Escrito por San Payo Araújo
Terça, 01 Março 2022 00:00

A escolha de exercícios adequados em função do escalão e dos objetivos pretendidos e uma boa comunicação são essenciais para o bom fluir da aprendizagem.

Há muita bibliografia e documentação sobre os cuidados e os princípios de uma boa comunicação aos quais, nomeadamente os jovens treinadores, devem estar atentos.

A juntar a esses princípios, há uma outra coisa que se chama experiência, que nos vai ensinando pequenos truques, para captar a atenção das crianças, nomeadamente as mais novas dos escalões de Mini-8 e hoje em dia até de Mini-6.

Nem sempre é fácil para um jovem treinador conseguir captar a atenção de crianças com menos de 8 anos, que ao fim do dia, já cansados, com um dia inteiro de escola, chegam ao pavilhão para mais uma sessão de aprendizagens.

Com a minha ex-mulher, que é educadora de infância aprendi um pequeno truque, que adaptei ao minibásquete dos escalões mais novos. Quando ela pretendia algum silêncio para falar com todas as crianças da sua sala dizia: “Ponham as mãos em cima da cabeça”. Ao colocarem as mãos em cima da cabeça, automaticamente as crianças deixavam de falar. Com base no que observei, quando eu quero a atenção de todos digo-lhes para irem para cima de uma linha ou para uma parede que claramente indico e depois grito: “Gigante”. À ordem de gigante todos eles, que conhecem o jogo do “Gigante e Ninja” colocam a bola em cima da cabeça e calam-se.

Se a explicação for breve eu falo enquanto eles estão com a bola em cima da cabeça. Se for mais alongada, nunca muito alongada, mando-os sentar.

Aos mais velhos, Minis-12, que já adquiriram alguns hábitos de treino, a indicação é bola debaixo do braço. São realidades diferentes que obrigam a estratégias diferentes. Contudo usem estas indicações ou pequenos truques, com alguma parcimónia. A repetição exaustiva desta estratégia faz com que esta perca eficácia.