

A ética na formação

Escrito por Nuno Tavares
Segunda, 12 Fevereiro 2018 00:00



Quando começamos o processo de formação de um atleta, como treinadores, preocupamo-nos sempre com os aspetos técnicos, táticos, físicos mas nunca com o aspeto mais importante de todos, a construção de uma ética correta no atleta.

Então, que peso deve ter a ética na construção de um atleta? (Se deve ter maior ou menor peso) A minha resposta é: antes de ensinar qualquer uma das outras competências, devemos claramente “ajudar” a construir/desenvolver uma “árvore” de valores fundamentais de modo a que, quando chegar o ensinamento do lançamento/passe/drible, não estejamos a queimar etapas do 1º ponto da construção de um atleta, a sua ética.

Vejamos então um exemplo prático, o contexto de treino.

Um treino é composto pelo tempo total e o tempo útil, ambos ligados um ao outro e ambos “jogando” um contra o outro. Nós, treinadores, planeamos de modo a que cada treino tenha o tempo útil igual ao tempo total de treino. Criamos regras, restringimos comportamentos, “proibimos” certas ações, mas no fundo quantas destas ações que restringimos não estão ligadas à falta de valores e ética?

O comportamento dos jogadores, a maneira como ouvem regras e as aceitam, deve começar a ser trabalhado no primeiro dia em que eles entram para a modalidade e, quantos mais novos são, mais fácil é moldar a ética e os valores ao seu comportamento.

A verdade é que os tempos mudaram e não vale a pena estarmos sempre a dizer que “antigamente é que tínhamos jogadores”, que “os treinadores da atualidade são muito mais fracos que os de antigamente” e que “está tudo mal porque antigamente é que estava tudo bem”.

A ética na formação

Escrito por Nuno Tavares
Segunda, 12 Fevereiro 2018 00:00

Os tempos mudaram (e mudaram em Portugal/Itália/Espanha/Estados Unidos e no resto do mundo) porque a sociedade mudou, porque as tecnologias evoluíram e, acima de tudo, porque as condições de vida mudaram. Todos estes aspetos mencionados anteriormente fizeram com que existissem danos colaterais para os atletas. Sendo assim, temos que perceber que os atletas de hoje não vão para a rua brincar, não andam de bicicleta, não saltam muros, são mais introvertidos porque as novas tecnologias criaram um mudo próprio, fizeram deles adolescentes mais egoístas e mais “fechados”.

O que devemos/podemos fazer?

Devemos começar a educar os atletas de modo a estarem em contexto de treino, de modo a que o tal tempo útil não seja metade do tempo total de treino, com os seguintes aspetos:

- Dar instruções curtas e objetivas;
- Definir regras de equipa de modo a que o grupo esteja sempre acima da individualidade;

- “19:30 não são 19:31”, ou seja, ser preciso com os tempos de treino, seja em termos gerais, seja em termos do exercício;
- Definir objetivos de equipa e individuais de modo manter a equipa/atleta focada/o;
- Ser exigente no modo como as rotações de exercício devem ser feitas;
- Criar normas que façam com que os jogadores se apresentem nos treinos em condições (totalmente equipados), em termos de vestuário, calçado, e outros adereços que possam fazer com que o treino tenha que parar;
 - Fazer correções individuais durante o exercício, de modo a que este decorra e não esteja sempre a ser parado;
 - Durante as ações de 3x3, 4x4, e especialmente 5x5, não estar constantemente a parar o jogo, perceber que durante a partida isso não é possível, deixando assim os atletas conseguirem perceber, dentro do erro, como conseguir ultrapassá-lo;
 - Fomentar o respeito entre todos e especialmente entre os atletas, independentemente das diferenças físicas, técnicas ou de personalidade.

Estas são algumas medidas (de muitas) que fazem com que o atleta comece também a ser construído em termos éticos e de valores.

Esta construção, irá fazer mais pelo jogador do que muitas horas de treino onde a mesma não está presente, porque afinal de contas, estamos a treinar atletas mas estamos a construir pessoas.

A ética na formação

Escrito por Nuno Tavares
Segunda, 12 Fevereiro 2018 00:00

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