiologista perceba uma elevação de carga muito abrupta, o mesmo deverá informar a comissão técnica e sugerir uma atenção especial ao atleta.

### **Observações:**

- O preparador físico responsável por esta área deverá enviar um relatório ao final de cada semana, por WhatsApp, para os grupos das comissões técnicas de cada categoria (Anexo 5).
- Também é de responsabilidade do preparador físico encaminhar a programação semanal da academia e do *Return to Play* (Anexo 6) aos supervisores para que os mesmos repassem essa programação nos grupos de WhatsApp dos atletas.
- Na sequência o preparador físico deverá fixar a programação semanal da academia e do *Return to Play* (Anexo 6) na porta da academia para reforçar os horários.



## 11) PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DO SETOR DE NUTRIÇÃO

A Nutrição é uma área integrante do Centro de Excelência do Esporte do Coritiba (CEECOR) das Categorias de Base do Coritiba Foot Ball Club. Esta área possui um profissional que é responsável pelas categorias Sub 11, Sub 13, Sub 15, Sub 17 e Sub 20, bem como observar a qualidade dos serviços prestados pela empresa terceirizada que atende o restaurante. Neste contexto é indispensável que nutrição esteja integrada, tenha a disposição o conhecimento e o suporte das demais áreas que integram o setor de performance física do clube.

O profissional dessa área deve desempenhar as seguintes funções:

- Planejar e equilibrar todas as refeições do clube, tanto nas questões nutricionais como nas condições higio-sanitárias.
- Avaliar os atletas com entrevistas específicas na pré-temporada.
- Analisar e avaliar periodicamente o estado nutricional de todos os atletas, propondo melhorias e estipulando objetivos de melhora.
- Monitorar a alimentação dos atletas nos períodos de treinamentos e nos dias de jogos.
- Promover o crescimento e o melhor desenvolvimento dos atletas em formação.
- Realizar atividades teóricas e práticas, que contribuam na educação alimentar para uma vida esportiva melhor.
- Realizar consultas individuais com a finalidade de melhorar hábitos alimentares e introduzir práticas de nutrição esportiva, adequando à alimentação feita tanto internamente e principalmente, fora do Clube.
- Interpretar os resultados junto à fisiologia e a preparação física referente ao acompanhamento da composição corporal dos atletas, realizando os devidos ajustes na prescrição nutricional.
- Prescrever (quando necessário) dietas específicas para atletas que necessitem ganhar





- massa muscular.
- Prescrever a suplementação individual para todas as categorias.
  - Organizar os horários específicos para as refeições de atletas e funcionários.
  - Prescrever toda a programação do cardápio de jogos e viagens.
  - Avaliar a hidratação dos atletas, tanto quanto ao controle de pesagem (pré e pós treino) como análise da densidade e coloração de urina.
  - Estar em discussão com preparadores físicos e treinadores de cada categoria para saber do desempenho dos atletas, propondo mudanças e adequações no cardápio.
  - Diagnosticar os atletas que necessitam de intervenção e atuar para tal
  - Acompanhar o desenvolvimento nutricional e atlético de cada atleta
  - Intervir com estratégias Ergogênicas caso haja necessidade
  - Reavaliar os atletas através de questionário específico
  - Prescrever dietas e cardápios individualizados caso haja necessidade
  - Controlar e orientar as refeições que são realizadas pelos atletas

#### 11.1) Avaliação Pré Temporada

No início de cada temporada referente à nutrição, a primeira medida a ser tomada é realizar uma avaliação nutricional individual de cada atleta (ANEXO 1), para identificar os principais pontos a serem trabalhados no período, tendo como objetivo determinar o hábito alimentar dos atletas.

Na sequência, o preparador físico da categoria em conjunto com o supervisor deverá passar os grupos e horários aos quais cada atleta irá se apresentar para entrevista com a nutricionista.

Nesta avaliação, individual, o profissional buscará saber o que cada atleta gosta de comer, que tipo de alimento ingere com frequência, se tem alergias, intolerância, problemas gastrointestinais, histórico familiar, onde o atleta faz as refeições, o cálculo das



calorias ingeridas, a distribuição dos micronutrientes e macronutrientes, se estava usando algum tipo de suplemento alimentar, etc.

Caso a nutricionista observe algum problema com o atleta, ela deverá informar a comissão técnica no grupo de WhatsApp da categoria sobre a necessidade de intervenção.

Ao final da entrevista a nutricionista deverá adicionar todos os dados do atleta no Matchday.

#### **Observações:**

- Caso haja a necessidade de realizar alguma intervenção durante o ano, a nutricionista deverá informar o plano de ação para a comissão técnica e para o CEECOR, através dos respectivos grupos de WhatsApp.
- Caso seja detectada algum ponto que necessite de intervenção com as categorias Sub 11 e Sub 13, a família será convocada para uma reunião com a nutricionista a fim de orientar a família sobre as novas condutas.

#### **11.2) Controle no Refeitório**

Para um melhor rendimento e atuação dentro de campo o atleta precisa receber uma dieta rica em macronutrientes bem como micronutrientes que serão utilizados como demanda energética durante a prática esportiva, desta forma são oferecidas café da manhã, almoço, jantar e lanche noturno diariamente aos atletas respeitando a seguinte organização:



<b>Atletas</b>	<b>Refeição</b>
<b>Atletas não alojados</b>	<b>Café da Manhã Almoço</b>
<b>Atletas Alojados</b>	<b>Café da Manhã Almoço Lanche da Tarde Jantar Lanche Noturno</b>

### HORÁRIOS DAS REFEIÇÕES

<b>CATEGORIAS</b>	<b>HORÁRIOS DAS REFEIÇÕES</b>		
	<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	<b>ALMOÇO</b>	<b>JANTAR</b>
<b>Sub 15</b>	<b>06:30h às 08:30h</b>	<b>12:30h às 13:00h</b>	<b>17:30h as 19:30h (Segunda a Sexta) 17:30h as 19:00h (Sábado, Domingo e Feriados)</b>
<b>Sub 17</b>	<b>06:30h às 08:30h</b>	<b>12:45h às 13:30h</b>	<b>17:30h as 19:30h (Segunda a Sexta) 17:30h as 19:00h (Sábado, Domingo e Feriados)</b>
<b>Sub 20</b>	<b>06:30h às 08:30h</b>	<b>11:30h às 13:30h</b>	<b>17:30h as 19:30h (Segunda a Sexta) 17:30h as 19:00h (Sábado, Domingo e Feriados)</b>

- Cabe a nutricionista o controle de entrada e saída dos atletas no refeitório, informando a comissão técnica diariamente através do grupo de WhatsApp sobre a não realização de alguma refeição por parte do atleta, sendo desde o café da manhã, almoço, jantar ou os lanches.
- Todos os atletas são obrigados a realizar todas as refeições ofertadas pelo clube.
- Em dias de jogos as refeições ofertadas se alteram dependendo do período, se for pela manhã, os atletas deverão tomar café no clube, e, se o jogo for a tarde, os atletas deverão realizar o almoço no clube.

## CORITIBA FOOT BALL CLUB



- O monitor do alojamento será responsável por retirar os lanches para os atletas na cozinha.
- Os lanches da tarde serão servidos a partir das 15h e os lanches da noite serão servidos a partir das 20h.

### Observações:

- Caso seja detectada alguma vulnerabilidade social reconhecida na avaliação com os atletas das categorias Sub 11 e Sub 13, o mesmo será convidado a fazer as refeições pré-treino e pós treino no refeitório do clube.
- Atletas das Categoria Sub 11 e Sub 13 não realizam nenhuma refeição no clube.

### 11.3) Suplementação

A suplementação ajuda os atletas a fortalecer os músculos evitando distensões, rompimentos, lesões comuns em jogadores de alta performance. Por isso, uma dieta saudável e suplementação adequada têm por objetivo ajudar o jogador de futebol a suportar um treinamento intenso e melhorar seus resultados.

Abaixo apresentamos os procedimentos que deverão ser seguidos:

- Antes de indicar suplementos, a nutricionista precisa cuidar com o doping. Na dúvida, o melhor é usar suplementos manipulados ou marcas de total confiança, pois muitos suplementos hoje em dia possuem substâncias ilícitas, principalmente os importados.
- Desta forma, cabe a nutricionista, após a entrevista em conjunto com o CEECOR, identificar demandas para a utilização da suplementação.
- Após a identificação, a nutricionista deverá fazer orientação individual sobre o método de ingestão do suplemento com o atleta.

---

## CORITIBA FOOT BALL CLUB



- Caso seja necessário a ingesta desta suplementação pré e pós treino a nutricionista deverá deixar as orientações com o massagista da categoria sobre a preparação do suplemento e com o preparador físico da categoria sobre a orientação de consumo.
- Todos os dados referentes a suplementação deverão ser inseridos no Matchday.

### Observação:

A suplementação será utilizada apenas com as categorias Sub 15, Sub 17 e Sub 20.



ANEXO 1 – Modelo de ficha de anamnese nutricional

NOME:	
CATEGORIA:	
DATA DE NASC:	PESO HABITUAL:
INGESTÃO DE AGUA:	APARENCIA DA URINA:
HMP:	
HMF:	
HMA:	
ALERGIA ALIMENTAR:	/ HABITO INTESTINAL:

ALIMENTOS	FREQUENCIA ALIMENTAR
CARNE BOVINA / FRANGO	
PEIXE / SUINOS / OVO	
LEITE / QUEIJO / IOGURTE	
ARROZ / MACARRÃO / MASSAS / BATATA / AIPIM/ PAO	
FEIJÃO / LENTILHA	
FRUTAS	
VERDURAS E LEGUMES	
DOCES / FRITURAS	
REFRIGERANTE	
BEBIDA ALCOOLICA	

CAFÉ DA MANHÃ	
LANCHE	
ALMOÇO	
LANCHE	
JANTAR	
LANCHE	

PESO ATUAL	ALTURA
PERCENTUAL DE GORDURA	
PESO IDEAL	



## 12) PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DO SETOR DE EDUCAÇÃO

Desde a entrada dos atletas no Estádio Major Antônio Couto Pereira, já existe um protocolo de acompanhamento a fim de garantir um processo de rotinas iniciais como: conhecer toda a estrutura do clube e entregar todos os documentos de entrada para o responsável pelo serviço social e já realizar a primeira entrevista e o preenchimento do cadastro inicial no Matchday.

Neste contexto torna-se indispensável que a área educacional esteja integrada as demais áreas, principalmente com o serviço social e a psicologia, além das comissões técnicas, contribuindo para a performance mental dos atletas e seus resultados de campo.

A psicopedagogia seguirá os seguintes procedimentos:

- Compor o Plano e Acompanhamento Personalizado (PAP), documento que acompanhado de uma anamnese psicopedagógica que permitirá um estudo aprofundado de cada caso e que norteará todas as ações a serem realizadas com o atleta.
- Providenciar a matrícula escolar do atleta em um dos colégios parceiros, caso este seja alojado.
- Providenciar o uniforme e o material escolar para os atletas alojados.
- Encaminhar um e-mail para a área administrativa do clube, inserindo o nome do atleta alojado na listagem de frequência diária para garantir o transporte escolar.
- Solicitar ao Serviço Social a Declaração de Matrícula Escolar atualizada dos atletas não alojados.
- Analisar bimestralmente ou trimestralmente a ficha escolar individual com notas e frequência de todos os atletas.

## CORITIBA FOOT BALL CLUB



- Solicitar ao serviço social, bimestralmente ou trimestralmente, a ficha escolar individual com notas e frequência dos atletas não alojados para análise.
- Acompanhar a rotina de atividades escolares que se enquadram na área da Educação Formal, conforme exigência legal.
- Interagir e participar efetivamente da vida escolar dos atletas, mostrando aos mesmos a preocupação do clube em relação à sua formação educacional;
- Acompanhar todo o processo de fechamento das notas e de etapas escolares, buscando garantir o desempenho e a frequência escolar dos atletas;
- Desenvolver o Programa de Formação Cidadã, juntamente com o serviço de psicologia e serviço social, que atua na área da Educação não Formal de maneira a ofertar uma série de aprendizagens significativas nas mais variadas linhas de atuação como: Cultura e Artes, Prevenção e Promoção da Saúde, Direitos Humanos, Esporte e Lazer, Qualidade de Vida, Meio Ambiente, Educação Financeira e Cidadania, Inclusão Digital, aulas de inglês e aulas de reforço para todos os jovens de maneira preventiva para melhorar o nível de aprendizagem dos mesmos e com isso garantir um desempenho escolar satisfatório.

### **PROGRAMA DE FORMAÇÃO CIDADÃ - ATIVIDADES SOCIOEDUCATIVAS**

O Programa de Formação Cidadã e às Atividades Socioeducativas desenvolvidas no Coritiba Foot Ball Club que é estruturado com conteúdos progressivos, proporcionando ações que se complementam ao longo do processo de formação, visando assim propiciar uma melhor qualidade de vida ao jogador-cidadão e contribuindo para que o Clube se mantenha no seleto grupo de Clubes Formadores, conforme prescreve a legislação brasileira regulamentada pela Lei Federal nº 12.395/11.



---

## CORITIBA FOOT BALL CLUB



Para tanto, suas ações específicas visam:

- Atuar como facilitadora no processo de integração e adaptação do atleta no clube;
- Apresentar e exigir o cumprimento das Regras de boa convivência entre os atletas alojados;
- Promover o desenvolvimento de atividades de modo a enriquecer e compartilhar o conhecimento, criando igualdade de oportunidades para todos, contribuindo assim para o processo de formação integral e a melhoria da qualidade de vida dos nossos atletas.
- Acompanhar e incentivar a participação dos atletas da categoria Sub 20 nas aulas de inglês dando o suporte necessário na sua frequência e rendimento;
- Aplicar testes psicopedagógicos quando necessários em atletas com dificuldades de aprendizagem;
- Promover a melhoria da qualidade de vida e do desempenho esportivo dos atletas;
- Complementar o treinamento esportivo dos atletas auxiliando a desenvolver aspectos favoráveis, como: autocontrole, liderança e motivação;
- Buscar aprimoramento contínuo das técnicas através da capacitação dos envolvidos no processo de formação e Performance mental.
- Preparar o atleta para suas promoções ou possível necessidade de desligamento do clube.

## Modelo de cronograma de Atividades Socioeducativas internas e externas

### PROPOSIÇÃO DAS ATIVIDADES SOCIOEDUCATIVAS INTERNAS

PERÍODO	PARTICIPANTES	AÇÃO PROPOSTA
Janeiro (Data e horário a definir)	Equipe Multidisciplinar	Planejamento das ações do 1º semestre conforme o calendário escolar e o de competições nacionais e internacionais e ainda a análise das atividades desenvolvidas no ano anterior.
Fevereiro (Data e horário a definir)	Gerente de Futebol – Base	Definição dos recursos humanos e materiais necessários para o desenvolvimento das atividades
Março (Data e horário a definir)	9h – Sub 15 10h – Sub 17 11h – Sub 20	História do Clube I História do Clube II História do Clube III
Abril (Data e horário a definir)	9h – Sub 15 10h – Sub 17 11h – Sub 20	Adversidades no Futebol / Nível I Adversidades no Futebol / Nível II Adversidades no Futebol / Nível III
Maio (Data e horário a definir)	9h – Sub 15 10h – Sub 17 11h – Sub 20	Planejamento de Carreira / Nível I Planejamento de Carreira / Nível II Planejamento de Carreira / Nível III
Junho (Data e horário a definir)	9h – Sub 15 10h – Sub 17 11h – Sub 20	Educação Financeira / Nível I Educação Financeira / Nível II Educação Financeira / Nível III
<b>Julho</b>		<b>Recesso Escolar</b>
Agosto (Data e horário a definir)	9h – Sub 15 10h – Sub 17 11h – Sub 20	Sexualidade / Nível I Sexualidade / Nível II Sexualidade / Nível III
Setembro (Data e horário a definir)	9h – Sub 15 10h – Sub 17 11h – Sub 20	Drogas e Bebidas / Nível I Drogas e Bebidas / Nível II Drogas e Bebidas / Nível III
Outubro (Data e horário a definir)	9h – Sub 15 10h – Sub 17 11h – Sub 20	Direitos Humanos / Nível I Direitos Humanos / Nível II Direitos Humanos / Nível III
Novembro (Data e horário a definir)	9h – Sub 15 10h – Sub 17 11h – Sub 20	Atitude – A Mudança começa em você / Nível I Atitude – A Mudança começa em você / Nível II Atitude – A Mudança começa em você / Nível III
Dezembro (Data e horário a definir)	Equipe Multidisciplinar	Avaliação da edição do Programa de Formação Cidadã interno daquele ano onde serão analisadas as competências e os processos de medição do impacto do programa para garantir a comparabilidade dos resultados.

Observação: o calendário e as atividades selecionadas estarão sujeitas à alterações conforme necessidades e ou interesses do clube, bem como a disponibilidade dos palestrantes e da programação de competições.



### PROPOSIÇÃO DAS ATIVIDADES SOCIOEDUCATIVAS EXTERNAS

PERÍODO	PARTICIPANTES	AÇÃO PROPOSTA
Janeiro (Data e horário a definir)	Equipe Multidisciplinar	Planejamento das ações do 1º semestre conforme o calendário escolar e o de competições nacionais e internacionais e ainda a análise das atividades desenvolvidas no ano anterior.
Fevereiro (Data e horário a definir)	Gerente de Futebol – Base	Definição dos recursos humanos e materiais necessários para o desenvolvimento das atividades
Março (Data e horário a definir)	SUB 15	LINHA TURISMO
Abril (Data e horário a definir)	SUB 17	SERRA DO MAR/MORRETES
Maio (Data e horário a definir)	SUB 20	PAINTBALL
Junho (Data e horário a definir)	SUB 15	PARQUE DE LAZER BETO CARRERO WORLD
Julho		Recesso Escolar
Agosto (Data e horário a definir)	SUB 17	DESAFIO INTELECTUAL/FÍSICO
Setembro (Data e horário a definir)	SUB 20	KART
Outubro (Data e horário a definir)	SUB 15	CURITIDOCE – TOUR PELAS DOCERIAS DE CURITIBA OU KURITIBIKE – TOUR DE BICICLETA EM CURITIBA
Novembro (Data e horário a definir)	SUB 17 e SUB 20	TEATRO – STUND UP COMEDY OU SHOW MUSICAL
Dezembro (Data e horário a definir)		Avaliação da edição do Programa de Formação Cidadã externo daquele ano onde serão analisadas as competências e os processos de medição do impacto do programa para garantir a comparabilidade dos resultados.

Observação: Programa sujeito a alterações conforme programa de competições das categorias e negociação com fornecedores.



### 13) PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DO SETOR DE SERVIÇO SOCIAL

Desde a entrada dos atletas no Estádio Major Antônio Couto Pereira, já existe um protocolo de acompanhamento a fim de garantir um processo de rotinas iniciais como: conhecer toda a estrutura do clube e entregar todos os documentos de entrada para o responsável pelo serviço social e já realizar a primeira entrevista e o preenchimento do cadastro inicial no Matchday.

O Serviço Social seguirá os seguintes procedimentos:

- Acolher o atleta e sua família na chegada ao clube;
- Orientar os pais/responsáveis sobre os documentos necessários para o registro do atleta e em casos em que o atleta será alojado, encaminhar as autorizações (Anexo 1);
- Realizar a entrevista social com a família e com o atleta estabelecendo vínculo com estes;
- Apresentar as Normas de Conduta do Clube ao atleta e seus pais/responsáveis legais;
- Conferir a documentação necessária para o registro dos atletas junto aos órgãos responsáveis;
- Preencher a ficha do serviço social no matchday e traçar o perfil socioeconômico e a estrutura familiar do atleta;
- Analisar a viabilidade de concessão de benefícios socioassistenciais ofertados pelo Clube para atletas;
- Encaminhar através de protocolo as cópias autenticadas necessárias para o registro do atleta ao setor de registro;
- Alojjar os atletas e acompanhar a convivência entre eles no alojamento;
- Acompanhar a rotina e orientar os atletas a partir dos 14 anos que serão alojados sobre convivência coletiva, diferenças culturais, higiene e normas de condutas;
- Acompanhar e apoiar os atletas alojados menores de 18 anos as consultas médicas, cirurgias e reabilitação;

## CORITIBA FOOT BALL CLUB



- Orientar e desenvolver o programa de observação dos quartos dos atletas;
- Garantir com a Gerência de Futebol da Base que o alojamento esteja com ambiência salubre e digna;
- Solicitar autorizações (Anexo 3) dos pais/responsáveis, toda vez que os atletas menores de 18 anos desejarem sair do clube;
- Acompanhar os atletas alojados na confecção de documentos como passaporte, carteira de trabalho, título de eleitor, alistamento militar;
- Desenvolver atividades de lazer e cultura aos atletas alojados;
- Manter o arquivo de documentos de cada atleta sempre organizado e atualizado;
- Encaminhar à área educacional bimestralmente/trimestralmente as Fichas Individuais dos atletas não alojados;
- Encaminhar a área educacional as Declarações de Matrícula Escolares atualizadas anualmente dos atletas não alojados;
- Desenvolver atividades socioeducativas propostas pela Gerência de Futebol da Base;
- Aplicar, quando necessárias, advertências verbais ou escritas quando o atleta desrespeitar as normas de convivência interna do clube;
- Participar de todos os processos de dispensas dos atletas das categorias de base, segundo os procedimentos de liberação dos atletas.



## ANEXO 1

CORITIBA FOOT BALL CLUB



### **TERMO DE RESPONSABILIDADE E AUTORIZAÇÃO**

**Validade:** enquanto estiver vigente o vínculo do atleta com o Coritiba

Nome do responsável: \_\_\_\_\_  
Nacionalidade: \_\_\_\_\_ Estado civil: \_\_\_\_\_  
RG: \_\_\_\_\_ CPF: \_\_\_\_\_  
Nome do menor: \_\_\_\_\_  
RG: \_\_\_\_\_ CPF: \_\_\_\_\_

2

Na qualidade de responsável legal do MENOR acima identificado, reconheço estar investido de amplos poderes para prestar o compromisso ora assumido, autorizando por este instrumento o MENOR a ficar alojado nas dependências do CORITIBA FOOT BALL CLUB, situado na Rua Ubaldino do Amaral, 63 - Alto da Glória, Curitiba/PR, CEP 80.060-195. Declaro ainda que sou conhecedor dos horários pré-estabelecidos pelo Clube para as atividades livres do menor, e, desde já, autorizo-o no período das 13h30 às 18h00 a deixar as dependências do CORITIBA FOOT BALL CLUB desacompanhado para a realização de atividades livres previstas na Programação Semanal. Também autorizo por este termo o MENOR a sair do clube desacompanhado nos finais de semana para atividades livres, no horário das **8h00 às 18h00 (atletas com até 15 anos), até às 20h00 (atletas de 15 a 17 anos) e até às 22h00 (atletas de 17 a 20 anos)**, bem como dormir fora das dependências do CORITIBA FOOT BALL CLUB, **desde que com autorização prévia e expressa dos responsáveis pela Categoria na qual o MENOR está inserido, a partir de solicitação dos responsáveis legais do MENOR até as 18h00 de sexta-feira, junto ao assistente social do CORITIBA.**

Além disso, autorizo o MENOR a viajar com a Delegação do CORITIBA FOOT BALL CLUB e ficar alojado em hotéis para fins de participação em competições regionais, nacionais ou internacionais.

Reconheço, ainda, que o Clube exige o uso de material esportivo dentro de suas dependências, sendo responsabilidade do MENOR zelar pela sua manutenção e conservação. Em caso de perda, extravio ou dano, autorizo os descontos do valor da bolsa-auxílio do MENOR para reposição do material, conforme valor de mercado.

Tenho conhecimento da natureza das atividades propostas para o MENOR durante sua estadia junto ao CORITIBA FOOT BALL CLUB e declaro que este se encontra fisicamente e psicologicamente apto a praticar as atividades desenvolvidas pela Comissão Técnica. De qualquer forma, desde já, autorizo que o MENOR seja submetido a todos os exames médicos periódicos e procedimentos clínicos, bem como, caso seja necessário, a procedimentos cirúrgicos, inclusive com internamento hospitalar, conforme determinado pelos integrantes do Departamento Médico do CORITIBA FOOT BALL CLUB, enquanto o MENOR estiver vinculado ao Clube.

Por fim, declaro que autorizo o MENOR a alugar nas dependências do clube, pois estou ciente que o CORITIBA FOOT BALL CLUB fornecerá alojamento, alimentação, treinamentos, segurança e suporte ao atleta, conforme determinação legal estabelecida pelo ECA (Estatuto da Criança e do Adolescente) e com amparo no seu Certificado de Clube Formador, emitido pela Confederação Brasileira de Futebol com fulcro do Artigo 29 da Lei 9.815/98 – Lei Pelé.

Curitiba, \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_

Assinatura do **responsável legal** pelo menor  
(reconhecer a firma em cartório)

Assinatura do menor

**Observação: Solicitamos que sejam feitas 3 cópias para garantia em caso de extravio.**

---

CORITIBA FOOT BALL CLUB



ANEXO 3



**FORMULÁRIO DE AUTORIZAÇÃO DE VIAGEM NACIONAL  
PARA CRIANÇAS OU ADOLESCENTES – Res.: 295/2019- CNJ Válida até 26/02/2021.**

Eu, \_\_\_\_\_  
Cédula de Identidade nº \_\_\_\_\_, expedida pela \_\_\_\_\_, nascido em  
\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ CPF nº \_\_\_\_\_, residente no  
endereço \_\_\_\_\_ na  
Cidade de \_\_\_\_\_ UF: \_\_\_\_\_, Telefone de contato:  
(\_\_\_\_) \_\_\_\_\_, na qualidade de MÃE ( ) PAI ( ) TUTOR(A) ( ) GUARDIÃ(O) ( ),

**AUTORIZO** \_\_\_\_\_  
nascido em \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_, natural de \_\_\_\_\_,  
Cédula de Identidade nº \_\_\_\_\_, expedida pela \_\_\_\_\_, nascido em  
\_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_, CPF nº \_\_\_\_\_ a circular livremente, dentro do  
território nacional, desde que acompanhado ao menos de um dos profissionais responsáveis pela  
administração das categorias de base do CORITIBA FOOT BALL CLUB, quais sejam:

- André Oliveira Pereira Cerqueira Leite – CPF nº 029.702.139-74;
- Sérgio Tadeu Meggetto – CPF nº 171.069.749-00;
- Danilo Candelore – CPF nº 028.394.169-30;
- Adan Douglas dos Santos – CPF nº 070.639.509-32;
- William Henrique Correa – CPF nº 064.021.879-25;
- Willians Alves – CPF nº 066.699.539-76;
- Evandro Luis Forte – CPF nº 697.155.059-53

Declaro ainda que, caso um destes profissionais eventualmente não esteja presente ao longo de determinada viagem, manifesto a expressa autorização para outro profissional indicado pelo Coritiba Foot Ball Club como responsável pela delegação.

Local/Data: \_\_\_\_\_, \_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ de 20\_\_.


\_\_\_\_\_  
(assinatura de mãe, ou pai, ou responsável legal)  
(Reconhecer firmas por semelhança ou autenticidade)

**Observação: Solicitamos que sejam feitas 3 cópias para garantia em caso de extravio.**





## Anexo 4

 <p>MINISTERIO DAS RELAÇÕES EXTERIORES CONSULADO-GERAL DO BRASIL EM PARIS</p> <p><b>AUTORIZAÇÃO DE VIAGEM PARA O EXTERIOR DE MENOR BRASILEIRO</b></p> <p>Resolução CNJ nº 131, de 26/05/2011, publicada em 01/06/2011 <i>Conformément à la Résolution CNJ nº 131, du 26/05/2011, publiée le 01/06/2011</i></p> <p>Autorização de viagem para menor <b>somente na companhia</b> do pai, da mãe ou de terceiro maior e capaz / <i>Autorisation de voyage à l'étranger pour mineur(e) accompagné(e) seulement du père, de la mère ou d'un tiers majeur et capable.</i></p> <p><b>PRAZO DE VALIDADE/ (validité):</b> _____ <i>Se não definida, a validade será de 2 (dois) anos – art. 10º(Par défaut, validité de 2 (deux) ans - art. 10º)</i></p>		<p><b>FOTO (OPCIONAL) PHOTO (OPTIONNELLE)</b></p>
<p><b>Autorizo(amos) o(a) menor</b> <i>Je (nous) autorise (ons) le (a) mineur (e)</i> _____ <b>nome completo (prenoms et noms)</b> _____ / <b>nº do passaporte (nº du passeport)</b> _____</p> <p>_____ <b>sexo</b> _____ <b>natural de</b> _____ <i>orgão expedidor (délivré par)</i> _____ <i>data de expedição/(date d'émission)</i> _____ <i>de sexe</i> _____ <i>né(e) à</i> _____ <i>cidade e país (ville et pays)</i> _____</p> <p>nascido(a) em _____ / _____ / _____ <b>viajar para o Brasil, dentro do território brasileiro, e a viajar do Brasil com destino ao exterior.</b> <i>Né(e) le (jour) (mois) (année) à voyager à destination du Brésil, se déplacer sur le territoire brésilien et voyager du Brésil à l'étranger.</i></p> <p>na companhia do (a) (e): <input type="checkbox"/> <b>PAI</b> <input type="checkbox"/> <b>MÃE</b> <input type="checkbox"/> <b>TERCEIRO MAIOR E CAPAZ</b>, abaixo identificado(a): <i>accompagné(e) de: père mère tierce personne majeure et capable, identifié(e) ci-dessous:</i></p> <p>_____ / _____ <b>nome completo (prenoms et noms)</b> / _____ <b>nacionalidade (nationalité)</b> / _____ <b>estado civil (situation civile)</b></p> <p>residente em _____ <b>cidade</b> _____ <b>país</b> _____ <i>résident à ville pays</i></p> <p>carteira de identidade / passaporte nº _____ <b>emitido(a) por</b> _____ <b>data de expedição</b> _____ / _____ / _____ <i>carte d'identité / passeport n° délivré par date d'émission</i></p>		
<p><b>1</b> <input type="checkbox"/> <b>PAI/PÈRE</b> <input type="checkbox"/> <b>TUTOR/TUTEUR</b> <input type="checkbox"/> <b>GUARDIÃO/ RESPONSABLE LÉGAL</b></p> <p>Nome (Prénoms et noms) _____</p> <p>Endereço (Adresse) _____</p> <p>Documento de Identidade/Passaporte nº (pièce d'identité/passeport n°) _____</p> <p>Orgão expedidor (délivré par) _____</p>	<p><b>2</b> <input type="checkbox"/> <b>MÃE/MÈRE</b> <input type="checkbox"/> <b>TUTORA/TUTRICE</b> <input type="checkbox"/> <b>GUARDIÃ/ RESPONSABLE LÉGALE</b></p> <p>Nome (Prénoms et noms) _____</p> <p>Endereço (Adresse) _____</p> <p>Documento de Identidade/Passaporte nº (pièce d'identité/passeport n°) _____</p> <p>Orgão expedidor (délivré par) _____</p>	
<p>Feita em : _____, em _____ / _____ / _____ <i>fait à date</i></p> <p>Assinatura (Signature) _____</p>	<p>Feita em : _____, em _____ / _____ / _____ <i>fait à date</i></p> <p>Assinatura (Signature) _____</p>	
<p><b>RECONHECIMENTO DE FIRMA/Certification de signature</b> (por autenticidade ou por semelhança - § 1º do artigo 8º)</p>	<p><b>RECONHECIMENTO DE FIRMA/ Certification de signature</b> (por autenticidade ou por semelhança - § 1º do artigo 8º)</p>	



CORITIBA FOOT BALL CLUB



11.9

**AUTORIZAÇÃO PARA SAÍDA DO ALOJAMENTO**

O atleta \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ anos. Está autorizado junto a Coordenação das Categorias de Base sub ( ) para sair do alojamento no dia \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ a partir das \_\_\_\_:\_\_\_\_.

Com destino a: **obrigatório preenchimento** \_\_\_\_\_, sendo os telefones para contato ( ) \_\_\_\_\_, ( ) \_\_\_\_\_ no do(a) Responsável: \_\_\_\_\_

Liberado por qual responsável: \_\_\_\_\_

O retorno do atleta está marcado para o dia: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ as \_\_\_\_:\_\_\_\_.

Vai retirar o lanche no clube? Sim ( ) não ( ) Sexta-feira.

Vai retirar o lanche no clube? Sim ( ) não ( ) Sábado.

Vai retirar o lanche no clube? Sim ( ) não ( ) Domingo.

\_\_\_\_\_  
Assinatura do Atleta

\_\_\_\_\_  
Autorização

**AUTORIZAÇÃO PARA SAÍDA DO ALOJAMENTO**

O atleta \_\_\_\_\_ está autorizado junto a Coordenação das Categorias de Base, para sair do alojamento no dia \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ a partir das \_\_\_\_:\_\_\_\_.

Retorno do atleta está marcado para o dia: \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_ as \_\_\_\_:\_\_\_\_.

Liberado pelo responsável: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
Assinatura do Atleta

\_\_\_\_\_  
Autorização



#### 14) PROCESSOS E PROCEDIMENTOS DO SETOR DE ANÁLISE DE DESEMPENHO

A área de análise de desempenho é responsável pela gestão, organização e condução da informação de uma maneira precisa e pontual, pois tem como principal objetivo identificar padrões técnico táticos que permitirão a apresentação de um diagnóstico da performance individual e coletiva dos atletas, minimizando assim os índices de erros.

O clube conta com quatro profissionais, sendo dois para atender as categorias Sub 11, Sub 13, Sub 15, Sub 17 e Sub 20 e dois analistas para atender a categoria profissional, que atuam capturando treinos e jogos que são filmados para a realização de análises quantitativas e qualitativas de desempenho de atletas de maneira individual e coletiva

Os analistas de desempenho são responsáveis por:

- Filmar e registrar todas as partidas oficiais das categorias do clube;
- Coletar e armazenar informações referentes as categorias do clube;
- Elaborar relatórios de análise qualitativa e quantitativa;
- Apresentar informações elaboradas para toda comissão técnica, atletas e coordenação;
- Coletar, armazenar e fornecer informações individuais de todos os atletas do clube a partir da categoria Sub-15;
- Criar, armazenar e gerenciar todo o histórico desportivo dos atletas do clube através de relatórios e imagens.



#### 14.1) Tipos de Análise

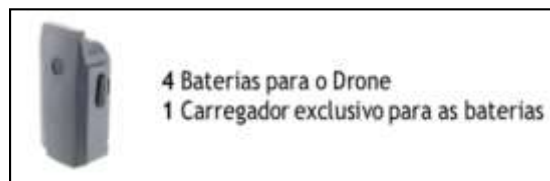
- **Análise de Desempenho no Futebol Profissional:** Tem como objetivo estudar e levantar informações da própria equipe e também dos adversários, visando auxiliar a comissão técnica nas suas tomadas de decisões.
- **Análise de Desempenho nas Categorias de Formação:** Tem como objetivo auxiliar o atleta no seu processo de formação, através de vídeos com feedbacks individuais e coletivos qualitativos e quantitativos, visando corrigir e desenvolver o atleta de forma individual e coletiva. E também auxiliar a comissão técnica nas suas tomadas de decisões.
- **Análise de Desempenho do Coritiba (Auto-análise):** Análise com foco na própria equipe, com objetivo de identificar padrões e comportamentos coletivos e individuais, baseado em conceitos, treinos e modelo de jogo do clube.
- **Análise de adversários:** Análise com foco nos adversários, com objetivo de identificar padrões e comportamentos coletivos e individuais, buscando detalhar pontos positivos para serem anulados e pontos vulneráveis para que possam ser explorados. O intuito dessa análise é auxiliar a comissão técnica em seu planejamento estratégico de jogo.

OBSERVAÇÃO: Em todas as categorias do clube, o processo de análise tem como referência os processos de análise do futebol profissional, buscando aproximar os processos das categorias de formação do futebol profissional.

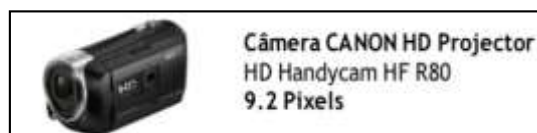
14.2) Recursos Tecnológicos

Para que a equipe de profissionais possa desenvolver o trabalho, são utilizados os seguintes recursos tecnológicos:

- 1 TV Philips 32 polegadas;
- 1 Drone DJI Mavic Pro;



- 2 Câmeras Sony HD;



- 1 Câmera Canon HD;




# CORITIBA FOOT BALL CLUB



➤ 1 Tripé Manfrotto;



➤ 2 iMac - Especificações:

	<b>Configurações:</b> macOS Catalina. Versão 10.15.2 IMac 21.5 Inch, Mid 2011 Processador 2,5 GHz intel Core i5 Quad-Core Memória 20 GB 1333 MHz DDR3 Disco de Inicialização Macintosh SSD Gráficos AMD Radeon HD 6750M 512 MB Número de Série C02GN0BZDHJF	<b>Configurações:</b> macOS Sierra. Versão 10.12.6 IMac 21.5 Inch, Mid 2011 Processador 2,5 GHz intel Core i5 Memória 4 GB 1333 MHz DDR3 Gráficos AMD Radeon HD 6750M 512 MB Número de Série C02GN01MDHJF
--	---	--

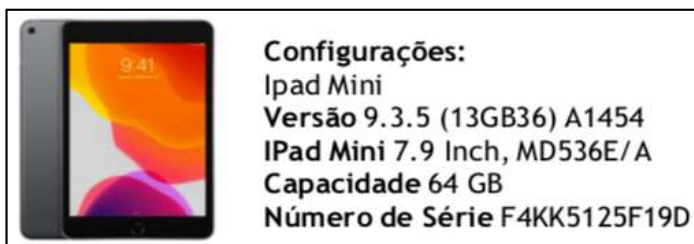
➤ 2 MacBooks Pro (1 Profissional - 1 Formação) - Especificações:

	<b>Configurações:</b> macOS Catalina. Versão 10.15.3 MacBook Pro 13 Inch, Mid 2012 Processador 2,5 GHz intel Core i5 Dual-Core Memória 16 GB 1600 MHz DDR3 Disco de Inicialização Macintosh SSD Gráficos Intel HD Graphics 4000 1536 MB Número de Série CPFL1LJ4DTY3	<b>Configurações:</b> macOS High Sierra. Versão 10.13.6 MacBook Pro 13 Inch, Mid 2012 Processador 2,5 GHz intel Core i5 Memória 8 GB 1333 MHz DDR3 Gráficos Intel HD Graphics 4000 1536 MB Número de Série C1MP204VDTY3
---	--	--

## CORITIBA FOOT BALL CLUB

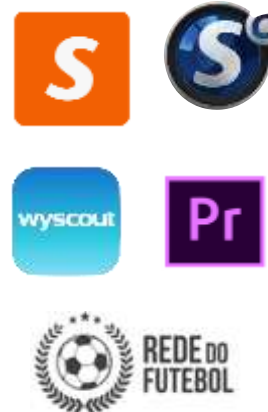


- 5 ipads Mini - ;



- Softwares

- 2 Licenças HUDL Sportcode (Versão atualizada);
- 2 Licenças HUDL Sportcode (Versão antiga);
- 3 Licenças Wyscout;
- 1 Licença Première PRO;
- 1 Licença Rede do Futebol;



### 14.3) Horário de Funcionamento

CATERGORAIS	HORÁRIOS DE ATENDIMENTO	
	MANHÃ	TARDE
Profissional	08:30h às 12:00h	13:00h às 18:00h
SUB 20	08:30h às 12:00h	13:00h às 18:00h
SUB 17	08:30h às 12:00h	13:00h às 18:00h
SUB 15	Período escolar	13:00h às 18:00h
SUB 13	Período escolar	13:00h às 18:00h
SUB 11	Período escolar	13:00h às 18:00h

### 14.4) Procedimentos

- Pré-Jogo/Treino: O analista de desempenho deve separar e organizar previamente uma câmera ou drone, um cartão de memória, um ipad, um tripé e uma bateria extra que



serão utilizados em jogos e treinos, além de conferir se todos os equipamentos que utilizam energia estão carregados previamente.

- Filmagem: Todos os jogos da categoria profissional e Sub-20 devem ser filmados. Na impossibilidade de filmagem dos jogos da rodada, a prioridade sempre será da categoria mais próxima do profissional, obedecendo a hierarquia das categorias (Sub 20, Sub 17, Sub 15, Sub 13 e Sub 11).
- Modo de Filmagem: Todos os jogos deverão ser filmados com a visão aberta, utilizando como referência de zoom as linhas laterais do campo. Em situações de bola parada como escanteios, faltas laterais, faltas frontais e penaltis, deve-se aproximar mais a imagem.
- Pós Jogo - Equipamentos: Após a conclusão da filmagem todo o material deve ser guardado nos seus devidos lugares. Os equipamentos que dependem da energia devem ser recarregados de imediato, caso alguma demanda não programada apareça.
- Pós Jogo - Filmagem: O arquivo com a partida deve ser transferido dentro de uma pasta, para um dos iMacs ou macbook do departamento, sendo o jogo devidamente identificado.
- Nome da Pasta: A nomenclatura da pasta deve estar identificada seguindo o seguinte padrão: Rodada, Categoria, Competição, Equipe mandante, Placar, Equipe visitante e Data, de acordo com o exemplo abaixo:

**Exemplo: 1R\_S20\_Brasileiro\_Coritiba0X0Coritiba\_011020**





- Nome do Arquivo: A nomenclatura do arquivo da partida deve ser igual a nomenclatura da pasta, de acordo com o exemplo abaixo:

**Exemplo: 1R\_S20\_Brasileiro\_Coritiba0X0Coritiba\_011020**

- Armazenamento do Vídeo: Todos os jogos devem ser armazenados dentro da rede do clube e para acessar o local, segue o caminho abaixo:
  - Na tela inicial do dos macs da análise, acesse Ir -> Conectar ao Servidor;
  - Conectar o servidor com ip de rede -> smb://172.16.100.2;
  - Selecione a rede com o nome: UNIFIC;
  - Após entrar na rede UNIFIC, seguir o seguinte caminho de acesso: UNIFIC -> Análise de Desempenho -> Jogos -> 2020 Jogos -> Sub-20 (Salvar dentro da pasta da categoria).
- Procedimentos de Viagem: o analista de desempenho sempre deverá organizar previamente os equipamentos abaixo que serão utilizados:
  - Tripé;
  - Câmera;
  - Carregador da Câmera;
  - Bateria Extra;
  - Cartão de memória da câmera;
  - Cabo Usb - Passar jogo para o Macbook;
  - Mackbook e carregador;
  - Pen-drive;
  - Ipad;
  - Cabo HDMI.



- Procedimento de dia de jogo: O analista deve localizar, dentro do estádio, o local mais adequado possível para fazer a filmagem do jogo, o que certamente influenciará diretamente na qualidade da filmagem e também nos processos de análise no pós jogo.

#### 14.5) Protocolos

- Protocolos no Futebol Profissional: Os protocolos do futebol profissional se adequam a comissão técnica, visando coletar informações e conceitos específicos do treinador.
- Protocolo para Análise Coletiva nas Categorias de Formação: O protocolo coletivo é padronizado para todas as categorias de formação. E tem com objetivo coletar informações coletivas quantitativas e qualitativas.

#### OBSERVAÇÃO:

Todos os protocolos de análise foram criados e feitos através do software de análise de desempenho Hudl Sportscode.



# CORITIBA FOOT BALL CLUB



- Protocolo Coletivo

OBS: A análise coletiva(Xml) deve ser salvo da seguinte forma:

Rodada.Categoria.Competição.Equipe mandante.Placar.Equipe visitante.Data - 1ªTempo/Coletivo

Rodada.Categoria.Competição.Equipe mandante.Placar.Equipe visitante.Data- 2ª Tempo/Coletivo

- Protocolo para Análise Individual nas Categorias de Formação

O protocolo individual é padronizado para todas as categorias de formação. E tem com objetivo coletar informações individuais quantitativas e qualitativas.

MOMENTO OFENSIVO				
OF(C) GOL!	OF(C) Passe/ 1x1 gol	OF(C) Pênalti Sofrido	OF(C) Vermelho Adversário	OF(E) Gol Perdido
OF(C) Finalização Perigosa	OF(C) Passe/ 1x1 que gerou oportunidade	OF(C) Falta Sofrida em Zona de Alto Risco	OF(C) Amarelo Adversário	OF(E) Erro em Oportunidade de Gol
OF(C) Finalização de Baixo Risco	OF(C) Confronto Vencido	OF(C) Ação Técnica/ Decisional	OF(C) Passe entre Linhas	OF(C) Falta Sofrida em Zona de Médio Risco
OF(C) Regra de Ação da Posição	OF(E) Confronto Perdido	OF(E) Ação Técnica/ Decisional	OF(E) Regra de Ação da Posição	OF(E) Impedimento

MOMENTO DEFENSIVO				
DF(C) Salvar Gol	DF(E) Gol Contra	DF(E) Pênalti Cometido	DF(E) Cartão Vermelho	DF(E) Erro em Gol
DF(C) Impedir Finalização Perigosa	DF(C) Impedir Passe ou 1x1 de Risco	DF(E) Falta em Zona de Alto Risco	DF(E) Amarelo Sofrido	DF(E) Permitir Jogada de Risco
DF(C) Impedir Passe Entre Linhas	DF(C) Confronto Vencido	DF(C) Ação Técnica/ Decisional	DF(E) Permitir Passe entre Linhas	DF(E) Falta em Zona de Médio Risco
DF(C) Regra de Ação da Posição	DF(E) Confronto Perdido	DF(E) Ação Técnica/ Decisional	DF(E) Regra de Ação da Posição	DF(E) Linha de Impedimento

Player list (left side of the interface):

- 01 GABRIEL BUBNIACK
- 02 DANIEL TAFFAREL
- 03 GEOVANE HENRIQUE
- 04 ROMERIO PEREIRA
- 05 VITOR CARVALHO
- 06 LEONARDO
- 07 FERNANDO VERSOTO
- 08 JULIO RUSCH
- 09 GUSTAVO MARCELO
- 10 KADY IURI
- 11 GUSTAVO HENRIC
- 12 CAMISA 12
- 13 IGOR RAMOS
- 14 CAMISA 14
- 15 ROMEU MARTINS
- 16 CAMISA 16
- 17 VITOR CORREIA
- 18 ALLAN SANTOS

Time: 03:45



OBS: A análise individual(Xml) deve ser salvo da seguinte forma:

Rodada.Categoria.Competição.Equipe mandante.Placar.Equipe visitante.Data-1ªTempo/Individual

Rodada.Categoria.Competição.Equipe mandante.Placar.Equipe visitante.Data- 2ª Tempo/Individual

- Protocolo de Análise de adversários

O protocolo de adversários é padronizado para todas as categorias do clube. E tem com objetivo coletar informações coletivas e individuais qualitativas.



OBS: A análise do adversário(Xml) deve ser salvo da seguinte forma:

Categoria.Competição.Equipe mandante.Placar.Equipe visitante.Data-1ª Tempo/Adversário

Categoria.Competição.Equipe mandante.Placar.Equipe visitante.Data-2ª Tempo/Adversário



- Protocolo de Análise de Treinos:

O protocolo de treino tem como objetivo identificar padrões coletivos e individuais, visando a correção dos atletas e auxiliar a comissão técnica no seu dia-a-dia. O analista não tem a obrigatoriedade de filmar todos os treinos, porém pode alinhar com o treinador de forma prévia o treino específico durante a semana para ser filmado e analisado.

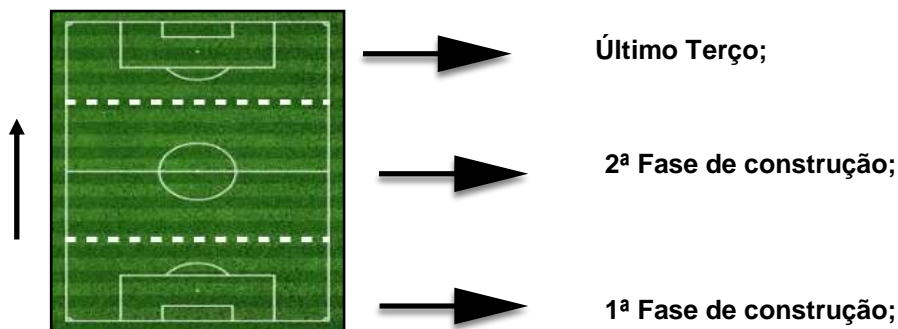


Após término de cada protocolo o mesmo deve ser sincronizado com o pacote do jogo/vídeo/treino utilizando o software Hudl Sportscode. Através da sincronização o analista terá de forma organizada e visível tudo que foi coletado de informação durante o jogo e treino.

#### 14.6) Procedimentos de Análise

O processo de análise se inicia no dia do jogo, através da utilização do protocolo coletivo que dever ser feito durante a partida. No período seguinte o analista tem como função observar, analisar e filtrar essa coleta de informação, preparando o material e disponibilizando os feedbacks o mais rápido possível para comissão técnica.

- Momentos do Jogo: Durante a partida o analista de desempenho terá que utilizar o protocolo coletivo e terá como referência principal de análise os momentos do jogo, que são os seguintes: Organização Defensiva, Transição Ofensiva, Organização Ofensiva, Transição Defensiva e Bolas paradas Ofensiva e Defensiva. Dentro desses momentos o analista vai observar e analisar se os comportamentos planejados pela comissão técnica foram realizados ou não.
- Subdivisões dos Momentos do Jogo: Dentro dos momentos do jogo existem subdivisões para facilitar os processos de análise.
  - Organização Ofensiva: 1ª Fase de Construção - 2ª Fase de Construção - Último Terço;



## CORITIBA FOOT BALL CLUB



- Transição Defensiva: Pós Perda - Temporização - Reorganização Defensiva - Proteção Centro - Atacar Marcando.
- Organização Defensiva: Bloco Alto - Bloco Médio - Bloco Baixo;



- Transição ofensiva: Retirada da pressão - Uso do lado oposto - Verticalidade - Manutenção da posse;
  - Bola Parada Ofensiva: Estrutura - Batida - Posicionamento - Jogadas combinadas;
  - Bola Parada Defensiva: Estrutura - Tipo de marcação - Batida - Posicionamento;
- Apresentação da análise e relatórios (Auto-análise) - Comissão Técnica:
- A apresentação das informações e feedbacks para a comissão técnica deve ser apresentado para o treinador e auxiliar técnico da categoria. O agendamento da apresentação deve ser alinhado com o treinador de forma prévia.
- Apresentação da análise e relatórios (Auto-análise) - Atletas:
- A apresentação das informações e feedbacks para os atletas deve ser feita após concluído a apresentação para comissão técnica. O feedback para os atletas deve ser apresentado de forma pontual e objetiva. Utilizando um vocabulário simples e de fácil entendimento.



➤ Apresentação de análise de adversários:

A apresentação da análise do adversário deve seguir os mesmos procedimentos da auto-análise, respeitando a ordem de apresentação, primeiro comissão técnica depois atletas.

➤ Análise (Feedbacks) Individuais: Os feedbacks e correções individuais devem ser alinhados de forma prévia com a comissão técnica, após definição o agendamento pode ser feito diretamente com o atleta.

### 14.7) Banco de Dados Individual

Esse procedimento será o último do analista de desempenho para concluir o ciclo de trabalho de uma partida. O processo de construção do banco de dados deve ser feito após a conclusão de todos os procedimentos já citados a cima. Para iniciar ou abastecer o banco de dados é preciso ter o protocolo individual da partida concluído.

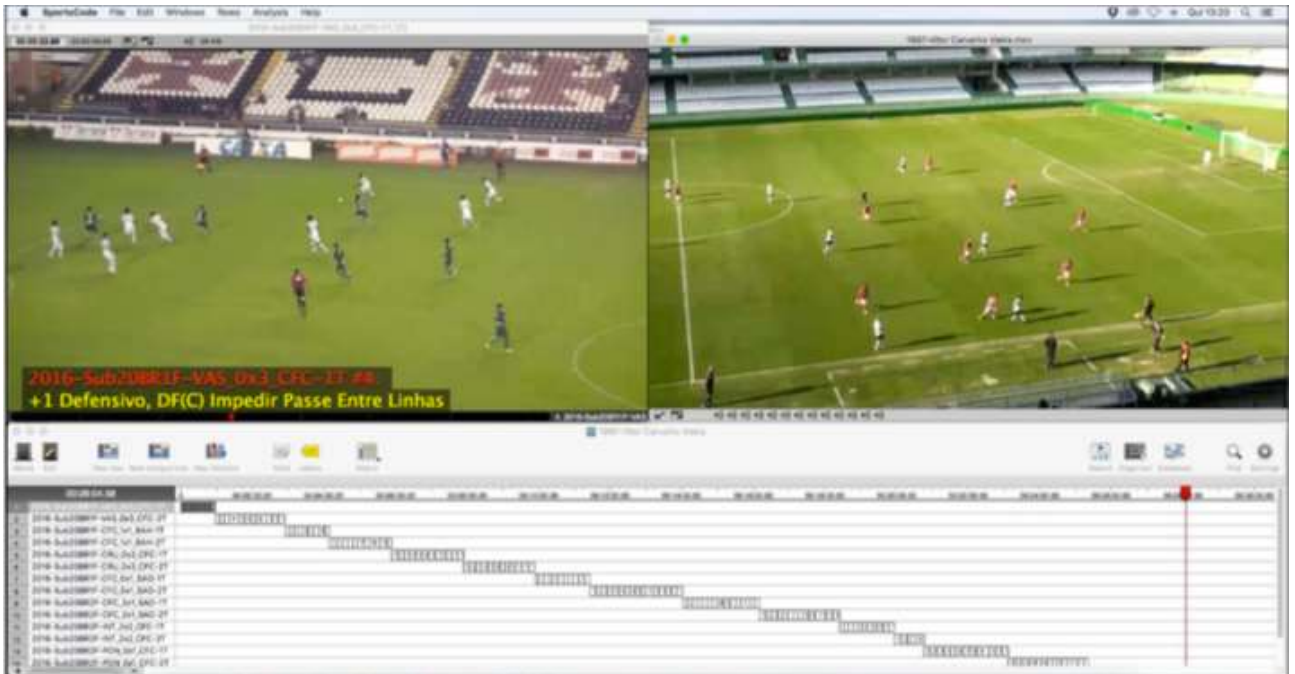
O banco de dados individual nada mais é que o histórico esportivo do atleta com todas suas ações de jogo, dentro desse histórico consta todas suas ações positivas e negativas tanto coletivas e individuais. Através do banco de dados é possível ter uma visão longitudinal do atleta, conseguindo analisar pontos de evolução e pontos que pode evoluir. E também através do banco de dados que o analista pode construir os highlights do atleta quando solicitado.





	DF(C) Alívio Defensivo	DF(C) Desarme Incompleto / Interceptação	DF(C) Dobra de Marcação	DF(C) Pressão na Construção	DF(C) Primeira Bola em Disputa	DF(C) Recomposição Defensiva	DF(C) Temporização	DF(C) Regra de Ação de Posição	DF(C) Ação Técnica/Decisiva	DF(C) Confronto Vencido	DF(C) Confronto Perdido	DF(C) Regra de Ação da Posição	DF(C) Ataque à Linha	DF(C) Chegado na Área	DF(C) Função de Pivô	DF(C) Linha de Passar	DF(C) Primeira Bola em Disputa	DF(C) Regra de Ação da Posição	DF(C) Ação Técnica/Decisiva	DF(C) Confronto Vencido	DF(C) Falta Sofrida em Zona de Médio Risco	DF(C) Finalização de Baixo Risco	DF(C) Passe entre Linhas	DF(C) Regra de Ação da Posição	DF(C) Impedir Passe ou 1x1 de Risco	DF(C) Amendo Adversário	DF(C) Falta Sofrida em Zona de Alto Risco	DF(C) Finalização Perigosa	DF(C) Passar/1x1 que gera oportunidade	DF(C) GOL	DF(C) Passe (1x1) go!	DF(C) Penalti Sofrido	DF(C) Pressão na Construção	DF(C) Primeira Bola em Disputa	DF(C) Quebra de Linha	DF(C) Ação Técnica/Decisiva	DF(C) Confronto Perdido	DF(C) Falta em Zona de Médio Risco	DF(C) Permissão Passe entre Linhas	DF(C) Regra de Ação da Posição	DF(C) Função de Pivô	DF(C) Primeira Bola em Disputa	DF(C) Ação Técnica/Decisiva	DF(C) Confronto Perdido	DF(C) Impedimento	DF(C) Regra de Ação da Posição	DF(C) Amendo Sofrido	DF(C) Falta em Zona de Alto Risco	DF(C) Permissão Jogada de Risco	DF(C) Erro em Oportunidade de Gol		
2017-Sub17CN1F-CFC_2x2_80T-2T			1	2															1	2	1								1																							
2017-Sub17CN1F-CFC_1x4_PAL-1T			2	1															2	1																																
2017-Sub17CN1F-CFC_1x4_PAL-2T			3	1	2																																															
2017-Sub17CN1F-CFC_1x0_VOL-1T																			1	1	1	2		2																												
2017-Sub17CN1F-CFC_1x0_VOL-2T																																																				
2017-Sub17CN1F-CFC_1x0_AVA-1T																																																				
2017-Sub17CN1F-CFC_1x0_AVA-2T																				1	2	1			2																											
2017-Sub20CB1F-PAL_2x0_CFC-1T			1	1	3																																															
2017-Sub20CB1F-PAL_2x0_CFC-2T			1	1	2																																															

Exemplo Banco de dados - Quantitativo



Exemplo Banco de dados - Qualitativo

---

CORITIBA FOOT BALL CLUB

