

---

# RICARDO BELLI

## TREINADOR

---

### INFORMAÇÃO PESSOAL:

LICENÇAS DE TREINADOR: CBF PRÓ – UEFA C

- MESTRE EM TREINAMENTO ESPORTIVO  
UNIVERSIDADE DE COIMBRA/PORTUGAL



- DATA DE NASCIMENTO: 10/09/1986

- NATURAL DE SÃO PAULO/ BRASIL



**Contatos: +55 11 996651394 (WhatsApp)**

**[ricabelli@gmail.com](mailto:ricabelli@gmail.com) / <https://br.linkedin.com/in/ricardobelli>**

**Agente: Éder Silveira / Transfer Soccer Group +55 51 981750825**



# PRINCÍPIOS QUE ORIENTAM MINHA CONDUTA PROFISSIONAL:

---

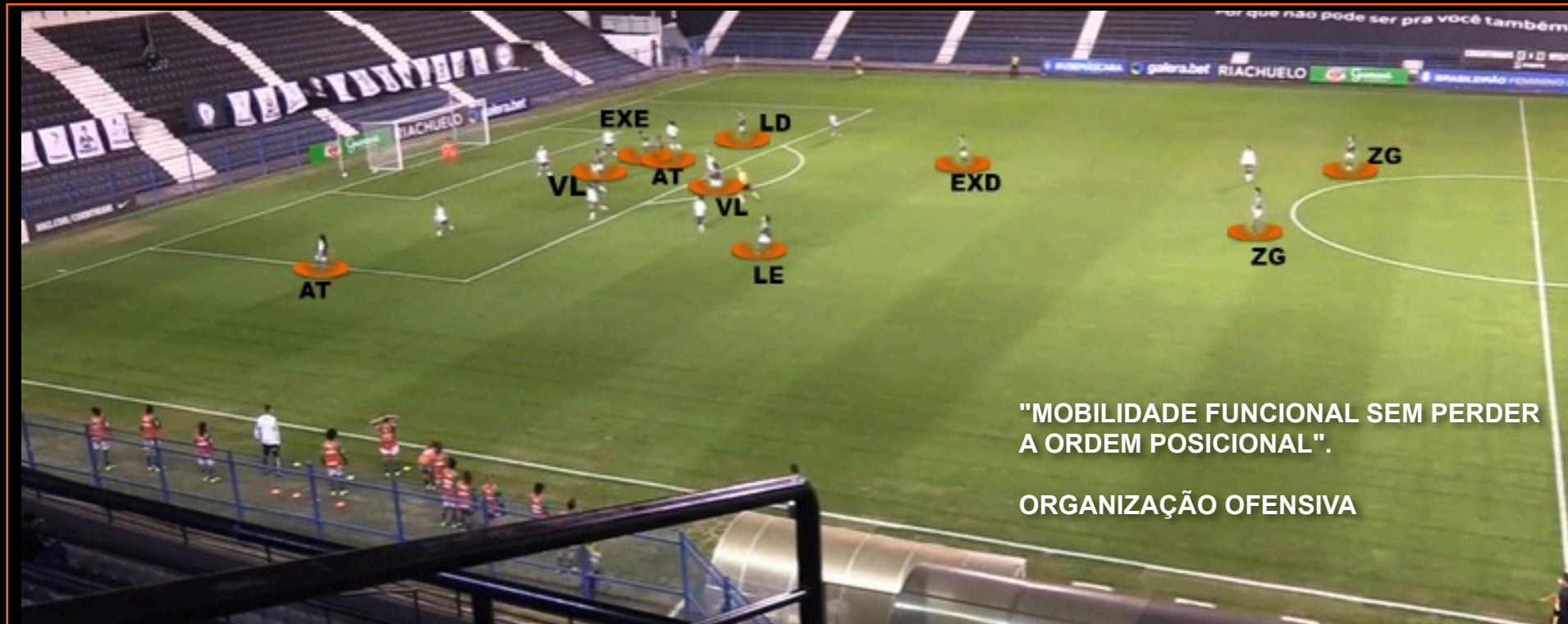
- DURANTE MINHA CARREIRA COMO TREINADOR, TIVE TEMPORADAS NO FUTEBOL PROFISSIONAL, CATEGORIAS DE BASE E FUTEBOL FEMININO. HOUE EXPERIÊNCIAS NO BRASIL, PORTUGAL, ESTADOS UNIDOS E MÉXICO. TODAS ESSAS EXPERIÊNCIAS EM COMPETIÇÕES LIDERANDO EQUIPES **(FEMININAS, MASCULINAS E DE JUNIORES)** EM DIFERENTES CONTEXTOS CONTRIBUÍRAM PARA O MEU CRESCIMENTO PROFISSIONAL E HUMANO.
- SOMADO ÀS EXPERIÊNCIAS, ESTUDOS E MINHA FORMAÇÃO ACADÊMICA, ME FAZEM ACREDITAR NO APRENDIZADO E NA EVOLUÇÃO DIÁRIA DO JOGO E DO SER HUMANO QUE JOGA. POR ISSO **ACREDITO NA VISÃO SISTÊMICA E NO ENVOLVIMENTO ENTRE TODOS OS PROFISSIONAIS** E DEPARTAMENTOS DO CLUBE, INTEGRANDO A ÁREA TÉCNICA E TÁTICA, INCLUINDO PREPARAÇÃO FÍSICA, FISILOGIA, FISIOTERAPIA, NUTRIÇÃO, PSICOLOGIA, ANÁLISE DE DESEMPENHO, DEPARTAMENTO MÉDICO E GESTÃO.
- MEUS PRINCÍPIOS DE TRABALHO SÃO: RESPEITO, TRANSPARÊNCIA, DISCIPLINA, SINCERIDADE, PONTUALIDADE E COMPROMISSO COM O CLUBE E MINHA PROFISSÃO. É MINHA RESPONSABILIDADE GERENCIAR UM GRUPO DE PESSOAS DENTRO DE UMA ESTRUTURA PROFISSIONAL PARA OS MESMOS OBJETIVOS. PORTANTO, MINHAS RELAÇÕES DENTRO E FORA DO CAMPO SÃO GUIADAS POR ESSES **VALORES**. E ESSA É A BASE DA MINHA LIBERDADE DE PENSAMENTO E DE AÇÃO
- AME O QUE VOCÊ FAZ E PODERÁ CONTRIBUIR COM O AMBIENTE EM QUE SE ENCONTRA.



# MODELO DE JOGO

- O **MODELO DE JOGO** é a matriz de um time de futebol. Seus princípios estruturais determinam todo o processo, desde o treinamento até o jogo, gerando **COMPORTAMENTOS E PADRÕES** da equipe nas diferentes fases e momentos do jogo.
- Os **SISTEMAS TÁTICOS** são plataformas iniciais para a organização espacial da equipe (por exemplo, como atacar, como defender...) que podem ser modificadas de acordo com a dinâmica do jogo.

"Mais importante do que as posições são as funções de cada um (a). Portanto, todos (as) devem pensar e entender o mesmo jogo que a equipe".



"MOBILIDADE FUNCIONAL SEM PERDER A ORDEM POSICIONAL".

ORGANIZAÇÃO OFENSIVA



# PRINCÍPIOS ESTRUTURAIS BÁSICOS PARA AS FASES E MOMENTOS DO JOGO:

Proponho fazer um jogo centrado no jogador, um **futebol ofensivo** e bem jogado, com bom tratamento com a bola e compreensão dos espaços totais do jogo, buscando o controle através da posse de bola, **através de um jogo dinâmico e organizado no campo**, evitando que o adversário tenha a iniciativa do jogo. Para que isso seja possível, jogamos de forma **agressiva e intensa**, com muita coragem e vontade de se apropriar das ações do jogo, estimulando a **criatividade** e sempre buscando o gol do adversário, com o objetivo de impedi-lo de jogar".

## BOLA PARADA

DEFENSIVO: Marcação Mista (Zonal e Individual)

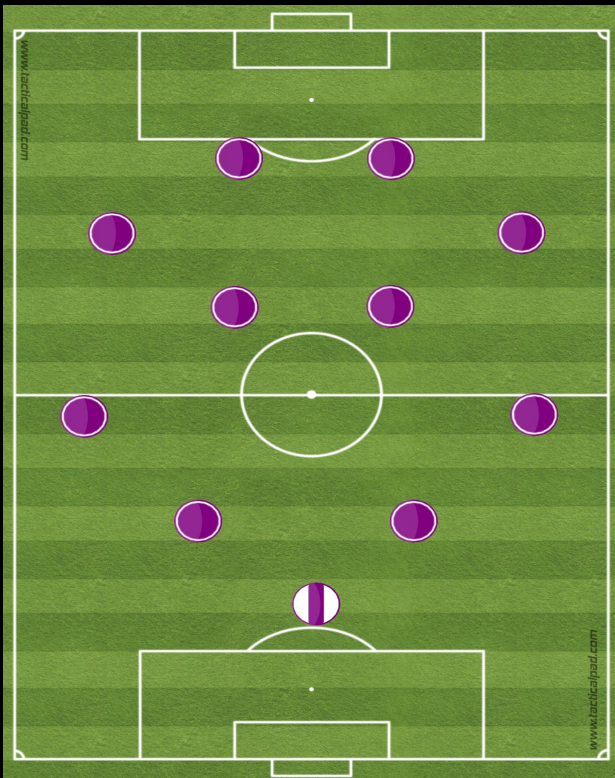
OFENSIVO: Agressividade e jogadas ensaiadas.





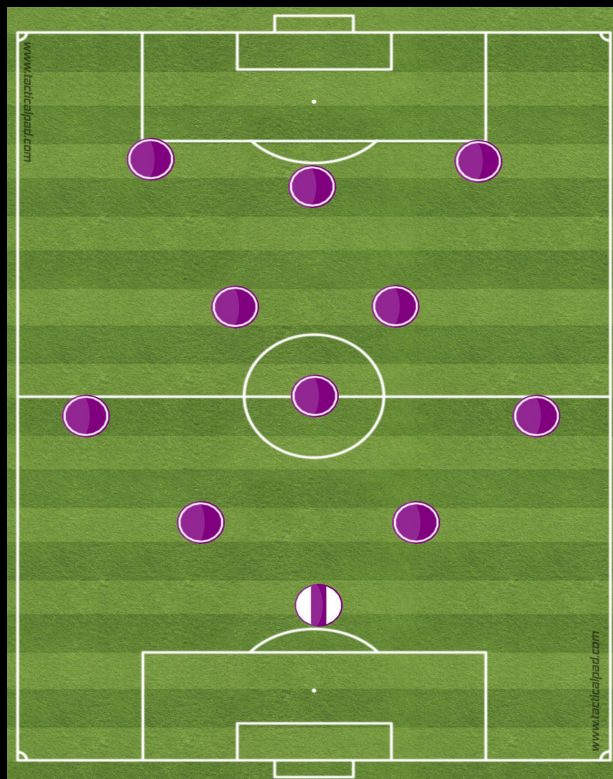
# ALGUMAS VARIAÇÕES QUE TRABALHAMOS:

## SISTEMA: 1-4-4-2



Organização equilibrada com compactação para atacar e defender em campo adversário (Ataque posicional).

## SISTEMA: 1-4-3-3



Controle do jogo através da posse de bola e domínio dos espaços para mudanças rápidas de comportamento.

## SISTEMA: 1-3-5-2



Vantagem posicional com cobertura ofensiva e defensiva em todas as áreas e setores do campo.

# METODOLOGIA DE TREINAMENTO

- Trabalho com uma metodologia de treinamento que tem uma matriz conceitual, que é a nossa forma de jogar. Assim, nossos treinamentos são construídos para que, de forma funcional, todas as demandas do jogo sejam trabalhadas através de um padrão semanal, jogo a jogo, e isso é chamado de morfociclo (ou microciclo).
- Gestão de grupos, integração e envolvimento de todos os profissionais nas atividades.
- Na operacionalização do nosso modelo de jogo e do nosso método de treino, será utilizada a Periodização Tática (Metodologia Portuguesa) como guia para todo o processo.



MORFOCICLO (EXEMPLO - SEMANA COMPLETA)

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FERA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	SÁBADO	DOMINGO
HORARIO	8:00	8:00	8:00	8:00	8:30		
VOLUME TOTAL	60' Academia + 90' Campo	60' Academia + 90' Campo	60' Academia + 90' Campo	30' Academia + 70' Campo	70' Campo		
DIMENSÃO FÍSICA	Atletas "+" utilizados Reabilitação da tensão de equilíbrio de carga Atletas "-" e "não" usados - Alta Tensão Muscular / Força Específica Força explosiva	Força Específica Resistência Específica Flexibilidade	Coordenação Resistência específica do jogo Flexibilidade	Velocidade específica do jogo Resistência específica do jogo	Coordenação, Força explosiva, Velocidade de reação		
DIMENSÃO TÉCNICO - TÁTICO	Circuito Técnico-Tático SSG – Princípios de Jogo, Organização Ofensiva e Defensiva	Futebol de rua/ Futsal  Percepção cognitiva  Transições defensivas e ofensivas	Organização Ofensiva e Defensiva (Setorial)  Transições ofensivas e defensivas	Organização ofensiva e defensiva (intersetorial e global)  Transições ofensivas e defensivas	Esquemas táticos de organização ofensiva ou defensiva		
INTENSIDADE	Baixo/ModeradoAlto	Alta	Alta	Moderado / Alto	Baixo/Moderado	JOGO	-
ATIVIDADES	Circuito de condução / passe / passe-retorno / liberação / acabamento; Jogos reduzidos (Rondos) / 1x1; 2x2; 3x3; 4x4 – com/sem suportes e/ou curingas; Jogo de apoio na área de grande penalidade (2 Goleiros); Circuito de Desenvolvimento CCC; Jogos de posse de bola (geral).	Jogos técnicos – Rondos; Jogos em espaços reduzidos que geram ou estimulam comportamentos de equipe; Posse orientada da bola; Jogos que estimulam a criatividade e a tomada de decisões dentro de nossos princípios de jogo	Rondós Jogo técnico – tático em superioridade numérica 4x2 Jogos de posse reduzida com transições 5x3+2 Organização ofensiva com transição defensiva (mudança de comportamento)	Combinações táticas (intersetoriais com oposição ativa); Organização ofensiva em superioridade – 1º FCJ com oposição ativa e transição Ofensiva. Organização ofensiva em superioridade – 2º e 3º FCJ com oposição ativa e transição ofensiva orientada	Jogos lúdicos (durante o aquecimento é uma opção) Coesão; Trabalho tático Estratégico Organização ofensiva e defensiva) Esquemas táticos (jogadas defensivas e ofensivas de bola parada)		
TRABALHO COMPLEMENTAR	PPL  Core / Propriocetivo	TOR Individual CCC Técnica específica	TOR Individual CCC Técnica específica	PPL  Core / Propriocetivo	PPL  Core / Propriocetivo		
	PPL – Plano de Prevenção de Lesões	TOR – Treinamento de Otimização de Desempenho			CCC – Capacidades Condicionais e Coordenativas		



# SESIÓN DE ENTRENAMIENTO (EJEMPLO):

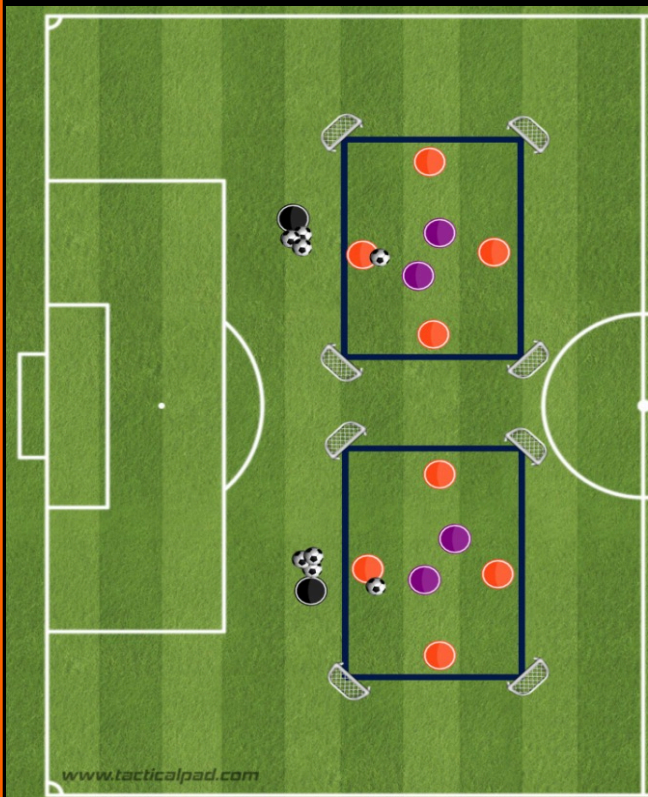
**TEMA:**  
ORGANIZAÇÃO  
OFENSIVA +  
TRANSIÇÃO  
DEFENSIVA

**TEMPO TOTAL:**  
90 MIN (C/PAUSAS)

**AQUECIMENTO:**  
15 MIN

- Ativação neuromuscular
- Mobilização conjunta
- Linhas de passes.
- Movimentos coordenativos

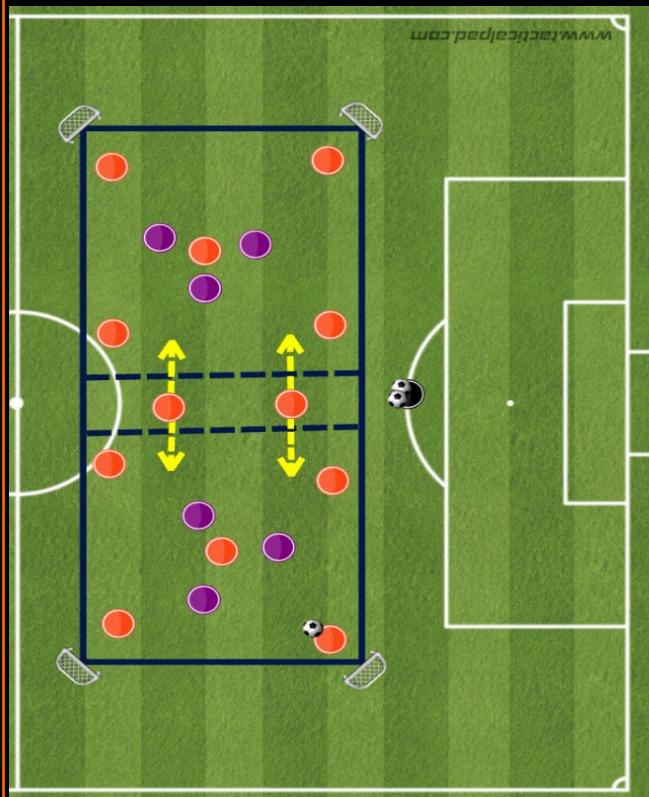
## ATIVIDADE 1: 15 MIN



### TRABALHO: RONDO 4X2

**OBJETIVOS:** Mudança rápida de comportamento (tomada de decisões), transições: pressão após a perda, saída de pressão, jogo apoiado, posse com passes rápidos.

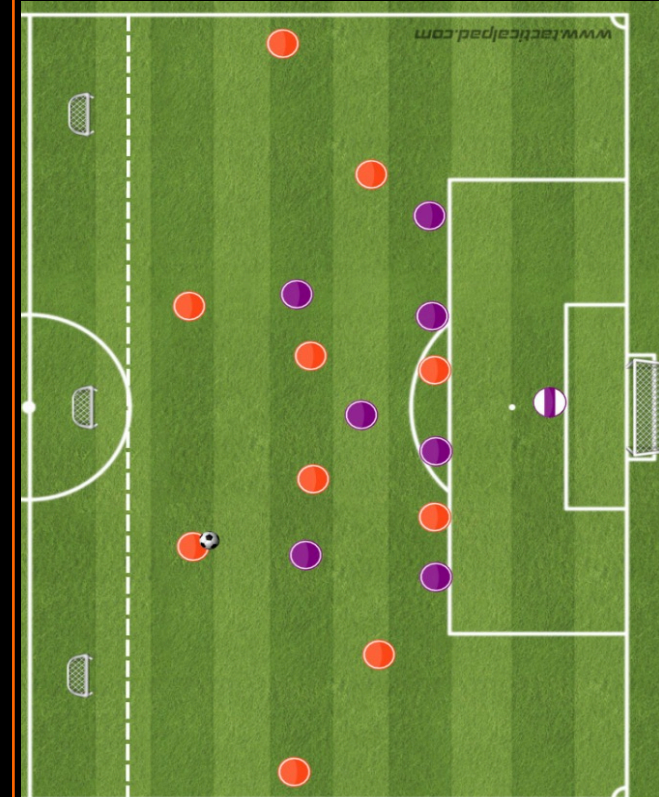
## ATIVIDADE 2: 20 MIN



### TRABALHO: 5x3+2

**OBJETIVOS:** Posse, passes entre linhas, mobilidade, jogo apoiado, transições: pressão pós perda, retirada da bola da pressão

## ATIVIDADE 3: 30 MIN



### TRABALHO: 10 x 7 + 1G

**OBJETIVOS:** Posse, transição defensiva, mudança rápida de comportamento (pressão pós perda).



# EXPERIÊNCIAS PROFISSIONAIS



**SELEÇÃO DA VENEZUELA**

Período: 2025 até o momento

Treinador da Equipe Principal Feminina

- **Copa América 2025**





# EXPERIÊNCIAS PROFISSIONAIS



**DEPORTIVO TOLUCA (MÉXICO)**

Período: 2024 - 2025

Treinador da Equipe Profissional Feminina

- **Classificação para Liguilla (playoffs) no torneio Apertura 2024.**
- **Clausura 2025**





# EXPERIENCIAS PROFESIONALES



**SOCIEDAD DEPORTIVA PALMEIRAS**

Periodo: 2022 - 2023

Treinador da Equipe Profissional Feminina

- **Campeão da Copa Libertadores 2022 e Vice-Campeão 2023**
- **Campeão Paulista 2022**



**ITUANO FUTEBOL CLUBE**

Periodo: 2022

Entrenador del equipo Sub-20  
Participación en el Campeonato Paulista





# EXPERIENCIAS PROFESIONALES



## **SOCIEDAD DEPORTIVA PALMEIRAS**

Período: 2019 a 2021

### **Treinador da Equipe Profissional Feminina**

Bicampeão da Copa Paulista 2019 e 2021

Vice-campeão Brasileiro 2021  
Indicado para o Bola de Prata do Brasileirão na categoria de Melhor Treinador. Selecionado pela IFFHS para Melhor do Mundo na Categoria Treinador de Clubes de Futebol Feminino.



## **VILLA NOVA ATLÉTICO CLUBE**

Período: 2019

Auxiliar Técnico da Equipe Profissional

Participação no Campeonato Mineiro da Primeira Divisão



## **FUTEBOL CLUBE BETINENSE**

Período: 2018

Auxiliar Técnico de Equipe Profissional

Participação na Campeona. Módulo Mineiro II

Treinador Principal da 34ª Copa de Futebol Juvenil de Belo Horizonte – Sub 17



## **ROCHESTER ACADEMIA DE FÚTBOL**

ESTADOS UNIDOS

Período: 2018

Treinador

Participação no Campeonato Estadual de Minnesota (EUA)  
Obtendo o terceiro lugar com a equipe sub-13



## **SPORT CLUBE ATIBAIA**

Período: 2016 a 2017

Treinador Principal

Participação na 48ª Copa São Paulo de Futebol Júnior - Sub-20



## **RIO BRANCO ESPORTE CLUBE AMERICANA/SP**

Período: 2013

Treinador

Participação no Campeonato Paulista de Juniores – 1ª Divisão Sub-20



## **ASOCIACIÓN ACADÉMICA DE COIMBRA OAF – PORTUGAL**

Período: 2013 a 2014

Estágio Profissional e Auxiliar técnico/Analista de Desempenho

Participação no campeonato nacional de Juniores (A)  
Sub 19 1ª Divisão



## **SPORT LISBOA Y MARINHA – PORTUGAL**

Período: 2014 a 2016

Treinador Principal e Coordenador Técnico

Participação no Campeonato Nacional Juvenil Sub-19 em 2015/2016 Campeão Distrital de Leiria (Divisão de Honra) Sub-19 em 2014/2015

Eleito Melhor Treinador da Competição em 2014/2015



## **PAULISTA FUTEBOL CLUBE - JUNDIAÍ**

Período: 2017 e 2010 Treinador

Participação no Campeonato Paulista Sub-20 - 1ª Divisão (2017) Práticas Profissionais com o Treinador FERNANDO DINIZ (2010) Campeão da Copa Federação de Futebol de São Paulo em 2010.







