



Havíamos prometido para hoje, e cá estamos, regressados de mais uma edição daquele que, por muitos, é já considerado o maior evento do desporto juvenil do País.

Na sua 12ª edição - as primeiras cinco em Portimão (a constituir-se como Cidade Europeia do Desporto em 2019), e nas sete subsequentes, em Albufeira - a Festa do Basquetebol entrou no hábito e na rotinas dos amantes da modalidade, no que aos escalões de formação de sub-14 e sub-16 diz diretamente respeito.

Festa do Basquetebol, sempre em crescendo, em termos organizativos e a justificar a atenção de outras federações nacionais, que bem poderiam aproveitar o modelo, dando também elas um valioso contributo ao desejável reforço da dimensão desportiva, em termos formativos.

Porque a propósito, começemos por referir o facto da FPB ter sido a primeira a receber a "Bandeira da Ética", atribuída pelo PNED/IPDJ, que corresponde ao reconhecimento das "estruturas que promovem as boas práticas de ética". Galardão e honraria, que deixou naturalmente satisfeito o presidente Manuel Fernandes: *"Seremos os primeiros a receber a Bandeira da Ética é um orgulho. Dá-nos ainda mais vontade de trabalhar não só em prol da modalidade, mas também pelos valores que devem reger o desporto, como o fair play, o respeito e a solidariedade"*, referiu o líder máximo da FPB.

Porque de forma se trata, formulemos votos para que a substância - a prática e o exemplo aplicados "no terreno" - venha a constituir-se como a mais assertiva conduta, pondo um ponto final numa ou outra situação menos digna, a merecer os reparos já registados em sede própria, com queixas... de todo infundadas, dirigidas ao próprio presidente e reprovado por quantos dela tiveram conhecimento - e que é público - a nós próprios nos atingiu.

Estamos a referir-nos à prática que, como afirmámos neste regresso à tribuna do Planeta

Basket, irá constituir o tema de fundo do nosso contributo à causa - proveitos próprios à parte...- "Dizer e/ou Fazer?!", numa linha de coerência - agindo como se pensa e pensando como se age! - que, aliada ao conhecimento e à credibilidade serão os pilares da nossa forma de estar com e para os outros, em respeito pelos valores éticos fundamentais, como a justiça, liberdade e responsabilidade.

De que não abdicaremos, nem ninguém os fará calar, cumprindo uma missão - é disso que se trata! -, enquanto compromisso assumido, - é factual! - como Embaixador para a Ética no Desporto: PNED/IPDJ, fazendo parte do júri nacional que classifica os trabalhos do Concurso Literário "A Ética na Vida e no Desporto", extensivo aos alunos do ensino secundário - concurso ordinário - e aos reclusos nos estabelecimentos prisionais - concurso extraordinário.

"Dizer e/ou Fazer?!", percorrerá um caminho de compromisso que possa, de algum modo, emprestar um modesto e despretenso contributo ao mais completo desporto de equipa: o basquetebol.

Praticamente integrado na Festa do Basquetebol, tiveram lugar nos dois dias anteriores - 2ª e 3ª feiras - duas ACFormação destinadas aos formandos estagiários do Curso Grau II-Curso 2017/2018-Algarve, de que somos coordenador de estágio, intituladas : "Coaching", tendo como formadora, e também companheira nesta tribuna, a psicóloga Nádia Tavares, e "Treino da Força em Basquetebol", tendo como formadores os companheiros treinadores Sebastião Mota e César Sequeira. Integrado na Festa, uma especial referência ao Clinic para Treinadores, com brilhantes e elucidativas intervenções de Rui Valente, presidente do CAD - mais no plano teórico - e do companheiro Mário Silva, que tanto labor tem dedicado a passar a mensagem sobre a problemática das novas regras, em concreto na utilização do "apoio zero", que merecerá da nossa parte, em escrito próximo, a devida atenção, pelo que poderá contribuir para uma efetiva e benvinda melhoria da prática do jogo, no plano ofensivo, pondo naturalmente em causa o adequado ajustamento defensivo.

Regressando às ACFormação, quanto ao "coaching" registemos a dado momento, na brilhante intervenção da Nádia Tavares, a referência ao Treino:

"O grande problema é que a maioria treina até ao cansaço, mas não treina ultrapassando-o. Quando estão cansados abrandam, param...Em vez de continuarem e alcançarem um novo padrão de treino".

Quanto aos companheiros Sebastião Mota e César Sequeira, com a competência que lhes é reconhecida: "Treino da Força em Basquetebol", também um "cheirinho" relativamente ao treino, e às regras a observar na construção de uma unidade de treino: aquecimento é fundamental - componente física - conteúdos novos ou complexos - recuperação - retorno à

## Que FBJ tivemos

Escrito por Humberto Gomes  
Quinta, 12 Abril 2018 00:00

---

calma - não aos castigos físicos.

Face aos aspetos técnico-táticos da prestação das seleções regionais presentes na edição deste ano, na Festa do Basquetebol, iniciaremos em próximo artigo a análise, quanto a nós, tão objetiva quanto possível. Não sem que antes deixemos a ideia de que, globalmente, o nível exibicional desceu francamente, relativamente às 2/3 últimas edições.

Daremos particular ênfase ao elemento técnico mais importante do jogo: o lançamento. Lançamento com baixa percentagem de concretização. Bastará termos presente que, e tendo em conta apenas o lançamento de 2 pontos, nos sub-14 masculinos se verificou uma percentagem global de 39,9 % e nos femininos de 35,8%; enquanto que nos sub-16 masculinos 44,4% e nos femininos 38%. Francamente pobre e a merecer atenta e serena reflexão, numa palavra: estudo, para se encontrar um melhor e mais assertivo caminho. Caminho que, uma vez mais, dará para trazermos à liça a mensagem endereçada e quase a completar 4 anos, agora em ano de eleições, do DTNacional: "Só encontraremos algum caminho com uma base de compromisso".

Fecharemos, por hoje, com o foco na importância da qualidade dos conteúdos a ministrar e da forma como a mensagem é transmitida, com a memória viva - porque também não nos queremos constituir em navegadores sem bússola...- deste sublime legado, do sábio e carismático mestre Lou Carnesecca: *"O fulcro da prestação no basquetebol, não reside nos sistemas táticos ou nos exercícios de treino que utilizamos, mas sim naquilo que por via deles, cada treinador consegue ensinar e fazer melhorar os jogadores com quem trabalha"*.

Para bom entendedor, esta "meia palavra" bastará?! Fiquemos com essa esperança!

Regressaremos, então, a 26 de Abril, 5ª feira, com: "Dúvidas e/ou certezas".

Até lá, e bom Basket!