A entrada em vigor dos conteúdos de minibásquete no curso de treinadores do Nível 1 e o pedido que alguns Directores Técnicos, como o César Castro de Viana do Castelo e o João Ribeiro de Leiria,

me têm feito para ir dar a parte do minibásquete nas acções de complemento tem estimulado a minha preocupação em publicar mais exercícios que julgo adequados aos três escalões do minibásquete.

Estes exercícios têm normalmente um carácter lúdico, mas desenganem-se aqueles, que pensam que por isso não servem para ensinar ou são apenas brincadeira.

Posso dizer que por detrás de cada exercício que apresento estão conteúdos bem definidos com claros objectivos de aprendizagem. Utilizo com frequência os fundamentos do basquete para desenvolver capacidades coordenativas e exercícios de coordenação que facilitam as aprendizagens dos fundamentos.

É curioso observar que existe uma certa unanimidade no discurso, que as sessões de treino para o mini não devem ser concebidas por imitação dos treinos dos adultos, mas quando há alguém que numa sessão do mini não executa os exercícios que são mais utilizados no basquetebol, surge frequentemente a observação, que aquele treino não passa de uma brincadeira.

Quando afirmamos que treinar adultos não é o mesmo que ensinar crianças devemos compreender que isso implica escolhermos meios e exercícios diferentes e que este facto está muito longe de significar que só estamos a brincar e não estamos a ensinar.

O exercício que hoje apresento conjuga noção espacial, com capacidade de atenção, desenvolvimento das capacidades coordenativas e fundamentos.

Pode ver o exercício aqui .

Para ler o artigo precisa de Adobe Reader. Pode fazer o download de programa aqui .