



Quando observamos as crianças a jogar jogos de computadores percebemos que adoram passar de nível. Foi pegando nesta realidade,

que não foi difícil relacionar as excelentes sugestões sobre o ensino dos fundamentos dos artigos do João Ribeiro, com a minha actual actividade de minibásquete no Clube Futebol “Os Belenenses”, a partir da qual vou dar exemplos práticos.

Se queremos motivar e captar a atenção das crianças temos que compreender como estas pensam e o que as motiva. Sabemos que todas as crianças gostam de jogos de computadores. Se assim é, então porque não trazemos para dentro do campo a lógica dos jogos de computadores? Certamente, que as crianças, ficarão mais motivadas. Para ilustrar o que estou a dizer vou dar dois exemplos de actividades que utilizo no Belenenses com muito sucesso.

Primeiro exemplo o jogo do “packman”: Um dos jogos que faço de vez em quando no aquecimento e, que todos, desde os Mini-12 aos Mini-8 gostam é o jogo do “packman”. Este exercício é a cópia do jogo de computador, que aproveito para a aprendizagem do drible, que tem de ser executado com a mão não dominante, e em simultâneo dou a conhecer aos principiantes as linhas dos campos de basquetebol. Uma vez compreendido o jogo, com a lógica idêntica ao jogo de computador, obrigo as crianças a driblarem cima das linhas até serem encurralados pelos treinadores ou jogadores designados para a função de encurralarem os minis em drible. As linhas funcionam como um carris de combóio, pelo que as crianças em fuga não podem nem ultrapassar, podem apenas inverter a marcha do drible, mantendo-se sobre a linha. Quando o jogo se torna fácil posso, como nos jogos de computadores, aumentar os níveis de dificuldade. Por exemplo quem é apanhado larga a bola e passa a ser mais um dos elementos que está a apanhar. Se quero fazer um apelo à atenção, os elementos que fogem driblam com a mão esquerda e os que estão a apanhar driblam com a mão direita. Esta variante obriga a aprenderem a estar atentos e a observarem para perceberem, quem está a apanhar quem está a fugir.

Segundo exemplo trabalhar por níveis: Outro exemplo que utilizo muito é a lógica de

Jogos de computador no treino

Escrito por San Payo Araújo
Terça, 21 Janeiro 2014 09:28

trabalhar por níveis. Quando um nível é atingido passamos para o nível seguinte. Tenho vários exercícios com esta lógica que permite trabalhar com grupos heterogéneos. Exemplificando, quero ensinar os arranques em drible cruzado e directo com a mão direita e mão esquerda. Coloco no chão duas filas de arcos distanciados sensivelmente a meio metro uns dos outros. O exercício base é o seguinte: 1º aprendizagem do drible directo e paragem a um tempo. A criança entra para dentro do primeiro arco e executa um drible directo e salta para dentro do arco seguinte parando a um tempo. Quando a criança consegue sem se enganar chegar ao fim do último arco pode passar para o nível seguinte, que é executar o drible cruzado com a mão esquerda. Nos níveis seguintes podemos passar para os arranques em drible directo com a mão direita e a mão esquerda. A partir desta base o grau de dificuldade dos níveis depende da imaginação do treinador e se lhes pedirem que eles dêem sugestões irão ficar admirados com algumas propostas extremamente válidas. De qualquer das formas, aqui ficam algumas sugestões. Fazer o mesmo exercício precedido de finta. Alterar as distâncias dos arcos para que estas não sejam uma mera repetição mecânica. A passagem para o nível seguinte pode ser individual ou apenas, quando todo o grupo consegue fazer correctamente o exercício. Como estou sempre a aprender a última sugestão que vos dou, nasceu da excelente intervenção que assisti no Juncal do Xavier Silva. Apelar à atenção: Colocar, por exemplo, arcos de duas cores e conforme a cor do arco em que param arrancam ou em drible com a mão esquerda ou com a mão direita, ou conforme a cor arrancam em drible directo ou em drible cruzado. As variáveis são mais do que muitas e eles adoram passar de nível.