Muitos são os meus artigos que abordam cuidados a ter no processo da aprendizagem e qual o papel que a competição deve ter na formação desportiva de uma criança e de um jovem. Este é um tema sobre o qual não me canso de escrever.

Na semana passada abordei uma mnemónica a mnemónica kiss. Continuando em mnemónicas que fui aprendendo na minha vida, hoje vou pegar numa mnemónica que aprendi com Martin Lee: Target.

Segundo Martin Lee, um bom “coaching” implica um equilíbrio entre melhorar o desenvolvimento e desempenho das crianças e a capacidade de construir uma boa relação com estas. Nem todos os treinadores são bons em ambos, mas vale a pena tentar, e um bom princípio para compreendermos este equilibro resulta do princípio "Primeiro as crianças , depois as vitórias."

TARGET, o alvo, é uma mnemónica que pode ajudar nas sessões de treino a estabelecer o equilíbrio entre os dois factores anteriormente mencionados. Como em seguida poderão ver, de todas as iniciais apenas a letra E não pode ser traduzida por uma palavra em português.

TASK – Tarefa
Ensino dos “skills” básicos: recepção da bola, passe, drible, lançamento etc.

AUTHOROTY - Autoridade
Neste caso mais entendida no sentido da competência do treinador para escolher exercícios adequados às capacidades das crianças.

RECOGNITION - Reconhecimento do esforço e do empenho melhoria das habilidades

trabalhhadas.

EVALUATION - Avaliação

Capacidade de auto-avaliação da melhoria das sua capacidades.

TIME - Tempo

Correta gestão do tempo e orientado pelo progresso dos praticantes.