Estive este fim de semana, com o Director Técnico Nacional Prof. Mário Gomes em mais um Clinic, desta vez no Funchal na ilha da Madeira, onde falei e contactei com muitos amigos e conhecidos

de longa data a par de muitos jovens treinadores que estão ligados ao minibásquete, através do projecto AB Madeira. Como há sempre espaço para aprendermos ouvi atentamente as intervenções, quer do Mário Gomes, quer do João Silva.

Contudo o que me faz falar sobre a minha presença na Madeira, foi ter percebido que a minha amiga Gilda treinadora responsável pela selecção da Madeira de Mini-12, que irá uma vez mais estar presente na Festa do Minibásquete em Paços de Ferreira, e outros companheiros tem lido com muito agrado e interesse as minha traduções dos artigos do Pablo Esper. Divulgar boas práticas e bons artigos é e será sempre um dos meus desígnios no Planeta Basket.

O processo de formação da criança desportista
Dr. Pablo Esper Di Cesare

É importante assinalar, que até ao alto rendimento, uma criança passa pelas seguintes fases que são partes integrantes deste processo: Iniciação ao desporto, formação, desenvolvimento, especialização e finalmente rendimento e alto rendimento, (a diferença entre ambos está em que a segunda opção, o Alto Rendimento Desportivo ARD constitui uma profissão para o desportista)

Nos períodos de iniciação e formação que estão compreendidos entre os 6/7 e os 11/12 anos devemos ter em conta alguns princípios fundamentais:

- Os conteúdos vão para a compreensão do jogo e à organização do ensino é utilizada para desenvolver a compreensão do jogo.
- Em todo este processo de ensino, a estruturação dos conteúdos, feita em função do estado evolutivo das crianças, é fundamental que exista uma dinâmica que favoreça a consecução progressiva dos objectivos planeados.

Añó y outros (1985), citados por Hernández Moreno (2000), fazem a seguinte proposta relacionada com a estructura da iniciação:

a) 1º Nível (de 6 a 9 anos). Trabalha-se o que denominam experiencia motora geral.

- Conceitos básicos de movimento.
- Conceitos básicos de ambiente.

b) 2º Nível (10 a 13 anos). Iniciação desportiva generalizada.

- Aproximação da técnica desportiva.
- Técnica e táctica.
- Trabalho das qualidades físicas.

Por outro lado, Wein (1988) também relaciona as etapas estabelecidas a partir da estrutura do desporto, com as etapas evolutivas do individuo e assim nos oferece-nos a seguinte relação:

1º etapa - jogo de habilidades e capacidade básicas: de 6 a 8 anos.
2º etapa - jogo simplificado: 8 a 11 anos.
3º etapa - mini - jogo: a partir dos 10 anos.
4º etapa - jogo modificado: a partir de los 11 anos.
5º etapa - jogo total: a partir de los 13 anos.

Compartilhando o critério de autores como Wein, Hernández Moreno, Blázquez Sánchez, Ibáñez Godoy, Ticó Camí, Jiménez, Añó, propomos os seguintes conteúdos, segundo as etapas de formação estabelecidas.

Na etapa das escolas desportivas (6-8 anos), para além do desenvolvimento dos esquemas motores de base e das capacidades coordenativas básicas, que devem ser a base da iniciação desportiva, poderemos abordar a introdução de conceitos básicos dos desportos de colaboração- oposição, nomeadamente, o papel reversível da atacante - defensor.

O principal é cativar as crianças para este desporto e isto se consegue fazendo que se divirtam, que joguem num ambiente no qual, não é necessário introduzir nenhum elemento técnico de forma específica e analítica.

Na etapa dos 9 e 10 anos, devem-se desenvolver os elementos básicos e sobretudo que conheçam para o que lhes pode valer o passe, a condução da bola em drible, e que vão aprendendo a saber quando devem utilizar estes fundamentos.

Seguindo a Pintor (1989, em Giménez y Sáenz-López, 2003), em relação à classificação dos conteúdos técnico – tácticos deve ser feita a seguinte estruturação:

- Meios individuais de ataque: manejo da bola e iniciação do drible e lançamento em situações favoráveis. É muito importante, nestas idades e nos primeiros contactos com um desporto, que o uso a utilização das regras, não lhes produza continuas frustrações e que leve a não serem capazes de alcançar o objectivo, ou seja o cesto. A motivação e a auto-estima são fundamentais para que a criança demonstre o seu interesse por continuar na actividade.

- Meios individuais de defesa: utilizando simplesmente o “factor competição” como forma de introdução da defesa.
- Meios colectivos básicos de ataque: tendo em conta a fase evolutiva na qual se encontram as crianças, normalmente egocêntricas, pelo que nos devemos centrar no passe e recepção entre dois jogadores.
- Meios colectivos básicos de defesa: igualmente aos meios individuais, a competição deve impulsionar a tentativa que a equipa contrária não consiga o seu objectivo.

Ao mesmo tempo, se deve permitir às crianças a possibilidade de explorar estas variáveis do jogo dando lhes espaço para o desenvolvimento da sua imaginação devem ser criados problemas que devem ser resolvidos do ponto de vista motor pela criança pelos seus pares.

Nas novas tendências pedagógicas, que implicam de forma activa aprendizagem do aluno é

fundamental, que o aluno saiba o quê, quando, porquê, para quê e como efectua um gesto técnico. Desta forma produzirá o conhecimento prático dos jogos desportivos, tal e como explica Arnold (1991, em Blázquez, 1995) “una habilidade técnica só tem sentido dentro de um contexto e é dentro deste onde se deve aprender e onde adquire completo significado”.

Riera (1989) expressa que toda aprendizagem supõe uma aquisição de novas formas de relacionar-se, e que a aprendizagem da técnica e táctica desportiva acarreta a adaptação e o estabelecimento de novas coordenações de movimento em relação às situações desportivas específicas.

O ensino compreensivo dos jogos desportivos, denominado Teaching games for Understanding (TGfU), desenvolvida a partir do trabalho de Torpe e Burke, foi a base do que hoje conhecemos como “Modelo táctico dos Jogos Desportivos” de Griffin, Oslin y Mitchell (1997), e do“Sentido de dos Jogos Desportivos”, Games Sense, da Comissão Australiana do Desporto (1997).

O ponto de partida destes modelos de ensino compreensivo dos jogos desportivos, é o uso de jogos modificados, que se adaptem ao nível de desenvolvimento dos aprendizes. As modificações devem-se realizar a vários níveis: regras, número de jogadores, área de jogo, equipamento, incorporando Esper Di Cesare (2003), para além das regras de apelo, cestos ou balizas diferentes, tempos e espaços reduzidos de jogo. As técnicas desenvolvem-se utilizando exercícios e outras práticas comuns à aproximação tradicional com a condição que devem ser introduzidas quando os jogadores alcançam o nível de jogo que requer que estas sejam aprendidas.

Sobre este assinto, durante o Clínic de Minibásquete do Congresso Internacional de Minibásquete organizado por la Federação de Basquetebol da Catalunha, Esper Di Cesare (2006) propôs criar situações problemáticas que levem o praticante à necessidade do domínio de um fundamento específico para poder resolvê-la. Por exemplo, ao jogar 1 x 1 num espaço reduzido em amplitude, o praticante necessita dominar as mudanças de direcção para poder alcançar com êxito o objectivo motor do jogo. Este autor propõe que a partir do momento em que a criança descobre a necessidade do domínio de uma técnica para poder resolver o problema, deve-se passar ao ensino da mesma, uma vez que compreendeu, que a dita técnica lhe serve para dar solução motriz a um problema planeado e previsto.

Neste processo de formação da criança desportista, o docente formador tem a possibilidade de modificar diferentes variáveis dos jogos desportivos colectivos, de forma a fazer as actividades,

exercícios e jogos mais divertidos e que o impliquem uma aprendizagem cognitivamente.

Estas modificações são:

- Modificar o elemento de jogo: bolas de diferentes pesos, tamanhos, texturas.
- Modificar balizas: maiores, mais pequenas, balizas múltiplas, diferentes orientações.
- Modificar companheiros: funções fixas, número de jogadores.
- Modificar adversários: funções fixas, funções reversíveis, número de jogadores: igualdade, ou superioridade numérica.
- Modificar los tempos de jogo: Os tempos da posse de bola, 5” segundos em áreas determinadas, etc.
- Modificar áreas de jogo: lugares do campo de uso restringido em função de ter ou não posse de bola.

Esper Di Cesare (2006), também destaca que uma vez que a criança domine rudimentarmente a técnica desportiva em questão, deve voltar à estrutura do exercício contextualizado para a sua aplicação no jogo. Assim assinala a conveniência de modificar as variáveis estruturais do jogo desportivo, em função de promover de uma vez por todas o ensino compreensivo nas etapas de formação.

Poderíamos, portanto concluir que o conseguir que o ensino das técnicas e tácticas desportivas cumpra uma função educativa, recai na utilização de uma metodologia adequada.

Para que o ensino das habilidades e destrezas específicas sejam educativas, a primeira coisa que devemos alterar é a terminologia bélica por uma terminologia educativa. No devemos utilizar as palavras:

- Ataque, mas Jogar com a bola
- Defesa, mas Recuperação da bola
- Contra ataque, mas Transição de recuperar para jogar com a bola
- Lançamento, mas Precisão de lançar ao cesto
- Adversário ou opositor, mas Pessoas da outra equipa
- Jogador, mas Participante, não descriminando os seus sexos
- Bloqueio, mas Paralisação da pessoa da outra equipa
- Desafio, mas Encontro
- Estratégia, mas Planificação

- Técnica, mas habilidade específica

E assim deixar de usara todas aquelas palavras bélicas na iniciação para utilizar outras mais estimulativas e educativas.

Nestas idades não podemos esquecer de que não estamos apenas formando jogadores de basquetebol, mas também pessoas. A influência os treinadores podem ter na formação da personalidade da criança e nas suas condutas é muito grande. Esta influência é em muitos aspectos superior à dos seus próprios pais, em muitos casos o treinador é uma espécie de "ídolo" para a criança.

Para considerar o desporto em geral e os colectivos, em particular como um factor educativo devemos partir de que o desporto é a prática física mais frequente na actualidade, deste modo e seguindo a conexão que deve haver entre a realidade, a sociedade e a escola, o desporto deve estar presente na escola, contudo cabe perguntar: Mas que tipo de desporto deve estar presente? O desporto não é educativo em si mesmo; podemos através do desporto desenvolver tanto os seus valores positivos como também os negativos.

O enfoque que defendemos baseado na compreensão do jogo está mais de acordo com o carácter educativo do desporto, evitamos a discriminação, favorecemos a motivação intrínseca, não baseamos a aprendizagem na habilidade, mas numa adequada tomada de decisões e na capacidade para entender as situações que vão acontecendo. "O autêntico domínio da técnica manifesta-se pela adaptação às transformações psíquicas, à fadiga (que diminuem a capacidade de percepção), aos câmbios das condições externas e às modificações dos companheiros e adversários. Isto conduz à necessidade de utilizar as ações individuais de forma inteligente. O jogador deve saber o quê e como observar, o quê quando executar como destaca Lorenzo Calvo (2002).

A partir daqui, basea-mo-nos em Fradua, (2001) propomos aos docentes a cargo da formação desportiva infantil, desenhar as tarefas tendo em conta as tendências actuais no ensino e no treino, de forma esquemática que se resume nos seguintes princípios:

1. Da táctica à técnica. Do para quê ao como.
2. Planear por princípios do jogo e regras tácticas.
3. Primeiro o ataque, depois a defesa.

4. Progredir escalonadamente, do 1x0, 1x1, 2x1,... (ainda que este principio é actualmente muito discutível).
5. O jogo é um meio imprescindível.
6. Utilizar ou planear tarefas integradas que incluam o trabalho de todos os aspectos: tácticos, técnicos, físicos e psicológicos.
7. Exigências perceptivas e tomadas de decisão nas tarefas, utilizando adequadamente as tarefas analíticas.
8. Correcto planeamento competitivo.

Como tal pouco importa que a criança aprenda de forma prematura técnicas desportivas, é muito mais importante, que amplie as múltiplas possibilidades de movimento mediante jogos e tarefas variadas:"...o jogo constitui para a criança uma actividade essencial, já que permite a expressão das formas de organização da sua personalidade, que é incompatível com as series de progressões pedagógicas fechadas, concebidas para adquirir a eficiência técnica" (Le Bouch, 1991). Essas habilidades básicas vivenciadas e as combinações de movimentos inespecíficos que daí derivam, conservam-se na memória motora, indispensáveis na aprendizagem e na sua retenção.

Temos de levar as crianças dos jogos reduzidos ao mini – desporto com as suas exigências específicas, ad desporto com regras.

Deste modo temos dito que a determinação dos conteúdos deve seguir uma ordenação lógica fundamentada nos princípios do processo de ensino-aprendizagem, para que se cumpram os objectivos previstos, as actividades que planeemos devem proporcionar situações que permitam à criança trabalhar sobre os conteúdos propostos, seguindo o princípio de hierarquização dos conteúdos em função da sua dificuldade O problema coloca-se muitas vezes na hora de determinar o grau de complexidade dos exercícios.

Propõe-se os princípios seguintes:

- Predomínio das situações em igualdade numérica, tomando como exemplo o basquetebol desde el 1x1, 1x1+ P, 2x2, 2x2+ P até ao 3x3, para as crianças de 9 e 10 anos, o 4x4 até ao jogo normal nos 11 e 12 anos (isto deve ser adaptado às particularidades de cada mini – desporto). Esta progressão proporciona a possibilidade de trabalhar tanto a fase de ataque como da defesa. Nas situações de igualdade, podemos adaptar criando situações de vantagens (espaciais, temporais, respeito às acções a realizar, etc.) para os atacantes, ou limitando as acções dos defensores. Por exemplo: Dentro da zona não permitir desarmes de

lançamento, defender só com uma mão, iniciar o 1x1 desde situação de desvantagem, rodear um cone antes de ir a defender, etc.

- O 1x0 se utiliza na fase de activação nas quais o aluno experimenta de forma livre e individual as aprendizagens que vai adquirindo. Há que ter em conta que, de uma forma gerall, o número de horas de práctica do aluno em grupo é escasso, pelo que nestes momentos devem ser dedicados a aprendizagens mais relacionados com o jogo. No entanto, não podemos retirar importância à práctica individual, já que esta também supõe uma aprendizagem.
- As situações de superioridade numérica atacante utilizam-se nas actividades com fins específicos, e serão fundamentalmente o 2x1 e o 3x2. Durante o jogo preferimos manter a igualdade.
- As situações de superioridade numérica defensiva não se vão praticamente utilizar nestas idades, já que consideramos que deve de prevalecer o aspecto construtivo do jogo ao destrutivo.
- Situações nas quais intervenham maior nº de jogadores só se utilizaram em momentos pontuais.

O processo de ensino aprendizagem dever ser sempre lúdico progressivo adaptado à realidade das crianças.

Podemos trabalhar a familiarização com a bola em jogos que suponham situações problemas de resolução individual, na oposição a adversários, ou em situações de colaboração-oposição.

Não devemos esquecer que a primeira aproximação ao desporto deve ser desde situações globais de jogo ainda adaptando ao máximo o regulamento para que permita um jogo fluido com poucas interrupções (sem foras de campo, sem marcação dribles, defesa nominais adaptando as pontuações).

Em cada desporto determinar a transição das idades do jogo às idades da aprendizagem desportiva é imprevisível e quase impossível, porque nem a chamada idade do jogo nem a chamada idade da aprendizagem podem delimitar-se no tempo.

A chamada "maturidade" no desporto depende das situações de aprendizagem ou das aberturas à aprendizagem. Simplificando, poderia dizer-se que uma criança está apta para a aprendizagem desportiva, quando tem a possibilidade de realizar acções motrizes previamente selecionadas, de acordo com as suas possibilidades.

Segundo Blázquez Sánchez, em modo de síntese e de um ponto de vista pedagógico é preciso reter:

- Em certos períodos óptimos existem comportamentos que se adquirem com o mínimo esforço e a máxima eficácia se a criança está de posse dos pré-requisitos necessários.

- A criança não pode realizar actividades complexas se não alcançou a idade em que as actividades básicas se realizam normalmente.
- A criança aprende mais fácil e rapidamente se alcança um nível de maturação específico para a actividade.
- A maturação do sistema neuromuscular que se consegue até aos seis anos - permite o desenvolvimento das sensações cinestésicas, visuais e labirínticas na estrutura do esquema corporal.

Lasierra Aguilá y Lavega Burgués (1994), dizem que, ".A maturação se define como um processo fisiológico geneticamente determinado, pelo qual um órgão, ou conjunto de órgãos, chega à sua plenitude, e permite a função, pela qual é conhecida, e que a exerça livremente e com o máximo de efectividade. Esta resulta de factores internos, sobre os quais o treino não provoca efeitos, até ao momento em que a função é possível".

Muitas adaptações Podemos realizar sobre muitas adaptações sobre a estrutura do desporto, dos jogos e das distintas etapas da formação dos futuros jogadores de basquetebol, mas consideramos que uma das mais importantes passa por dar-lhe a possibilidade que todos tem de jogar respeitando as diferencias individuais e utilizando os mini - desportos como um meio de formação desportiva, volitiva, e de integração social. Esse é o principal desafio que tem os treinadores por diante, e não é coisa pouca.

E assim chegamos ao terceiro ponto da nossa análise do processo de formação da criança desportiva.