

## Como manter a disciplina

Escrito por San Payo Araújo  
Terça, 14 Dezembro 2010 00:56

---



Foi um email de grande sensibilidade que me foi endereçado pela Sofia Vieites e uma solicitação do Orlando Faustino, que me levaram até ao Algarve no dia 4 de Dezembro para mais uma acção de formação.

Foi recentemente em Paços de Ferreira, no Clinic Internacional de Minibásquete da ABP, que aprendi, com o Martin Spencer, com quem tive o prazer de trabalhar em vários jamborees europeus, o último exercício que apresentei em Faro.

Uma das dificuldades, mais frequentes de um jovem treinador, é saber manter a atenção e a disciplina das crianças. Sem disciplina não se consegue ensinar, o que não quer dizer, que o facto de termos uma equipa disciplinada, estejamos a ensinar. A disciplina não é uma finalidade é um meio para podermos ensinar. Diz-me a experiência que no âmbito da aprendizagem do minibásquete a intervenção dos treinadores está sempre muito facilitada, quando conseguimos ter as crianças ocupadas.

Como tal é sempre muito vantajoso conseguirmos que quem não está a executar o exercício esteja ocupado noutras tarefas, de preferência relacionadas com o próprio exercício. É nesta perspectiva que vou apresentar um exercício extremamente simples que aprendi com o Martin Spencer, no qual facilmente ocupamos quem está parado, e que é do agrado das crianças, pois podem competir entre elas e se calhar nestas fase mais importante do que isso, tentarem superar-se ao comparem os resultados que vão conseguindo realizar na repetição do mesmo exercício. Pela reacção que tive os minis do Sp. Farenses verifiquei que gostaram muito do exercício que a seguir apresentamos.

Pode ver o exercício "Passagem pelas portas" [aqui](#) .

Para ler o artigo precisa de Adobe Reader. Pode fazer o download de programa [aqui](#) .

## Como manter a disciplina

Escrito por San Payo Araújo  
Terça, 14 Dezembro 2010 00:56

---