

## Prática ou jogo deliberado?

Escrito por Nuno Tavares

Quarta, 23 Novembro 2011 13:51

---



Uma das grandes discussões do desporto espanhol e por consequência, o basquetebol, é a dúvida entre prática ou jogo deliberado.

O Instituto Nacional de Educação Física de Madrid (INEF) é um dos principais polos de investigação do desporto em Espanha. Sendo assim e estando a frequentar parte da licenciatura neste mesmo instituto, põe-me em contacto com algumas das maiores mentes do desporto espanhol.

No início desta semana, em mais uma aula de basquetebol de mestrado, ouvi com muita atenção o professor da mesma cadeira e uma das principais mentes da nova geração do basquetebol, Alberto Lorenzo Calvo.

O tema da semana era simples: será que um jovem atleta durante o seu percurso de formação desportiva deverá ter apenas a prática do basquetebol ou será que deverá ter a experiência de vários desportos durante este mesmo percurso?

O basquetebol espanhol neste momento goza um dos seus melhores momentos de sempre, por um lado o “lockout” da N.B.A. veio trazer à liga A.C.B. alguns jogadores do campeonato norte-americano como Rudy Fernandez, Serge Ibaka, Kevin Saraphin, Kyle Singler, Goran Dragic, Tiago Splitter entre outros, fortalecendo uma liga que já por si mesmo é considerada a mais forte da Europa, por outro lado a formação alcançou o melhor verão de sempre com medalhas em todas as seleções, quer masculinas, quer femininas. À vista desarmada pode-se perceber que tudo está perfeito no país vizinho, uma liga forte, uma formação forte, um indústria que gera lucros e emprega muitas pessoas mas enganam-se os que pensam que a reflexão em Espanha e que a procura da melhoria não existe.

Neste momento em Espanha e em termos gerais, não se começa a especializar os jogadores de formação antes dos 15/16 anos dando-se nas idades abaixo das referidas total liberdade

## Prática ou jogo deliberado?

Escrito por Nuno Tavares

Quarta, 23 Novembro 2011 13:51

---

para que possam ter, não só práticas de outros desportos, mas também o facto de puderem aprender o jogo em termos das componentes do 1x1, 2x2 e 3x3, os seus fundamentos e, mais importante, dar-lhes liberdade para errar, errar e errar.

No entanto é curioso os números de horas de treino que acompanha em termos gerais a formação do basquetebol em território espanhol:

- **Infantis de 1º ano:** 3 dias de prática com bola (1h30m) + 3 dias de prática física (coordenação/velocidade/agilidade);
- **Infantis de 2º ano:** 3 a 4 dias de prática com bola (1h30m) + 3 a 4 dias de prática física (coordenação/velocidade/agilidade);
- **Iniciados:** 4 dias de prática com bola (1h30m) + 4 dias de prática física (coordenação/velocidade/agilidade);
- **Cadetes:** 4 a 5 dias de prática com bola (1h30m) + 4 a 5 dias de prática física (coordenação/velocidade/agilidade);
- **Juniores:** 5 a 6 dias de prática com bola (1h30m) + 5 a 6 dias de prática física (a partir deste escalão já é introduzido trabalho de força).

Mais curioso ainda são as referências ao trabalho físico, podendo este ser realizado por duas vias:

- Coordenação entre clubes e as escolas/colégios fazendo com que se dê nesses espaços e nas horas de educação física outros desportos e/ou a tal componente de coordenação/velocidade/agilidade;
- Os clubes encarregam-se da prática física 1 hora antes do início de cada treino.

Embora muitos clubes sejam resistentes a deixar que os seus atletas pratiquem vários desportos até uma certa idade antes de especializar, esta prática tem sido aceite e tem tido muitos resultados nos jovens atletas, especialmente se tivermos em conta o sistema americano onde dá a oportunidade de um jovem poder praticar vários desportos durante o ano de modo a que possa adquirir várias valências em termos motores e cognitivos, o que representam um bem valioso quando se especializa num só desporto.

Mas a pergunta continua sem resposta, qual o melhor sistema? Como deveremos atuar? Será que 8 meses de competição de uma só modalidade servem para o desenvolvimento do jovem atleta?

## **Prática ou jogo deliberado?**

Escrito por Nuno Tavares

Quarta, 23 Novembro 2011 13:51

---

Se olharmos para a realidade portuguesa vemos dois problemas, treina-se pouco, e o que se treina por vezes treina-se mal. Claro que esta observação não é dirigida a todos os clubes e treinadores mas a verdade é que os resultados demonstram que algo não está bem na nossa modalidade.

Estamos melhor equipados em termos de instalações desportivas, derivado à globalização da informação, os nossos treinadores podem estar melhor preparados, em termos académicos existem melhores condições e profissionais mais bem preparados, então qual a razão de continuarmos na cauda da Europa em termos do basquetebol?

Devemos refletir, trocar opiniões, ver o que está mal, potenciar o que está bem e pensar sempre que o nosso principal objetivo é a evolução do jovem atleta dentro e fora do campo de basquetebol.

Este texto está redigido segundo o novo acordo ortográfico