

# **Tratado de Técnica Estendida e Memória**

## **Muscular Aplicada aos Jogos de Luta**



**Daniel Benevides de Mesquita Gabassi**

# ÍNDICE

<b>Introdução</b> .....	3
<b>Técnica Vs Habilidade</b> .....	5
Habilidade.....	5
Exercícios para Controle Neuromuscular.....	6
Técnica.....	8
<b>Desmistificando o Aprendizado</b> .....	9
O que é dificuldade?.....	9
Implemento Uma Nova Técnica. Qual é o Foco do Estudo?.....	14
<b>Por que e Como Utilizar <i>Wineglass</i>?</b> .....	17
Gamepad.....	17
Teclado/Hitbox.....	18
Postura Tradicional vs. <i>Wineglass</i> .....	19
<b>Reescrevendo a Memória Muscular</b> .....	24
Desenvolvimento Sensorial.....	24
Continuidade dos Movimentos.....	26
Desenvolvimento de Consistência.....	27
<b>Formação de Comandos</b> .....	28
Controle da Posição Neutra(5) do <i>Joystick</i> .....	28
Emenda de <i>Inputs</i> para Comandos Circulares.....	29
Redução do Intervalo Entre <i>Inputs</i> .....	31
Agrupamento de <i>Inputs</i> .....	31
<b>Redução da Dificuldade em Combos</b> .....	34
<b>Memorização</b> .....	38
<b>Conclusão</b> .....	40

## Introdução

Neste tratado, pretendo abordar técnicas eficientes e pouco usuais quanto ao treinamento mecânico dos combos em jogos de luta. Apesar de ser um aspecto básico e inicial para o praticante deste gênero, muitos sentem dificuldade ao tentar executar suas sequências, muitas vezes por não possuir uma metodologia de estudo, por alguma dificuldade técnica ou por estarem em transição para o controle arcade. Aqui, pretendo elucidar algumas questões sobre como e por que devemos seguir determinado padrão de treinamento para combos, tanto para aqueles que estão iniciando agora em *fighting games*, quanto para os que transitam para a mecânica do controle arcade. Irei me utilizar de conhecimentos no campo da neurologia, musicologia, fisioterapia e pedagogia para fundamentar algumas das questões aqui apresentadas. Espero que esta interdisciplinaridade venha a contribuir para um conhecimento mais sólido, com o menor número de “achismos” possível, como é de praxe neste tipo de literatura. Aqui, já deixo claro e peço que o texto seja lido por inteiro. Não aplique nenhuma técnica sem que tenha lido e compreendido a importância de cada etapa. Leia e depois volte para experimentar cada etapa em sua respectiva ordem. Nenhum capítulo deste método sobrevive como unidade. Também devo explicitar que este trabalho não se refere à nenhum jogo específico assim como não é sobre combos avançados, apesar de que irei abordar e explicar as razões que os tornam possíveis. O objetivo aqui é demonstrar técnicas avançadas de estudo e execução a fim de possibilitar que o jogador implemente memórias musculares mais claras, precisas e relaxadas; estas sim irão conduzir o leitor à executar combos avançados com maior domínio. Eis algumas possibilidades que se tornam viáveis com a aplicação das técnicas que irei apresentar:

- Garou: Mark of the Wolves - B. Jenet (13 Feint Cancels):  
<https://www.youtube.com/watch?v=is5rYx5Y2is>
- King of Fighters 98 - Kim Kaphwan (5 Haki Cancels):  
<https://www.youtube.com/watch?v=NkHtHxC2YZk&feature=youtu.be>

Em Garou: Mark of the Wolves não à necessidade de provar a idoneidade da execução do combo, pois foi realizado em um gabinete arcade. Porém, o combo do Kim Kaphwan em King of Fighters 98 foi executado no computador, plataforma

reconhecidamente infestada de macro/hexadecimais seja online ou offline. Logo, para os que duvidam que a execução do combo foi feita livre de auxílios, verifiquem a descrição do vídeo, onde coloquei a gravação completa sem edições e também, ao final do vídeo, provo que o mesmo foi realizado sem qualquer trapaça.

Como vimos nos vídeos acima, é possível realizar combos muito avançados com as técnicas que lhes apresentarei. Porém, não iremos focar em tutoriais para combos. Falaremos exclusivamente sobre execução e como moldá-la e, para isso, usarei exemplos dos mais simples possíveis e irei partir do mais básico referente à técnica. Os exemplos simples são fundamentais, pois precisamos nos preocupar única e exclusivamente com o método de execução e não com o que estamos executando. Futuramente, o leitor que conseguir amadurecer estas técnicas terá maturidade suficiente para direcionar seu estudo para o jogo ou combo que assim desejar.

Boa leitura a todos.

## Técnica Vs Habilidade

Uma vez que não estamos falando de uma ciência exata, é difícil dizer o que é correto e o que é errado em jogos de luta. Falando puramente de mecânica (aqui inclui-se posição das mãos, *layout*, arcade, *gamepad*, *hitbox*, etc), é difícil dizer o que deveria ser considerado correto, pois os combos e ataques executados em partidas e torneios, raramente extrapolam o nível de dificuldade mediano do que é possível no jogo. Logo, tudo o que você precisa para vencer está ao seu alcance técnico, seja em arcade, *gamepad*, etc. Porém, uma coisa pode-se dar como certa: se você “*dropa*” um combo, provavelmente o fez porque estudou errado e não porque te falta habilidade para executá-lo. Aqui é preciso distinguir muito bem dois conceitos: técnica e habilidade. Devemos estar cientes de que são coisas completamente distintas. Para fins ilustrativos, façamos uma analogia. Seus olhos vêem a mesma imagem que os olhos de um japonês. Entretanto, você não é capaz de ler na linguagem japonesa e o japonês também não é capaz de ler em nossa língua. Ambos possuem a habilidade de enxergar, porém, o código de leitura (técnica) só é familiar àquele que estudou determinada linguagem de comunicação. Aqui, podemos distinguir alguns pontos:

- Se você erra combos de dificuldade média/baixa com alguma frequência, lhe falta técnica.
- Se você tem dificuldade em trocar a interface por onde seus comandos são transmitidos (*gamepad*, arcade, *hitbox* ou teclado), mas consegue jogar no seu controlador atual, lhe falta a técnica correspondente ao novo controlador.
- Se você não consegue utilizar os combos mais difíceis do seu personagem, lhe falta habilidade, técnica ou até ambos.

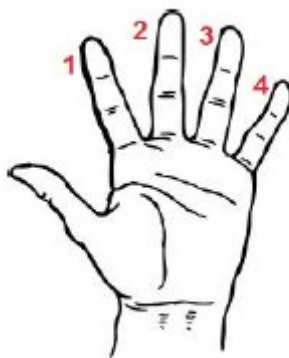
### **Habilidade**

Agora já entendemos que habilidade e técnica são conceitos diferentes. Logo, é possível evoluir tanto em um campo como em outro, não necessariamente ao mesmo tempo e, no campo da habilidade, sequer precisamos jogar para isso. Em nosso meio, podemos dizer que: hábil é a pessoa que exerce pleno controle neuromuscular de seus dedos, isolando e combinando movimentos diversos. Possuir notável habilidade não

necessariamente te qualifica como bom jogador, instrumentista ou datilógrafo, pois, nestes casos, nossa habilidade deve ser “adestrada” para determinado código, ou seja, técnica.

## Exercícios para Controle Neuromuscular

Aqui começamos com o treinamento de verdade. Abaixo irei listar exercícios que irão ampliar a capacidade de controle neuromuscular dos dedos. Para nos comunicarmos por padrão, irei nomear os dedos da seguinte maneira:



Os exercícios propostos serão nomeados abraçar, bater, empurrar e espaçar. Abaixo, apresento cada um deles em vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=o9nHxQdZ-VA>

A seguir, temos exemplos de execução errada e correta para todos os exercícios:

<https://www.youtube.com/watch?v=UI4EQ6KNdM0>

Notamos no vídeo acima que devemos evitar esforços desnecessários, assim como movimentações além do dedo que está sendo treinado. Tudo deve ser executado com máximo de controle e relaxamento, que devem ser prioritários. Se está controlando o dedo indicador, mova exclusivamente este dedo, mesmo que isso signifique mover muito

pouco para melhor isolar os músculos que o controlam. Aos poucos, vá adicionando amplitude e velocidade aos exercícios. Após esse primeiro estágio, podemos seguir com combinações entre dedos. As combinações possíveis entre os dedos são:

- Combinações de dois dedos: 1+2; 2+3; 3+4; 1+3; 2+4; 1+4
- Combinações de três dedos: 2+3+4; 1+3+4; 1+2+4; 1+2+3

Segue exemplos de combinações duplas e triplas utilizando o exercício “abraçar”:

<https://www.youtube.com/watch?v=gcXlahuUj5M>

É importante notar que o exercício espaçar não possui combinações, sendo executado apenas como apresentado no primeiro vídeo.

Não ultrapasse mais de quinze à trinta minutos de treino diário para estes exercícios, pois as musculaturas e tendões que controlam os dedos são muito sensíveis e podem vir a se lesionar. Em caso de dor, suspenda o treinamento. Para melhor controle da evolução, emprestaremos o metrônomo da prática musical. Ajuste a velocidade para cento e vinte e execute os movimentos a cada quatro batidas. Aos poucos, aumente a velocidade. Segue vídeo demonstrativo do exercício empurrar com a combinação dos dedos 1+3 com metrônomo:

<https://www.youtube.com/watch?v=YObWKh8oOck>

Aqui, uma observação se faz necessária. Se você joga com *gamepad* há muitos anos, pode ter desenvolvido habilidade exclusivamente em seus polegares. Ao migrar para o controle arcade, deve levar em conta o desenvolvimento equilibrado de todos os dedos. Logo, os exercícios anteriores podem ser de fundamental importância para seu treinamento. Pratique-os diariamente caso tenha dificuldade em exercer controle individual dos dedos.

## Técnica

Vimos anteriormente que habilidade é simplesmente o quão motoramente capaz nossas mãos são e apenas isso. Podemos nos comparar aos músicos nesse caso. Eis um exemplo de pura habilidade: <https://www.youtube.com/watch?v=obs406VmUa8>

Aqui, vemos um músico muito capaz e habilidoso mas, para quem conhece o código musical e sabe reconhecer problemas de ordem técnica, sonoridade é poluída, as notas não soam plenamente, acontecem erros de nota, etc. Porém, de maneira nenhuma pode-se dizer que não há habilidade ou, como diriam no meio musical, talento.

No exemplo a seguir, vemos um músico extremamente habilidoso em plenitude técnica: <https://www.youtube.com/watch?v=WSvjUr9MHA>

Aqui, o som é absoluto, claro, limpo e projetado bem. Todas as notas são audíveis, sem ruídos, interferências ou falhas. Essa qualidade sonora é resultado de uma técnica diferenciada e muito bem estudada. Isso se confirma ao confrontarmos os mesmos músicos em um repertório que requer menos de habilidade, mas que necessita igualmente de controle técnico:

- Exemplo 1: <https://www.youtube.com/watch?v=20L6n9aZbkU>
- Exemplo 2: <https://www.youtube.com/watch?v=Bcl7M6Otyyl>

As características sonoras, que provém unicamente do controle técnico, se mantêm iguais, tanto em repertórios “difíceis”, quanto em repertórios mais “simples”. Se, em música, sonoridade e notas erradas são fruto de estudo equivocado, em jogos de luta, um combo “*dropado*” é consequência de uma técnica de estudo deficiente.

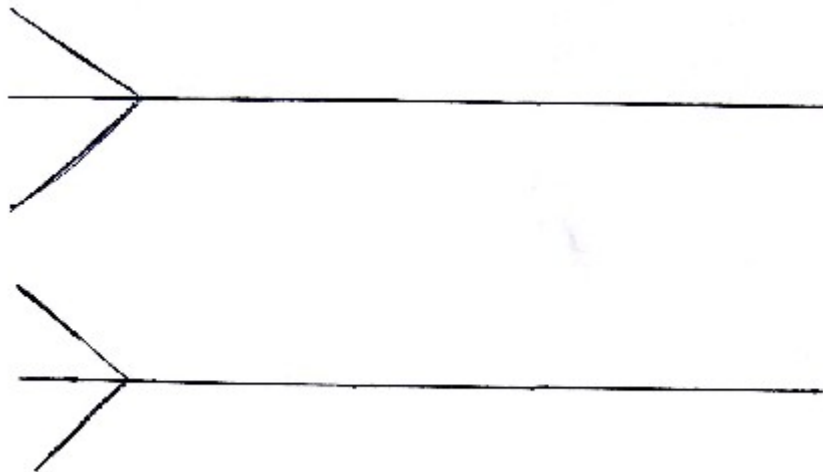


## Desmistificando o Aprendizado

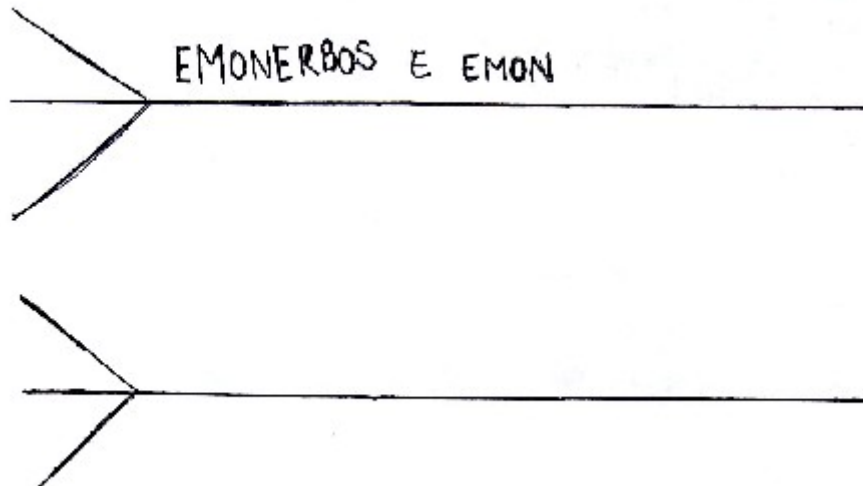
Para que nosso estudo seja objetivo e eficiente, devemos, primeiramente, entender quais são as barreiras que devemos superar para que o aprendizado ocorra. Vamos à primeira delas:

### O Que é Dificuldade?

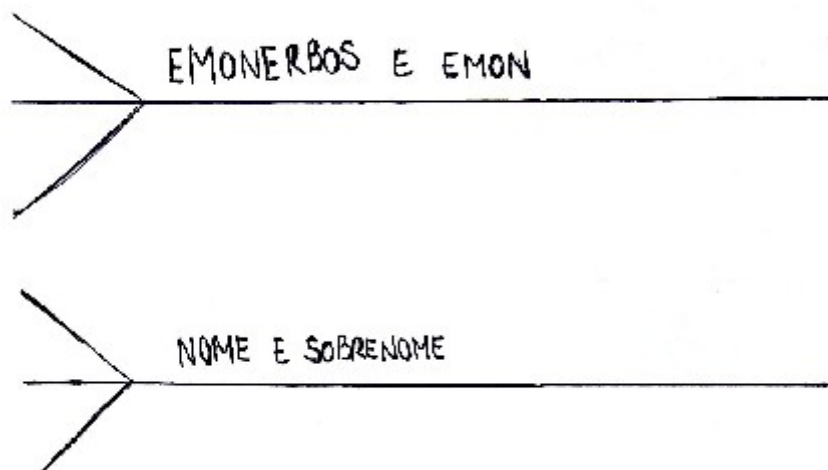
Aqui, peço seu voto de confiança para que faça os exercícios que irei propor. Eles são absolutamente fundamentais para que eu consiga transmitir as ideias propostas para estudo técnico. Você irá precisar de papel e caneta. Em seguida, faça o seguinte desenho:



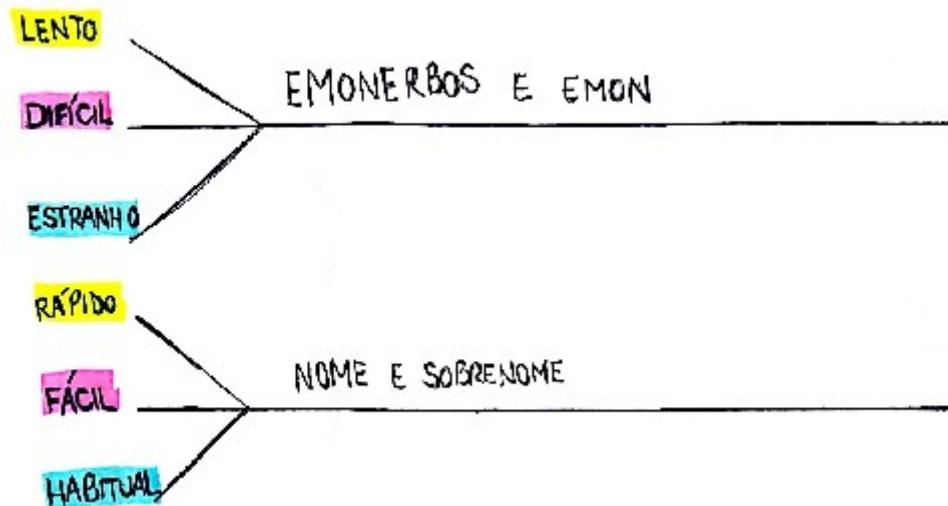
Agora, preencha a linha horizontal superior com seu nome inteiro, escrito de trás para frente, em letra de forma. Caso já tenha feito isso muitas vezes, escolha uma outra palavra, contanto que seja pouco usual (paralelepípedo, por exemplo). Ao final, deve ficar assim:



A seguir, na linha horizontal inferior, escreva seu nome normalmente, também em letra de forma:



Seguindo com o exercício, podemos nomear as seguintes características:

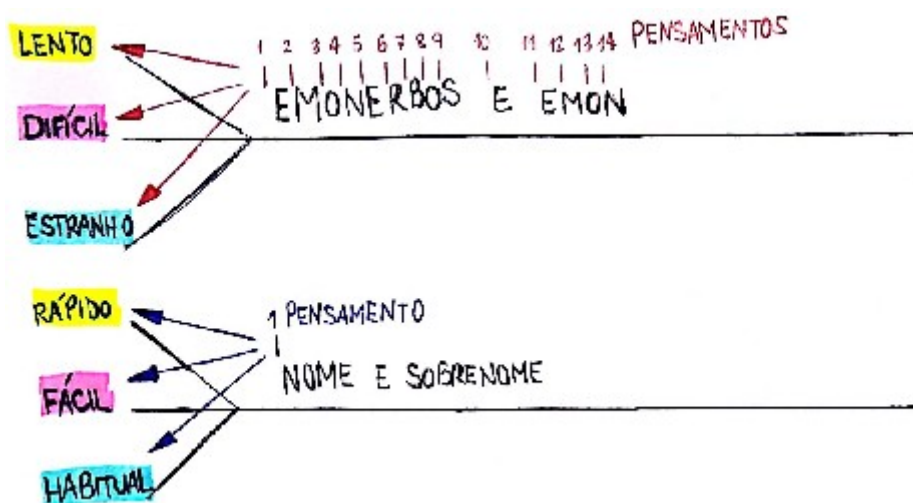


Todas as características são opostas e, podemos notar que, na primeira metade do exercício, tivemos dificuldade em escrever de trás para frente. Fomos lentos, pois é um exercício não-habitual, o que o torna difícil. Em contrapartida, é muito simples escrever no sentido normal, pois é habitual, tornando-o fácil e rápido.

Agora, vamos analisar o movimento das mãos. No vídeo a seguir, irei escrever de maneira retroativa e lenta duas vezes. Porém, cada uma tem uma característica motora:

<https://www.youtube.com/watch?v=9oj1QEN4t8s>

Ao escrever seu nome de trás para frente, você escreveu como na primeira forma, em câmera lenta e sem intervalos entre as letras ou como na segunda forma, velozmente (mecanicamente idêntico a quando escreveu o nome normalmente), mas com intervalos para pensar qual será a próxima letra? Acredito que todos estamos mais próximos da segunda forma de escrever. Se analisarmos a mecânica de nossa escrita ao escrever normalmente e retroativamente, iremos perceber que é exatamente igual. Desta forma, a única diferença entre fazer algo com que estamos ou não habituados a fazer, é a quantidade de pensamentos que temos que processar para tal atividade. Quando a atividade é incomum ou não-habitual, iremos realizá-la mais lentamente, pois precisamos raciocinar muito mais para executá-la, como mostra a imagem a seguir:



Em combos ocorre a mesma coisa e, se estamos transitando para o *fightstick*, em grau ainda mais elevado.

Quando tínhamos poucos anos de vida e estávamos aprendendo a escrever, todos passávamos por alguns estágios. Passamos pela fase de estudo das letras ou caderninho de caligrafia. Nele, escrevemos primeiro vogais, depois consoantes, até estarmos aptos a escrever sílabas e, então, palavras. Quantos anos demoramos até conseguir escrever frases simples? Um ou dois anos, talvez? Mas quando se trata de combos, vamos direto para a “poesia”, sem passar por qualquer estágio preparatório. O jogador pega aquele “CMV” cheio de comandos difíceis e tenta executar tudo de uma vez. O que acontece a seguir é óbvio: o jogador vai passar por uma grande frustração ao crer que sua capacidade é supostamente insuficiente. Se tivéssemos, logo de início, aprendido a escrever frases complexas, ao invés de passar por toda preparação, iríamos experimentar a mesma dificuldade e frustração. Entretanto, se falar a um adulto que ele primeiro precisa aprender a se movimentar (andar, pular em diversas posições e ângulos, dar *dash*, *air dash*, *instant air dash*, pulos duplos, etc), para depois passar por comandos simples (hadouken, shoryuken, etc) e então chegar a combos, dos mais simples aos mais complexos gradualmente, provavelmente este mesmo diria: “isso é muito simples, eu vou direto para o que interessa”, ou se for o caso de *pad player*: “já sei fazer essas coisas, vou direto para os combos”. E aí caímos no caso do japonês e do brasileiro: você sabe jogar no *gamepad*, mas, no arcade, você é um iniciante. Aprenda a se movimentar, executar

comandos simples, combos simples, combos medianos e, depois, combos complexos. Agora, você provavelmente dirá: “quando comecei a jogar não treinei nada disso e aprendi a usar o *gamepad* apenas jogando, porque não no arcade?” Quando você aprendeu a jogar em seu Super Nintendo com a fita do Super Street Fighter II, você não fazia combos complicadíssimos, nem nada do tipo. Você provavelmente ficava andando pela tela, tentando executar um hadouken; ou, se tinha a fita do Mortal Kombat, ficava “apelando na voadora”. Pois você estava treinando movimentação e comandos simples, sem sequer saber. Outra coisa importante, que se deve ter em mente, é que, antigamente, quando ainda jovem, você provavelmente enfrentava jogadores muito ruins e se preocupava quase que exclusivamente com a execução de golpes comuns. Atualmente, em transição para o arcade, além de ter voltado ao nível de execução de um iniciante por não possuir a técnica correta para este controlador, você está enfrentando adversários que ocupam demais a sua mente com suas estratégias e dificilmente conseguirá evoluir sua execução tendo de lidar com tantas variáveis simultaneamente. Ao iniciarmos qualquer novo ciclo de treinamento, todos devemos passar pelos estágios básicos, pois se tentarmos ir direto ao estágio final (escrever, tocar um instrumento ou “combar”), iremos ter tantos elementos interagindo ao mesmo tempo que não teremos tempo para raciocinar e controlar todos eles. A lição mais importante aqui é: reduza o nível de dificuldade para conseguir tempo para pensar em todos os elementos técnicos enquanto os executa. Ao dominar um estágio, adicione outras dificuldades.

Em breve, iremos tratar de algumas técnicas de como iniciar o estudo mecânico em níveis baixos e aos poucos ampliar a dificuldade. É importante notar que só se deve adicionar um elemento de dificuldade quando o anterior estiver resolvido, ou seja, quando não precisarmos pensar em cada passo para executá-lo (assim como escrevemos nosso nome normalmente). Se a sua mente se confunde com os pensamentos, você está “combando” de trás para frente. Agora, vamos discutir outro elemento que dificulta o aprendizado, especialmente em adultos: você já sabe o que fazer.

## Implementando Uma Nova Técnica. Qual é o Foco do Estudo?

À esta altura é comum, especialmente para quem já tentou mudar sua técnica, se questionar se realmente tudo é tão simples quanto parece. Se você é uma dessas pessoas, provavelmente já se frustrou muito por comprar um novo controle arcade e não poder usá-lo com a liberdade que usufruía de seu antigo *gamepad*. Vamos fazer outro exercício, nele irei desmistificar essa falsa dificuldade endossada pela falta de um método eficiente de estudo. Peço que siga todos os passos precisamente, sem intervenções.

No vídeo abaixo, teremos uma frase que irá aparecer por um breve momento e deverá ser lida com apenas uma repetição do vídeo. Leia o mais rápido possível, pois a frase irá desaparecer rapidamente. A duração do vídeo é de um minuto e a frase poderá aparecer no início, no meio ou no final do vídeo. Portanto, fique muito atento para a aparição da frase. Veja este vídeo uma única vez, não o reproduza novamente, isto é de grande importância. Caso não tenha conseguido ler, peça a outra pessoa que faça-o por você e diga qual é a frase correta. Novamente, não reproduza o vídeo uma segunda vez.

<https://www.youtube.com/watch?v=Z1au9-567wM>

Aqui, recriamos uma situação que acontece normalmente durante partidas, uma oportunidade de punição. É o momento de maior tensão e onde acontecem a maioria dos erros de execução. Vamos enumerar as características que envolvem esta circunstância:

- Breve janela de oportunidade
- Dificuldade de execução
- Pouco tempo para raciocinar
- Aplicação de uma técnica em curto espaço de tempo

Agora, devem estar se questionando: de que maneira isso se assemelha a uma oportunidade de punir um erro do oponente durante uma partida?

Digamos que vocalizar sons é uma habilidade. Esta habilidade é comum a todas as pessoas de quaisquer faixas etárias e condição intelectual, desde que não possuam problemas no trato fonoaudiológico que as impeçam de produzir sons com a boca. Porém, a leitura é uma técnica e é determinada pelo contexto social e geográfico que o indivíduo

está inserido. Logo, se você é brasileiro, há grande probabilidade de sua língua nativa ser o português. Deste modo, sua técnica de comunicação é a língua portuguesa, para um japonês, a língua japonesa e para um americano, a língua inglesa, etc. No momento do exercício utilizamos nossa habilidade para aplicar uma técnica, sem tempo de raciocínio, por um curto espaço de tempo, em uma janela de oportunidade restrita. Exatamente como em uma partida de um jogo de luta, você irá se deparar com uma janela de oportunidade curta, que pode aparecer a qualquer momento e, durante um breve período de tempo, você deverá aplicar sua técnica da melhor maneira a fim de infligir o maior dano possível.

A situação que recriamos no vídeo é muito opressora e conspira para induzir a pessoa ao erro, porém, apesar das palavras estarem escritas de maneira errada, sua leitura foi correta. Agora sim, volte e pause o vídeo para ler cada palavra lentamente e com calma. Repare que as palavras “cachorro” e “fugiu” possuem letras embaralhadas e a palavra “casa” está escrita com o número quatro substituindo a primeira letra “a”.

Isso ocorre porque, em uma situação onde é necessária reação rápida, você simplesmente não tem tempo de raciocínio e tende a executar ações de resposta automaticamente, sendo que, o que irá determinar qual ação será executada, é o que seu cérebro julgar correto de acordo com seu conhecimento previamente estudado. Logo, seu cérebro irá buscar uma memória muscular que se enquadre com a situação e executá-la. Você não conhece as palavras “fuiqu”, “cahcorro” e “c4sa”, mas “fugiu”, “cachorro” e “casa” sim, logo, irá ler as palavras como se estivesse escritas corretamente por haver grande afinidade visual entre elas e também por tê-las utilizado em diversas situações ao longo de sua vida, tanto no estudo, quanto no cotidiano. Agora, digamos que você, após anos de treinamento no *gamepad*, *hitbox* ou teclado, esta jogando no seu novo *fightstick* e se depara com uma oportunidade de punição, o que seu cérebro irá fazer? A resposta é óbvia, irá executar uma memória muscular que não pode ser executada, afinal, você não esta utilizando o controlador que está acostumado.

Agora vamos ao fator que é capaz de realmente nos induzir a aprender novas técnicas: esquecer completamente a antiga. O problema é que você já sabe o que fazer, e faz, mas o controle não foi feito para o conhecimento que você possui e, para aprender a jogar no controle arcade, você deve, primeiramente, nunca mais voltar a jogar no *gamepad*. Segundo fator, reduza a dificuldade sempre a níveis que você tenha raciocínio pleno e consciência de que esta aplicando a técnica compatível com controle arcade corretamente. Logo, esqueça o jogo online por um bom tempo, especialmente contra adversários reconhecidamente fortes, assim como não deverá jogar com a CPU em

dificuldades altas demais. Você irá passar ao menos um ou dois meses sem sequer jogar, apenas treinando, para então voltar ao *single player* e, futuramente, ao online contra adversários fracos e, enfim, os fortes. Isso é fundamental e realmente necessário pois, se você se deparar com uma situação onde não há tempo para pensar, inevitavelmente seu cérebro irá enviar ordens aos seus músculos que não podem ser executadas devido à ausência de um controlador compatível e, a partir do momento em que você tentar raciocinar, irá cair na questão discutida anteriormente, onde o excesso de pensamentos irá tornar sua execução lenta, difícil, tensa e, provavelmente, errada.

Se você compreendeu e está disposto a se dedicar um bom tempo a este novo aprendizado, vamos iniciar o treinamento.



## Por que e Como Utilizar *Wineglass*?

A escolha de uma técnica deve ser consciente e partir de um questionamento básico: o que me proporcionará maior controle? Neste momento, você irá pensar: “o que me proporciona maior controle é o *gamepad*, pois é a interface em que jogo melhor”. Aí está o erro, o *gamepad* é o melhor pois você está acostumado com ele, mas, como muitos já sabem, ele possui deficiências que dificultam a execução de certos comandos. A seguir, vamos analisar *gamepad*, teclado (ou *hitbox*) e duas posições para se jogar no controle arcade, a tradicional americana (cotone) e o *wineglass*. Com esta análise iremos ter melhor fundamento para definir qual técnica iremos utilizar.

### ***Gamepad***



Aqui nos deparamos com o maior problema de se jogar em um *gamepad*: a restrição do controle aos polegares. Para jogos antigos não é algo tão acentuado, porém, atualmente, com a gama de comandos a serem executados e combinações de dois ou mais botões para pressionarmos na mão direita, isso é algo que, inevitavelmente, acentua a dificuldade de execução de muitos comandos. Para os que possuem *gamepads* desenvolvidos para *fighting games*, ou seja, com seis botões dispostos na parte frontal do controle como em um *fightstick*, há uma leve redução na dificuldade de execução, porém, o direcional encontra-se na mesma situação, controlado apenas pelo polegar e, apesar dos seis botões frontais, a dificuldade de controle com as combinações de dois ou mais botões na mão direita não é completamente resolvida, visto que o tamanho dos botões é

reduzido e não acompanha o tamanho natural das mãos de alguns jogadores.

Outro problema comum, é a falta de padronização. A cada lançamento ou reedição, seja de jogos ou consoles, estamos presos, na maioria das vezes, aos *gamepads* padrões dos consoles Xbox e Playstation, tornando o jogador dependente de adaptadores ou de algum lançamento, como os *pads* da MadCatz de seis botões, que podem ser descontinuados a qualquer momento, forçando o jogador a providenciar outro controle, que pode não atender plenamente às suas necessidades.

### Teclado/*Hitbox*



Aqui temos um ótimo sistema de controle. Cada direção e botões de ataque é regido por um dedo específico, fazendo com que a dificuldade se dilua por toda mão invés de ser concentrada em partes específicas como acontece com os *gamepads*. O problema de se jogar em teclado, *hitbox*, ou qualquer solução alternativa, é que não são convenções e, em grau ainda mais elevado que no *gamepad*, você também ficará restrito ao seu *hardware*, ou seja, em eventuais visitas a torneios, casas de amigos ou fliperamas, poderá não ter um substituto que poderá utilizar nas mesmas condições.

## Postura Tradicional vs. *Wineglass*

Analisemos juntos a posição tradicional, envolvendo o *joystick* com toda mão:



Para a mão direita não há restrições, pois, assim como em um teclado ou *hitbox*, cada botão pode ser regido por um dedo específico, diminuindo a dificuldade de execução. Porém, repare na imagem abaixo, onde demonstro as possibilidades de controle para a mão esquerda:



Por a mão estar envolvendo a bolinha completamente, restringimos o controle das direções, pois para que um dedo, como polegar, atue direcionando o comando, por

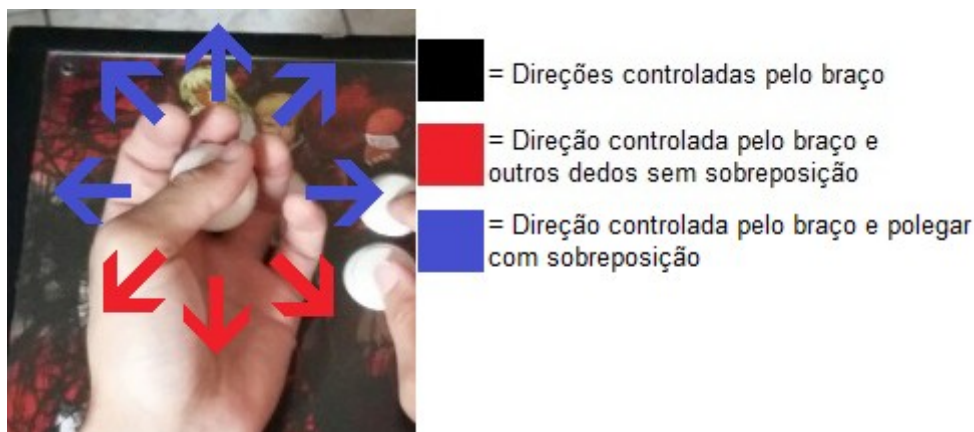
exemplo, para cima ou para esquerda, é preciso mover o braço para abrir caminho. Nestas condições, a única direção que possui opção de utilizar dedos e braço para se movimentar, é para baixo e suas respectivas diagonais, podendo inserir *inputs* com os dedos ou puxando todo braço utilizando os dedos apenas como ponto de contato e transferência de energia para o *joystick*.

Aqui é importante esclarecer ao que me refiro como “sem sobreposição”. Sem sobreposição é quando, por um breve espaço de tempo, ficamos com um ponto cego em nossa mão, ou seja, se pressionarmos para frente empurrando o braço, precisamos voltar o braço para posição neutra, a fim de poder empurrar para frente novamente. Quando temos a sobreposição, há mais de uma parte do corpo disponível para execução de um *input*, ou seja, enquanto se pressiona um *input*, há outra parte do corpo já projetando o próximo enquanto a anterior relaxa se recolhe ao seu estado de repouso. Um bom exemplo é a alternância de indicador e médio para o *lightning kick*, da Chun-li, a fim de executar o golpe mais rapidamente. Logo, para a opção de posicionamento tradicional (ou cotonete), onde controlamos praticamente todas as direções unicamente com o braço, estamos naturalmente restringidos, pois, na maior parte do tempo, temos apenas uma opção de *input* a ser inserido por vez.

Agora vamos ao *wineglass*:



Quanto a mão direita, a explicação é a mesma para a posição tradicional. Vamos às possibilidades da mão esquerda:



Aqui é possível ver as duas principais vantagens de se utilizar o wineglass:

- A bolinha não é restringida pela mão.
- Cada direção possui mais de uma parte do corpo disponível para execução e, em sua maioria, com sobreposição do polegar.

As direções 4, 7, 8, 9 e 6 podem ser executadas utilizando o polegar em conjunto com o braço, possibilitando execuções muito mais velozes de *dash*, *air dash* e *dragon punches*, por exemplo. Além, é claro, de um controle mais individual de cada direção, pois há mais de uma parte do corpo responsável para execução de cada parte. Por exemplo, se estamos sendo pressionados na defesa, podemos encarregar médio e/ou anelar de gerenciar a posição em pé ou agachado (5 e 2), enquanto o braço irá manter a defesa sempre pressionada (4), gerando as direções 4 e 1, que correspondem às defesas em pé e agachado, respectivamente. Segue demonstração em vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=ph75ffvA9Tk&feature=youtu.be>

Já para um *instant air dash*, o polegar pode disparar a direção 9 e, enquanto retorna ao estado de repouso, o braço pode direcionar o *joystick* para a posição 6:

[https://www.youtube.com/watch?v=Am3\\_f04dd9Y&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=Am3_f04dd9Y&feature=youtu.be)

Claro, toda técnica tem seu defeito e esta não é diferente. Reparem que, no vídeo anterior, mesmo o comando sendo inserido de maneira absolutamente correta, sua execução foi tão veloz que não houve tempo do personagem subir o suficiente para o jogo aceitar o comando com um *air dash*. Agora sim, um pouco mais lento:

<https://www.youtube.com/watch?v=rCRzjh4EiAg&feature=youtu.be>

Com o *wineglass* teremos um controle mais individualizado do direcional e ainda iremos usufruir de mais velocidade na repetição de direções graças à possibilidade de utilizar mais de uma parte do corpo para a mesma direção. Este é um dos aspectos que possibilita os combos mencionados na introdução deste trabalho. Com esta técnica, o *dash* é executado de maneira absolutamente instantânea, restando maior tempo para que seu personagem se aproxime e execute o *loop* mais uma vez. Veja-os novamente e, desta vez, repare na velocidade de execução do *dash*:

- Garou: Mark of the Wolves - B. Jenet (13 Feint Cancels):  
<https://www.youtube.com/watch?v=is5rYx5Y2is>
- King of Fighters 98 - Kim Kaphwan (5 Haki Cancels):  
<https://www.youtube.com/watch?v=NkHtHxC2YZk&feature=youtu.be>

Também é importante destacar que, devido ao controle individual das direções, é possível ser mais veloz e, não obstante, obter um domínio que possibilite a introdução de comandos mais precisos como podemos visualizar no vídeo à seguir, onde demonstro os *inputs* de um *dragon punch* em Guilty Gear Xrd:

<https://www.youtube.com/watch?v=l73eMjK9OBE&feature=youtu.be>

Novamente, nenhuma direção é executada necessitando única e exclusivamente de movimentação do braço, nosso membro mais lento. Este trabalha apenas como

auxiliar dos movimentos dos dedos, responsáveis pelo controle do *joystick* na maior parte do tempo. Sim, é possível utilizar o braço para executar repetição de direções, mas este recurso já é conhecido e amplamente utilizado, portanto, não há necessidade de abordá-lo aqui.

## Reescrevendo a Memória Muscular

Escolhida a técnica que iremos trabalhar, vamos definir os elementos fundamentais que irão compor nossa execução. Nosso principal objetivo é desenvolver uma técnica limpa, relaxada e livre de erros, logo, devemos partir do princípio que só há uma execução correta. Esta execução só nos pertencerá se compreendida profundamente e, para tanto, iremos passar por três diferentes momentos de estudo: desenvolvimento sensorial do movimento, desenvolvimento da continuidade do movimento, desenvolvimento da consistência do movimento. Para cada nível de execução, iremos passar pelas etapas acima citadas, ou seja, para aprender a executar um *dash*, faremos exercícios para desenvolvimento sensorial do movimento, para desenvolver a continuidade do movimento e para desenvolver consistência; o mesmo acontecerá com comandos como quartos de círculos e *dragon punches*, até chegarmos aos combos.

### Desenvolvimento Sensorial

Vimos durante os exercícios preliminares de escrita e leitura que, quando uma técnica é bem estudada, seremos conduzidos a executar ações sem necessidade de raciocínio. Para garantir que, durante uma partida, nossa mente selecione ações de resposta precisas, necessitamos de um treino regido por um ideal de perfeição, que, por sua vez, é desenvolvido em nossa memória muscular a partir de uma prática sensorial.

Neste tópico, desenvolvemos o movimento microscopicamente, ou seja, devemos focar em cada mínima ideia para execução de um movimento, por exemplo: ao pressionar a direção 6 com o polegar, qual é a posição que meu dedo deve estar antes de exercer pressão sobre o *joystick*? Mais que isso, qual é a região do meu polegar que toca o *balltop*? Como é a sensação muscular ao pressionar para frente? Deste modo, iremos registrar em nossa memória como cada movimento deve ser feito para gerar um resultado mais preciso nas etapas mais avançadas do treinamento que iremos fazer nos capítulos finais.

Aqui, é importante notar que, por mais estranho que pareça, a maioria dos erros



ocorre por acúmulo de tensão anterior ao comando que foi inserido erroneamente no jogo. Por exemplo, em *Garou: Mark of the Wolves*, se você errou o quarto ou quinto feint em um infinito com Jae Hoon, o problema não é o feint errado, e sim o acúmulo de tensão que fez com que você não conseguisse executar o máximo de repetições possível com a técnica correta e o devido relaxamento entre os comandos. Em algum ponto da execução, a ideia de “perfeição” foi deixada de lado e entrou o conceito de “certo”, que corresponde ao “perfeito errado”. “Conseguir fazer um combo” funciona em partidas, não em treino. A partir de hoje, executar o ataque não é mais suficiente, seu objetivo é olhar para a tela e ver cada input inserido de maneira mais limpa possível. Para isso, o desenvolvimento sensorial é absolutamente fundamental, pois nos dá uma compreensão profunda de como um movimento preciso e relaxado é executado.

Vamos iniciar o estudo sensorial com movimentação. Para fim apenas ilustrativo, farei uso de adesivos no balltop que irão corresponder com os adesivos colados na mão e dedos, a fim de facilitar a visualização de quais áreas serão responsáveis por tocar e transmitir energia ao mecanismo do *joystick* e seu respectivo ponto receptor dessa energia. Também é importante notar que, para retornar à posição 5 do *joystick*, não iremos movimentar nossos dedos ou braço na direção contrária, vamos apenas relaxar os músculos recrutados e naturalmente voltar à posição neutra. Abaixo irei demonstrar como cada direção deve ser executada para que o desenvolvimento sensorial aconteça. Devemos tomar ciência de que existem quatro partes para cada movimento: o corpo em repouso, o corpo em contato com o mecanismo, o corpo transmitindo energia ao mecanismo e o relaxamento para retornar ao estado de repouso. Segue demonstração em vídeo das quatro partes que compõe o movimento para cada direção conforme suas possibilidades de execução com braço, polegar e outros dedos. Todas as direções referem-se às suas respectivas posições no teclado numérico:

- Direção 6 Sendo executada com o braço e com o polegar:  
<https://www.youtube.com/watch?v=jucujoY4N88&feature=youtu.be>
- Direção 4 Sendo executada com o braço e com o polegar:  
<https://www.youtube.com/watch?v=FzR22EJrIA8&feature=youtu.be>
- Direção 8 Sendo executada com o braço e com o polegar:  
<https://www.youtube.com/watch?v=y2pRHpLSIBA&feature=youtu.be>
- Direção 2 Sendo executada com o braço e com os dedos:  
<https://www.youtube.com/watch?v=p-jhR3S1iqo&feature=youtu.be>

- Direção 7 Sendo executada com o braço e com o polegar:  
<https://www.youtube.com/watch?v=iVKXxg9JCs0&feature=youtu.be>
- Direção 9 Sendo executada com o braço e com o polegar:  
[https://www.youtube.com/watch?v=JtrZFUriK\\_I&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=JtrZFUriK_I&feature=youtu.be)
- Direção 1 Sendo executada pelo braço (comandando a direção 4) em conjunto com os dedos (comandando a direção 2):  
<https://www.youtube.com/watch?v=A2NjCffrq2E&feature=youtu.be>
- Direção 3 Sendo executada pelo braço (comandando a direção 6) em conjunto com os dedos (comandando a direção 2):  
<https://www.youtube.com/watch?v=xACT3hWdwh0&feature=youtu.be>

É importante lembrar que nosso objetivo é a implementação de uma técnica fundamentada, relaxada e precisa. Devemos compreender profundamente como cada movimento é desenvolvido, sendo assim, é necessário aplicar o exercício sensorial de forma extremamente vagarosa a fim de tomar ciência de cada uma das quatro etapas que compõe um movimento. Também é necessária a repetição de cada direção uma série de vezes, invés de executar todas de uma só vez. É como treinar um combo, porém cada etapa do exercício compõe um único movimento do direcional.

Feito o exercício sensorial, vamos passar para a próxima etapa onde iremos desenvolver continuidade para cada um dos movimentos anteriores.

## **Continuidade dos Movimentos**

Este exercício é um pouco mais simples, mas requer pleno domínio do anterior. Iremos apenas unir os movimentos previamente estudados em impulsos únicos. Contudo, é de extrema importância sentir cada um dos quatro passos que compõe o movimento no instante em que os está unindo, a fim de manter a execução exatamente igual à do exercício sensorial. Caso não esteja conseguindo sentir os quatro passos, especialmente o quarto, volte à prática sensorial a fim de estabelecê-los plenamente em sua memória muscular. Este exercício também requer diversas repetições e é interessante sua alternância com o sensorial em uma proporção de três repetições sensoriais para uma contínua. Segue exemplo de todas as direções anteriormente executadas, em suas

formas contínuas:

[https://www.youtube.com/watch?v=XumP\\_EQEVCE&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=XumP_EQEVCE&feature=youtu.be)

## **Desenvolvimento de Consistência**

Após a fusão do movimento em um único impulso, iremos desenvolver sua consistência com um exercício de repetições; nele, iremos novamente emprestar o metrônomo da prática musical. Regule o metrônomo para 120bpm e realize os movimentos em sua forma contínua a cada quatro batidas. Em seguida, reduza o número de batidas para três, e então para dois, depois um e, enfim, faça o movimento completo sem nenhum auxílio. Nosso objetivo aqui, é remover aos poucos o tempo de raciocínio necessário antes da execução do movimento. É importante lembrar que a progressão do exercício deve ocorrer de forma gradual, logo, não diminua o número de batidas no mesmo dia, deixe que o exercício seja plenamente absorvido e então siga em frente. Segue exemplo com o polegar pressionando a direção 6:

<https://www.youtube.com/watch?v=4KR2tHTPbu0&feature=youtu.be>

Alguns jogadores podem sentir facilidade nesta fase inicial do desenvolvimento da memória muscular e podem vir a pular esta etapa. Peço que entendam que esta é justamente a mais importante, pois estamos lapidando nossos movimentos para se comportarem da maneira que gera o melhor resultado com o menor esforço possível. Se houver negligência neste estudo inicial, iremos comprometer todo desenvolvimento, pois, ao final, não teremos plena consciência de como nosso corpo deve se comportar em padrões mais complexos de execução, gerando tensão e descontrole.

## Formação de Comandos

Agora que temos controle das oito direções fundamentais do *joystick*, vamos começar a compor os comandos como *dash*, *air dash*, quartos de círculo, *dragon punch*, etc. Uma vez que a gama de movimentos utilizados em jogos de luta é muito grande, não há como descrever todas as possibilidades de formação. Tendo isto em mente, irei focar em comandos comuns à vários jogos e regras que poderão ser utilizadas para formar outros tipos de combinações posteriormente.

Neste momento, devemos notar que nossos movimentos não serão mais simples, ou seja, pressionando apenas uma direção, serão todos compostos por duas ou mais direções e, para executar boas ligações entre os *inputs*, devemos pensar em duas ideias importantes: a utilização correta da posição neutra (5) do *joystick* para comandos não sequenciais, ou seja, que não seguem como círculos (*dash* e *dragon punch*, por exemplo); e a emenda dos *inputs* em comandos sequenciais, ou circulares.

### Controle da Posição Neutra(5) do Joystick

Para explicar este primeiro conceito, usarei um exemplo clássico: o *dragon punch* com sobreposição entre polegar e pulso. São dois erros comuns que acontecem ao estudar este comando: O primeiro é a utilização de uma técnica insuficiente, isto é, uma parte do corpo responsável por todo movimento (posição tradicional cotonete, por exemplo, onde utilizamos o braço para jogar), que faz com que o comando seja executado de maneira mais lenta e possivelmente errado devido ao acúmulo indesejado de tensão nos músculos entre os *inputs*. O segundo erro é a leitura errônea do comando. Um *dragon punch* não deve ser estudado como 6-2-3, pois isto gera, na maioria dos casos, uma passagem indesejada pela diagonal entre as direções 6 e 2. Para a inserir o comando correto, devemos encarar o *dragon punch* como 6-5-2-3. Porém, a posição 5 só é facilmente controlada quando cada direção é regida por músculos distintos, neste caso, 6 é controlado pelo polegar, 2 é controlado por médio e anelar juntos e a diagonal é controlada pelo braço. O resultado é um comando veloz e mais preciso. Segue vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=rAkPZL9pFzl&feature=youtu.be>

O mesmo conceito pode ser utilizado para acelerar comandos onde há repetição de direções como o *dash*, por exemplo. Neste caso, o polegar é encarregado do primeiro *input* 6 e, enquanto seu relaxamento acontece, o braço se projeta à frente para repetir a direção anterior. Abaixo, exemplo de sua execução lenta e rápida:

<https://www.youtube.com/watch?v=JxDZ6KR1IkM&feature=youtu.be>

## **Emenda de *Inputs* para Comandos Circulares**

Para comandos que seguem direções sequenciais, ou circulares, iremos emendar cada *input*, retornando ao centro apenas ao final da sequência. Ou seja, diferentemente do *dragon punch*, onde utilizamos músculos diversos para voltar ao centro a fim evitar a diagonal, iremos controlar estes mesmos músculos para inserir precisamente a passagem pela diagonal. Para o caso do comando 2-3-6, baixo é controlado pelo dedo médio, enquanto frente é controlado pelo braço. No momento em que as execuções do dedo médio e braço se combinam, é gerada a diagonal, e, delegando cada direção à uma parte específica do corpo, é possível obter maior controle. Segue execução em vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=EEH-LdoDXJU&feature=youtu.be>

Completada a fase anterior de planejamento da execução dos movimentos, iremos passar pelas mesmas etapas que realizamos ao coordenar direções simples: desenvolvimento sensorial dos movimentos, desenvolvimento de continuidade dos movimentos e desenvolvimento de consistência.

Iremos novamente executar o exercício sensorial, mas agora com quarto de círculo e *dragon punch* como exemplos. O movimento deve ser lento para conseguir notar cada uma das etapas que compõe os movimentos, especialmente os momentos de relaxamento:

Quarto de círculo: mão relaxada, dedos encostando no *balltop*, dedos puxando o *joystick*, braço projetando-se à frente, dedos relaxando para permitir o retorno do *balltop* e braço relaxando para voltar ao centro. Exemplo em vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=hUuc92xV4nE&feature=youtu.be>

*Dradon punch*: mão relaxada, polegar tocando o *balltop*, polegar empurrando o *joystick*, polegar relaxando para voltar à posição inicial (5), dedos encostando no *balltop*, dedos puxando o *joystick*, braço projetando-se à frente, relaxamento do braço e dedos para retornar ao centro. Segue execução em vídeo:

<https://www.youtube.com/watch?v=O6v6fu53qX4&feature=youtu.be>

Após praticar o exercício sensorial e conseguir sentir cada uma das etapas que o compõe, iremos unificar cada um dos *inputs* em impulsos únicos para dar continuidade a cada uma das direções que compõe o comando em sua respectiva ordem. Abaixo podemos observar o exercício contínuo com a ordem de *inputs* do quarto de círculo e *dragon punch*:

- Quarto de círculo: <https://www.youtube.com/watch?v=glt9eD52JG4&feature=youtu.be>
- *Dragon Punch*: <https://www.youtube.com/watch?v=xkfCo3Pzzj0&feature=youtu.be>

É necessário lembrar algo importante e que nos remete ao exercício de escrever nossos nomes: no que se refere ao exercício de continuidade para comandos, os movimentos devem ser distribuídos através do tempo de maneira espaçada, mas, com execuções velozes. O que deve diferenciar um movimento lento de um rápido, é o tempo de raciocínio entre cada ação. Desta maneira, quando executarmos um movimento lento, devemos movimentar nossos músculos rapidamente, porém, deixando grande espaço de tempo para o raciocínio entre cada *input*.

Finalizada a etapa anterior onde desenvolvemos continuidade para os *inputs* individuais seguindo a ordem de seu determinado comando, iremos iniciar o estudo para

dar continuidade ao comando como um todo. O tempo para raciocinar entre cada *input* deve ser reduzido gradualmente para que possamos compreender suas ligações, unificá-los, e obter total controle do movimento. Para isso, temos duas técnicas: redução do intervalo entre *inputs* e agrupamento de *inputs*.

## **Redução do Intervalo Entre *Inputs***

Novamente, iremos recorrer ao metrônomo. Iremos regular a velocidade para 120bpm e executar cada *input* do comando a cada quatro de batidas. Este exercício se assemelha ao que treinamos anteriormente para dar consistência para os direcionais individuais, porém, aqui, não há repetição de direções, visto que é uma execução sequencial dos *inputs* que compõe o comando, tornando-o um exercício de continuidade para o comando de maneira geral. A quantidade de batidas deve ser reduzida gradualmente para três, duas e, ao final, apenas uma. Segue exemplo com *dragon punch*:

[https://www.youtube.com/watch?v=po\\_wYWmBHXw&feature=youtu.be](https://www.youtube.com/watch?v=po_wYWmBHXw&feature=youtu.be)

A seguir teremos uma segunda maneira de desenvolver continuidade para os comandos.

## **Agrupamento de *Inputs***

Esta técnica consiste em agrupar mais de um *input* de uma vez em um único impulso. Utilizaremos o *dragon punch* como exemplo. Seu comando completo é 6-5-2-3. Seus agrupamentos são:

- frente com polegar seguido de relaxamento para voltar à posição neutra do controle; baixo executado pelos dedos
- baixo executado pelos dedos; diagonal executada pelo braço

- (antes de iniciar, mantenha baixo pressionado pelos dedos para realizar o exercício partindo da posição anterior) diagonal executada pelo braço; relaxamento de dedos e braço para voltar à posição neutra do *joystick*.

Em vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=PDPRJftx32Y&feature=youtu.be>

Procure treinar isso em jogos mais modernos, com os *inputs* exibidos na tela. Deste modo, saberá exatamente se está inserindo os comandos de maneira correta. Este exercício deve ser executado o mais rápido possível, sem qualquer intervalo entre ações. Sua função é extinguir completamente os pensamentos entre os direcionais, fazendo com que seja o mais próximo da execução do comando em si.

Para movimentações circulares, iremos agrupar os *inputs* de forma linear e acumulativa. A seguir, os agrupamentos de um quarto de círculo:

- baixo executado pelos dedos; diagonal pressionada pelo braço
- baixo executado pelos dedos; diagonal pressionada pelo braço; relaxamento dos dedos para soltar a diagonal e inserir o *input 6*

Em vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=F6m2LhpRzBA&feature=youtu.be>

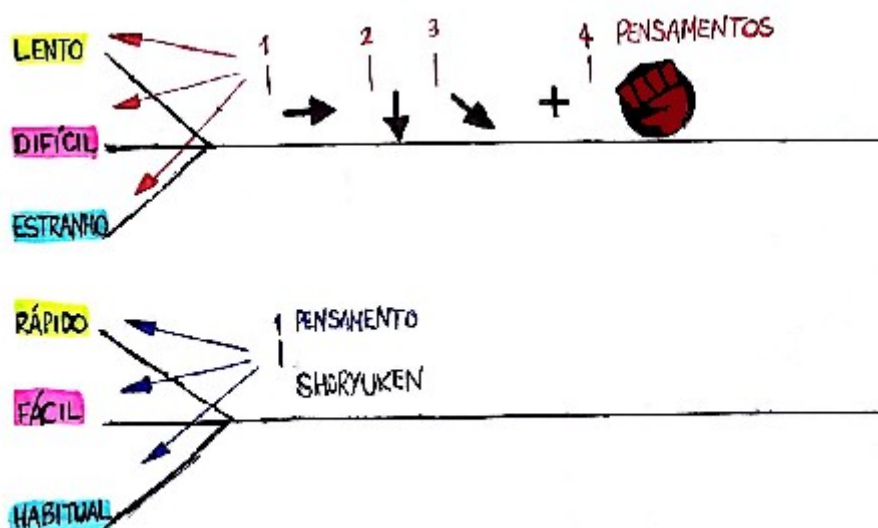
Em um quarto de círculo, não precisamos voltar ao centro do comando, pois as direções são sequenciais. Neste caso, não temos como fragmentar o comando como fizemos com o *dragon punch*, onde a necessidade de voltar ao centro faz com que possamos criar exercícios a partir do meio do comando. Para golpes circulares não temos esta opção, afinal as direções são sequenciais e dependem do posicionamento anterior para acontecer. Mesmo para comandos especiais como 2-3-6-5-2-3-6, onde temos o retorno ao centro do *joystick*, é recomendável fazer o exercício de maneira sequencial.

Finalizada a etapa de desenvolvimento de continuidade dos comandos, podemos executar exercícios comuns de repetições, sem auxílio de metrônomo, para dar consistência à execução, porém, é interessante utilizar execuções sensoriais e contínuas durante o processo, uma vez que estas são encarregadas por gerar as características que temos intenção de desenvolver.

A esta altura temos uma base técnica muito bem formada. Passamos por todos os estágios fundamentais do aprendizado motor e, a cada nova etapa do estudo,



compreendemos como planejar e moldar nossa memória muscular para movimentações e comandos. Eis o que aconteceu em nossa mente:



Conseguimos agrupar diversos *inputs* em apenas uma ação, ou seja, antes, o nosso cérebro processava: “frente, baixo, diagonal, soco”, logo, quatro pensamentos. Agora, ordenamos: “Shoryuken”, um pensamento. Deste modo, eliminamos os quatro pensamentos anteriormente necessários para a execução do ataque a apenas um, reduzindo a dificuldade em 75%. Além da dificuldade reduzida, agora, o movimento é inconsciente e regido por princípios técnicos muito sólidos, formando uma execução limpa, relaxada e precisa.

## Redução da Dificuldade em Combos

Vamos ao estágio final do treinamento: a elaboração técnica de um combo.

Utilizaremos os mesmos princípios: planejamento dos movimentos, treino sensorial, treino para criar continuidade, treino para criar consistência. Segue o combo de Ryu em Street Fighter IV como exemplo:

- Focus Attack, dash, frente+HP, Shoryuken, FADC, Metsu Hadouken

Neste caso, temos muitos comandos a serem executados. Iremos passar por todas as etapas do treinamento para cada um dos comandos individuais. Abaixo, segue o planejamento da execução de cada comando:

- Focus Attack: MP+MK
- dash: frente com polegar seguido de relaxamento para voltar à posição neutra do controle, frente com o braço seguido relaxamento para voltar à posição neutra do controle (*dash* executado com sobreposição de polegar com braço).
- frente+HP: frente com braço+HP com relaxamento para voltar à posição neutra do controle
- Shoryuken: frente com polegar seguido relaxamento para voltar à posição neutra do controle, baixo com os dedos, diagonal com o braço+HP, relaxamento de dedos e braço para retornar à posição neutra do controle (shoryuken executado com sobreposição de polegar com braço).
- FADC: MP+MK (segure) frente com polegar seguido de relaxamento para voltar à posição neutra do controle, frente com braço relaxamento para voltar à posição neutra do controle (*dash* executado com sobreposição de polegar com braço), soltar MP+MK
- Metsu Hadouken: baixo puxado pelos dedos, diagonal com o braço, frente relaxando os dedos que seguravam para baixo seguido de relaxamento para voltar à posição neutra do controle, baixo puxado pelos dedos, diagonal com o braço, frente relaxando os dedos que seguravam para baixo+HP, relaxamento para voltar ao centro do controle.

Dentro do nosso combo, temos seis comandos e, contando todos os comandos, um total de dezesseis *inputs*. Ao iniciarmos nosso estudo, seja um iniciante em jogos de luta, ou *pad player* em fase de transição para o arcade, nosso cérebro está reconhecendo *inputs* individualmente e pensando em cada parte do processo, pois não estamos habituados a esta situação, como no exercício onde escrevemos nossos nomes de trás para frente. Nossa dificuldade é medida pelo número de *inputs*, ou seja, os dezesseis *inputs* representam 100% da dificuldade do combo. Ao realizarmos os estudos propostos com estes seis comandos individualmente, iremos reduzir os vários pensamentos, que correspondem a cada input, a apenas um pensamento, ou seja, nosso cérebro pensará “comando X” e o golpe será executado automaticamente. Após esta primeira etapa do estudo, temos apenas os seis pensamentos correspondentes a cada comando que compõe o combo, nossa atual dificuldade é de 37,5%. Agora, iremos trabalhar as ligações de dois em dois comandos. As combinações serão as seguintes:

- Focus attack, *dash*: <https://www.youtube.com/watch?v=u42evD2NZXA>
- *Dash*, frente+HP: <https://www.youtube.com/watch?v=rXA-w9PiCB8>
- Frente+HP, Shoryuken: <https://www.youtube.com/watch?v=0nQUJ3BhBcGk>
- Shoryuken, FADC: <https://www.youtube.com/watch?v=fv-wjhm39wA>
- FADC, Metsu Hadouken: [https://www.youtube.com/watch?v=MC-xC1gr4\\_8](https://www.youtube.com/watch?v=MC-xC1gr4_8)

Os comandos devem ser inseridos no jogo com um único impulso. Não estamos fazendo o combo propriamente dito, apenas acostumando nosso cérebro à ideia de que, ao executar um comando, teremos um próximo, acostumando nossa mente às ligações desses comandos, ou seja, estamos criando novamente a ideia de continuidade.

Anteriormente reduzimos dois comandos seguidos a apenas um pensamento.

Façamos o mesmo com três comandos:

- Focus attack, *dash*, frente+HP: [https://www.youtube.com/watch?v=\\_-RdQLig564](https://www.youtube.com/watch?v=_-RdQLig564)
- *Dash*, frente+HP, Shoryuken: <https://www.youtube.com/watch?v=XggmDhauZNw>
- Frente+HP, Shoryuken, FADC: <https://www.youtube.com/watch?v=h73pwWIsMd0>
- Shoryuken, FADC, Metsu Hadouken: <https://www.youtube.com/watch?v=U4kOemOzyVo>

A seguir, uniremos quatro comandos:

- Focus attack, *dash*, frente+HP, Shoryuken: <https://www.youtube.com/watch?v=XxkcuWUhC9w>
- *dash*, frente+HP, Shoryuken, FADC: <https://www.youtube.com/watch?v=w2iacCWxfPw>
- frente+HP, Shoryuken, FADC, Metsu Hadouken: <https://www.youtube.com/watch?v=HJMd6gylxFg>

Enfim, façamos o mesmo com cinco comandos:

- Focus attack, *dash*, frente+HP, Shoryuken, FADC: <https://www.youtube.com/watch?v=ishpOpQk7vM>
- *dash*, frente+HP, Shoryuken, FADC, Metsu Hadouken: <https://www.youtube.com/watch?v=rP9HatukIYM>

Agora estamos prontos para o último estágio: treinar o combo sequencialmente para dar consistência e o *timing* correto à execução. Iremos entrar no *training mode* e executar o combo acumulando seus comandos gradualmente:

- Focus Attack
- Focus Attack, *dash*
- Focus Attack, *dash*, frente+HP
- Focus Attack, *dash*, frente+HP, Shoryuken
- Focus Attack, *dash*, frente+HP, Shoryuken, FADC
- Focus Attack, *dash*, frente+HP, Shoryuken, FADC, Metsu Hadouken

Lembrando que cada acréscimo de comando é uma etapa diferente do treino sequencial do combo, logo, não pule etapas bruscamente. Pratique cada etapa diversas vezes antes de seguir em frente. Abaixo, o treino sequencial do combo:

<https://www.youtube.com/watch?v=YdV7WiWnT9U&feature=youtu.be>

Finalmente, completamos todos os pontos fundamentais que abrangem o treinamento de combos em jogos de luta. Reduzimos o nosso esforço mental de vários pensamentos individuais e atrapalhados a cada input, para apenas um impulso mental que dispara uma técnica fundamentada, precisa e relaxada assim que uma janela de oportunidade surgir.

## Memorização

Agora, provavelmente estarão se perguntando: “quando saberei qual é o momento correto para passar para o próximo estágio e quantas repetições diárias de cada exercício devo realizar?”. Primeiro, a questão das repetições. Não devemos fazer menos de vinte, nem mais de cinquenta repetições diárias do mesmo exercício. Isso se deve ao fato de que a nossa memorização depende de noites de sono, ideia que explicarei brevemente mais à frente. Quanto ao tempo de duração de cada etapa, vai de pessoa para pessoa. Recomendo que fique alguns dias em cada estágio, talvez uma semana ou até mais. Isso também se deve ao sistema de memorização do nosso cérebro, que depende de noites de sono para que uma memória seja formada. Portanto, nada de tentar pular etapas no mesmo dia ou no próximo. Não irei me aprofundar muito quanto as questões que envolvem nossa memória, mas darei uma breve explicação.

Durante uma noite de sono, passamos por alguns estágios. Temos a fase de ondas lentas, subdividida em três partes e, após esta fase inicial, vamos para o sono REM, sigla em inglês para *Rapid Eye Movements*, ou o que chamamos de sono profundo. Esta é a fase onde sonhamos e consolidamos nossa memória. Após a conclusão da fase REM, o ciclo se reinicia. Levando isto em consideração, devemos dormir bem para memorizar bem. Agora, como nosso cérebro determina o que será ou não memorizado? O que será memorizado será aquilo que dermos maior atenção durante o dia. Portanto, se executamos algumas repetições de um mesmo exercício, nossa mente direciona especial atenção para este exercício praticado na fase de memorização do sono. Por esta razão, não adianta treinar tudo em um único dia ou fazer centenas de repetições, pois repetir apenas serve para que nosso cérebro dê atenção àquela memória e a absorva durante o sono. Cada exercício, ou etapa de um treinamento, necessita de diversas noites de sono para ser plenamente assimilado e todo o treino é interdependente, ou seja, jamais pule etapas, siga todos os passos com disciplina e determinação.

Nossa memória não é perfeita e tende a eliminar informações após certo tempo sem utilização das mesmas. Esta deficiência também nos pode ser útil se planejarmos nosso treinamento com sabedoria, ou seja, se nos esquecermos de algo que não é treinado, podemos utilizar isso a nosso favor. Digamos que estamos treinando um combo e, mesmo com toda disciplina preconizada por este método, provavelmente, como

humanos que somos, iremos cometer alguns erros de execução durante o processo. Sendo assim, se fizermos uma pausa no treinamento, o que será esquecido primeiro? Exato, aquilo que foi menos exercitado, as repetições erradas. Deixando de treinar um dia ou dois, limpamos alguns deslizes de execução cometidos nos treinos anteriores e nos preparamos para retomar os exercícios com nossa execução ainda mais limpa do que quando estávamos treinando. Em resumo, tenha paciência. É um processo que deverá levar semanas e até meses, mas que irá recompensá-lo ao final.

## Conclusão

Melhor compreendidas as variáveis que formam uma boa execução, espero ter contribuído para seu desenvolvimento como jogador. É necessário frisar que meu principal objetivo aqui é limpar erros de execução, porém, estas técnicas podem elevar exponencialmente a capacidade de qualquer jogador que as aplicar corretamente. Um combo como o “Haki Cancel”, apresentado no início deste trabalho, simplesmente não é possível de se executar sem que esses princípios sejam implementados. Abaixo demonstro em vídeo como o input é executado mostrando tanto minhas mãos, quanto a janela do controlador para explicitar melhor as direções. O comando para executar o *loop* é:

II: 2, C(5), 2+B, 4(5)6+B, 6, 6, 3 :II x4, 2, C(5), 2+B, intervalo, 2, C(5), 2+B, 4(5)6+B

Em vídeo: <https://www.youtube.com/watch?v=-nKS8cKttAA>

Podemos notar que, neste combo, encontramos a emenda de *inputs* em comandos circulares, o controle da posição neutra (5) do direcional para evitar as diagonais, sobreposição de polegar para repetir direções e tudo o que discutimos anteriormente sendo aplicado a uma velocidade muito elevada em uma janela de execução extremamente restrita, ou seja, só é possível executar com pleno relaxamento e precisão. No vídeo acima, o combo só se completa com cinco cancelamentos uma única vez, que é quando chego ao nono hit, na segunda tentativa. O décimo hit não acertou, pois o adversário cambaleou antes, logo, a execução foi perfeita como no vídeo de apresentação deste trabalho.

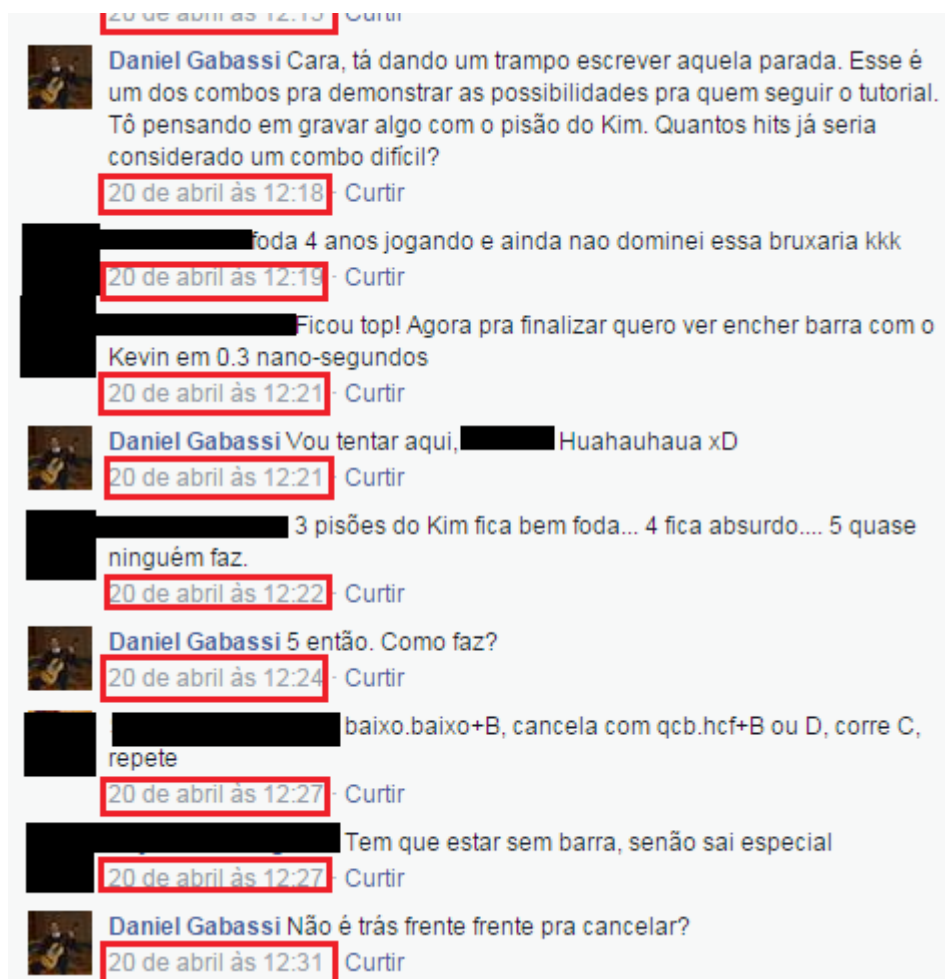
Porém, o que quero demonstrar com o vídeo acima não é outro acerto do “Haki Cancel” e, sim, a solidez com que o movimento é executado. Reparem na movimentação dos *inputs* na janela do controlador. Vejam como os direcionais se comportam exatamente como exemplificado, ou seja, a teoria se comprova verdadeira na prática e a resumo em um único parágrafo:



Em situações onde não há espaço de tempo para raciocinar, nosso corpo executará uma ação de resposta baseada em nosso conhecimento previamente estudado e, se o nosso treinamento é regido por um ideal de perfeição onde evita-se ao máximo os erros a fim de praticar sempre a única execução aceita como correta, seremos conduzidos ao êxito.

A única razão para os *hits* do “Haki Cancel” não computarem sempre é que este combo possui uma janela de execução das mais restritas dentre todas. Se fosse um combo comum, a execução seria praticamente infalível.

Também é importante ressaltar que nenhum tipo de treino, por mais que se dedique por horas, dias, meses ou anos, apresentará esse resultado. Se você está experienciando resultados insatisfatórios com o seu treinamento atual, mesmo que treine muito, sua técnica não vai mudar, pois sua metodologia gera seu presente resultado e apenas ele. A execução do “Haki Cancel” que lhes apresentei neste trabalho foi treinada e plenamente dominada em um mês de estudo e a prova esta aqui:



Basta verificar a data de postagem do vídeo anterior, ou seja, o treinamento do combo iniciou há exatos trinta e três dias antes da postagem do vídeo.

Um combo, se humanamente possível, independente da dificuldade, deve ser estudado e dominado em, no máximo, algumas semanas de treino. Se, após este período, sua execução continua falhando ou simplesmente não funciona, algo no seu método de estudo ou técnica está incorreto.

Para obter uma execução diferenciada, você precisa de um treino que gere este resultado que tanto almeja. Espero que o tenha encontrado.

Com o combo abaixo, me despeço. Boa sorte!

[https://www.youtube.com/watch?v=qQcRjP1Bt\\_0](https://www.youtube.com/watch?v=qQcRjP1Bt_0)