

## Ser treinador a “full time”

Escrito por Nuno Tavares

Segunda, 30 Outubro 2017 00:00

---



O treinador não é só a pessoa que dirige a equipa no campo, aliás, esse é o papel mais fácil de um treinador a “full time”. Sou treinador a “full time” desde 2008, quando decidi que a minha vida tinha que passar por este desporto.

Claro que sempre tive a consciência que, numa idade jovem, ser treinador a tempo inteiro em Portugal, depende apenas do clube, apenas está ao alcance de 2 ou 3 treinadores e 2 ou 3 clubes. Foi então que criei o projecto MVP, que anda sempre lado a lado com a minha carreira de treinador, tendo a sorte de trabalhar em vários países e, nesses sim, estar apenas focado no clube.

Durante estes anos pensei bastante no que é ser treinador a tempo inteiro, nas suas implicações e na transferência para o basquetebol português. Embora possa parecer repetitivo, o papel da cultura desportiva num país é fundamental. A cultura desportiva vem de vários pontos da sociedade, seja dos patrocinadores, da estrutura desportiva e federativa, do povo que consome a modalidade através da sua prática, da ida aos pavilhões ou dos meios de comunicação.

Com este tipo de conjuntura, o treinador tem uma responsabilidade grande, pois é um dos agentes fundamentais a beneficiar da cultura desportiva.

Ser treinador não é só dar treinos, ser treinador não é só ir aos jogos, ser treinador é uma responsabilidade que vai muito para além dos X's e O's. Então afinal o que é ser treinador?

Embora ainda um jovem treinador, as minhas experiências em vários países fizeram-me perceber que ser treinador é:

## Ser treinador a “full time”

Escrito por Nuno Tavares

Segunda, 30 Outubro 2017 00:00

---

**Ser um comunicador** – Saber usar a comunicação com os jogadores, com os outros treinadores, árbitros, meios de comunicação e outros agentes é essencial, seja ela verbal ou corporal. Varia muito consoante se trata de um treinador principal ou de um assistente. Um treinador é um comunicador acima de tudo, deve saber expressar-se bem e passar a mensagem de uma forma clara e objectiva.

**Ser um estudioso do jogo** – O jogo muda constantemente, o que ontem era o que se fazia, hoje já é passado. Como treinador, e ao nível que me encontro agora, sou “obrigado” a estudar o jogo diariamente, pois os jogadores com que trabalho assim me obrigam. Estudar o jogo é fundamental, e começo por referir que estudar os fundamentos do jogo é essencial, mais que a jogada que se vê no youtube ou na televisão. Penso que uma lacuna grande hoje em dia é a pouca atenção que se dá ao ensino correto dos fundamentos do jogo, é preciso estarmos sempre a fazê-lo. O jogo são os fundamentos, tudo o resto é o que daí resulta.

**Ser um educador** – Um educador de comportamentos! Para mim este ponto é fundamental. Não só um educador de pessoas, mas acima de tudo um educador que ensina como os jovens atletas devem abordar o treino, uma abordagem que vai para lá do jogo, como um jovem jogador se deve comportar desde o momento que entra no balneário, até como deve estar numa fila num exercício ao momento que está no banco sem jogar. Esta educação de treino é uma componente fundamental para começar a formar-se uma cultura de equipa, de clube e de modalidade. Já encontrei esta cultura em vários países, e nota-se logo simplesmente quando se vê como um jogador profissional se veste para entrar para um treino, com camisa para dentro dos calções, impecavelmente arrumado pronto para treinar, este é um exemplo que parece simples mas que faz a diferença na abordagem ao jogo.

**Ser um conhecedor de um pouco de tudo** – Na faculdade muitas frases me marcaram, uma delas dita numa aula do Professor Olímpio Coelho: “Um treinador que só sabe de futebol (basquetebol), não sabe nada de futebol (basquetebol)”. Penso muito nisto, ou seja, tentar perceber outras modalidades, um pouco do que se passa à nossa volta, perceber as tendências das idades mais jovens, o mundo da tecnologia, perceber a política, a cultura, economia, etc. Com isto não digo que sou um conhecedor de tudo, mas tento perceber o que se passa à minha volta para fazer de mim melhor pessoa e, como consequência, melhor treinador.

**Saber estar e saber impor** – As regras são fundamentais numa estrutura, têm que ser criadas para proteger a sua própria natureza, os jogadores e quem com eles trabalha. Sendo assim estabelecer não só regras, mas acima de tudo fazê-las cumprir, é essencial para nós treinadores. Quando se trabalha com jogadores profissionais, é importante criar estas regras,

## Ser treinador a “full time”

Escrito por Nuno Tavares  
Segunda, 30 Outubro 2017 00:00

---

mas também é importante saber como adaptá-las a cada atleta. No último livro que li de John Wooden, este dizia que quando um jogador chegava atrasado era penalizado, mas se o mesmo jogador chegasse atrasado ao lado de Bill Walton, então o assunto teria que ser tratado de uma maneira diferente. Com isto quero dizer que não se deve criar uma estrutura sem regras mas também não se deve ser inflexível quando as mesmas são postas em causa, é preciso saber interpretar cada situação.

**Saber que o caminho faz-se caminhando** – Por último, perceber que o caminho se faz caminhando. Existe um caminho que cada treinador tem que fazer, que começa por perceber que é importante ter paciência pela sua oportunidade, no entanto deve continuar a evoluir em todas as áreas. Deve criar uma rede de contactos, não ter vergonha de abordar outros treinadores mais velhos, começar a compilar os seus treinos, os seus exercícios, partilhar informação e aos poucos construir a sua filosofia (que leva muito tempo e não “3 anos” de treinador).

Todo este caminho é necessário fazer sabendo que muitas vezes não se chega a um nível profissional, mas chegamos sempre a um nível de realização pessoal muito bom.

Este caminho fez-me já perder imensos momentos importantes da minha família, levaram-me a momentos difíceis e a sítios que nunca pensei estar, mas acima de tudo fez-me melhor.

A minha semana de trabalho tem sempre 13 treinos programados e no mínimo 3 jogos, entre equipa principal da série B, equipa B e sub20, além disto junto o facto de viver num país estrangeiro, com uma cultura diferente, uma língua que levei tempo até dominar, longe de quem mais gosto e fora da minha zona de conforto. Mas isto tudo faz-me ser melhor pessoa, e ser melhor pessoa faz-me estar mais longe da frase de Manuel Sérgio, dita por Olímpio Coelho, “O treinador que só sabe de futebol, nem de futebol sabe”.

Nuno Tavares  
+351 968 341 414  
nfbtr@sapo.pt  
M&M