

Quatro linhas e o círculo central

Escrito por San Payo Araújo
Terça, 25 Agosto 2009 07:46



Agora que as bolas estão quase a voltar às mãos das crianças para saltarem dentro dos campos, para serem tentados novos cestos, temos que nos preparar para enfrentar situações que já conhecemos, mas com a noção que nos podem ou vão surgir sempre situações novas.

Para quem tudo é novidade, a bola os cestos o espaço, as linhas do campo, as regras, é para as crianças que se apresentam pela primeira vez para experimentarem jogar basquete. Para estas, mas também para as outras que já jogam minibásquete, normalmente, começo os meus treinos com exercícios muito simples de reconhecimento do espaço do campo de basquete. Para tal recorro a um conjunto de exercícios, alguns já publicados, quer no Manual de Minibásquete, quer aqui no Planetabasket. Hoje vou expor um exercício muito simples, que utilizo frequentemente, mas que nunca passei à escrita. Este exercício que é extremamente simples e básico pode dar às crianças a noção de afastamento e de aglomeração e permite que estas conheçam as linhas limite do campo de basquete. Esta é uma forma simplificada de começar por introduzir noções de espaço e em simultâneo de regras, pois estou a informar em que espaço é praticado o jogo.

Pode ver o exercício [aqui](#) .