



Para ser um bom treinador não chega o conhecimento, é preciso vocação, entusiasmo e paixão e do ponto de vista prático observar no local próprio, ou seja, no campo, como trabalham os treinadores mais experientes e,

quando for possível com a ajuda de tutores que avaliem o seu trabalho e corrijam os erros.

Quando se ensina deve ter-se em conta não só o que se ensina mas, também, como se ensina.

Na maioria dos casos o processo metodológico é um elemento decisivo para alcançar os objectivos propostos assim como uma sequência correcta dos temas a tratar; importante não atender exclusivamente à idade do praticante, mas, também, à sua experiência desportiva anterior, maturidade física e intelectual.

O basquetebol é uma modalidade de grande complexidade técnica e a iniciação terá obrigatoriamente de ser feita de forma estruturada; a apresentação de forma global através do jogo para posteriormente se trabalhar os fundamentos e a sua aplicação em contexto do jogo.

É importante que a aprendizagem da técnica se faça de uma forma progressiva, trabalhando inicialmente o gesto técnico da maneira mais simples, tendo muita paciência na correcção dos erros que, naturalmente, aparecerão. Evitar a monotonia variando os exercícios e tendo sempre a noção da necessidade de efectuar muitas repetições.

A técnica é inseparável da táctica e não pode existir um bom desenrolar de um elemento sem incluir o outro.

Conhecer o jogo, escolher o método

Escrito por Mário Barros

Segunda, 11 Fevereiro 2019 00:00

Situar os jogadores em contextos globais para solucionar os problemas que apareçam a defesa ou no ataque é algo que deve estar sempre presente no processo de aprendizagem.

É preciso destacar que em determinados momentos se deve dar maior consideração a um ou outro elemento.

O processo de aprendizagem está em constante e sistemático aperfeiçoamento com carácter dialéctico.

Ao estabelecer uma estratégia para o ensino considerar os dois métodos fundamentais:

Método analítico - Melhora a mecânica do gesto e a sua automatização facilitando o processo de aprendizagem

e

Método global - Utiliza as situações reais do jogo, potencia a possibilidade e a capacidade de resolver problemas e favorece as relações das equipas.

No treino da técnica através de métodos analíticos os jogadores não compreendem a transferência da aprendizagem do fundamento para uma situação de jogo.

Sendo um método de ensino muito directivo, automatiza os jogadores e não lhes dá muitas hipóteses para tomar decisões e oportunidade para serem criativos.

Para jogadores mais jovens, muito motivados para o jogo, trata-se de um método de ensino

Conhecer o jogo, escolher o método

Escrito por Mário Barros

Segunda, 11 Fevereiro 2019 00:00

monótono e que requer mais tempo para o ensino dos fundamentos básicos.

No método global no qual podemos incluir o TGFU (teaching games for understanding) ou “coaching games approach” baseados na resolução dos problemas que a defesa ou o ataque levantam os jovens ficam a compreender a essência do jogo em contexto natural e os treinadores vão introduzindo os elementos técnicos necessários para aplicar nessas situações.

A abordagem da iniciação ao basquetebol através deste método e daquelas variantes traz claras vantagens.

O ambiente da aprendizagem é idêntico ao próprio jogo, os jogadores tornam-se mais criativos e assumem as tomadas de decisão.