

1x1 campo inteiro

Escrito por Curado/Monteiro
Sexta, 24 Fevereiro 2012 12:07



O nosso desafio regressa após uma semana de descanso para a disputa da Supertaça Compal. O Treinador Vasco Curado conseguiu ultrapassar o Jogador Daniel Monteiro e lidera, mas com apenas um ponto de diferença.

Não deixem de ler as nossas opiniões sobre o treino - “Treinamos o suficiente? (3)” e “Oportunidades! Quando e como surgem?” – e comentem aqui no Planeta Basket ou através das redes sociais. Bom fim-de-semana!

Resultados da 16ª jornada

16ª JORNADA

TREINADOR

JOGADOR

Jogo da Semana

Ovarense

Vs

Ginásio

vs

Sampaense

Barcelos

Vs

Académica

Barreirense

vs

CAB Madeira

Lusitânia

Vs

Terceira Basket

SL Benfica

Vs

Vitória Guimarães

TOTAL DA SEMANA

7 PONTOS

TOTAL DO CAMPEONATO

51 PONTOS

Opinião

Espaço do treinador: Treinamos o suficiente? (3)

No seguimento dos artigos que tenho escrito sobre as questões do treino, vou dedicar esta semana a algumas reflexões sobre aspectos qualitativos do treino. Estas reflexões surgem após observação de vários jogos de escalões de formação ao longo de várias épocas.

Verifico que, de há uns anos a esta parte, há uma tendência muito clara no sentido de se utilizarem mais defesas “alternativas” nas nossas equipas de formação. Sobretudo nos escalões de sub-14 e sub-16. Tanto que a palavra “alternativa” começa a deixar de fazer sentido. Não concordo com isto e acho prejudicial ao desenvolvimento dos nossos jogadores, mas respeito o trabalho e a independência de cada treinador.

É óbvio que cada treinador tem as suas ideias e deve trabalhar de acordo com o que entende ser melhor para a sua equipa e jogadores. No entanto, se observarmos o basquetebol europeu ao mais alto nível, é fácil constatar que as defesas de tipo “zona” e “mista” são utilizadas de forma muito pontual. Fará sentido então estar a preparar atletas que queremos que atinjam um nível elevado no basquetebol privilegiando tipos de defesa que raramente são utilizados a esse nível elevado do jogo? O que é que aconteceu à defesa individual pressionante em campo inteiro? Parece que passou a ser esta a defesa “alternativa”.

Ou o objectivo das nossas equipas de formação é apenas utilizar defesas que lhes permitam ganhar mais jogos? Se é esse o objectivo, então temos que deixar de chamar basquetebol de

1x1 campo inteiro

Escrito por Curado/Monteiro
Sexta, 24 Fevereiro 2012 12:07

formação porque essa denominação já não faz sentido.

Recentemente, assisti a um jogo de sub-16 feminino em que uma das equipas utilizou dois tipos de defesa zona pressionante em campo inteiro e quatro tipos de defesa em meio-campo entre defesa individual, duas “zonas” e uma “mista”. Isto é, a equipa dispõe, no seu “arsenal tático”, de seis tipos de defesa diferentes. É apenas um exemplo, mas não creio que esta seja uma situação isolada. Há muitas equipas de formação com o mesmo tipo de abordagem ao seu trabalho.

A minha questão é a seguinte – quantas horas de treino tem esta equipa e quanto tempo de treino é necessário para ensinar a estas jogadoras todos estes diferentes tipos de defesa? O que é que se deixa de trabalhar para ter seis tipos diferentes de defesa? Fundamentos ofensivos, contra-ataque?

Seguramente que não terão muitas horas de treino por semana como a quase totalidade das equipas portuguesas. Não terão as suficientes, de certeza.

Por isso é que as opções e as escolhas que os treinadores fazem são de extrema importância. Dispondo de pouco tempo de treino, devemos apostar em fazer bem as coisas mais essenciais do jogo. Investir na técnica individual dos jogadores deve ser a prioridade acima de tudo o resto.

O objectivo do basquetebol de formação é esse mesmo. Formar jogadores. Todos queremos ganhar jogos e os jovens são os primeiros a querer ganhar todos os jogos em que participam. No entanto, o ganhar não deve ser a prioridade. Deve ser o resultado de um bom trabalho de desenvolvimento dos jogadores onde as vitórias aparecem com naturalidade fruto desse mesmo trabalho.

Espaço do jogador: Oportunidades! Quando e como surgem?

As oportunidades podem surgir a qualquer momento. Dentro de uma equipa todos os seus elementos têm funções a cumprir, mas quando um atleta não consegue atingir os objectivos

1x1 campo inteiro

Escrito por Curado/Monteiro
Sexta, 24 Fevereiro 2012 12:07

propostos, outro virá preencher a vaga rapidamente.

Neste momento temos o caso do Jeremy Lin, que é já considerado como um dos maiores fenómenos de sempre da modalidade. Um jogador com um percurso numa excelente universidade mas sem projecção a nível desportivo, que entrou na NBA de forma praticamente desconhecida, não foi seleccionado no draft aquando do término dos seus anos de jogador universitário. Dispensado da sua primeira equipa, foi contratado com a época já em curso para colmatar as lesões de 2 colegas seus, e quando finalmente conseguiu jogar no 5 inicial bateu recordes de pontos que pertenciam a Shaquille O'neal e Dominique Wilkins entre outros.

Com isto podemos acreditar que a oportunidade de jogar e ter sucesso também nos pode acontecer a nós. Seja a razão ela qual for, é obrigação de um atleta de estar sempre preparado para jogar ao mais alto nível e mostrar ao treinador e colegas que conseguem fazer mais e melhor.

Se jogarmos no 5 inicial temos a responsabilidade e obrigatoriedade de contribuir de forma regular para a equipa, para que os períodos que passamos no banco sejam apenas para descansar um pouco. Se formos jogadores de rotação temos de mostrar a todos que somos capazes de dar o passo em frente e ser importante para a equipa. Se formos jogadores de raramente entrar em campo então temos de mostrar no dia a dia que estamos prontos para jogar.

Seja qual for a nossa situação podemos sempre ter a oportunidade de agarrar oportunidades de evoluir e destacarmo-nos do resto. Um jogo por vezes pode significar um contrato melhorado, ou uma transferência para um clube com melhores condições.

Uma oportunidade pode alterar o modo de como as pessoas nos olham e principalmente como nos vemos a nós próprios. Se agarrarmos as oportunidades que nos dão com unhas e dentes, vai ser muito difícil negarem-nos as oportunidades novamente.

Por isso aproveitem cada oportunidade, pois uma oportunidade pode mudar muita coisa.

1x1 campo inteiro

Escrito por Curado/Monteiro
Sexta, 24 Fevereiro 2012 12:07

Treinador vs Jogador

17ª JORNADA

TREINADOR

JOGADOR

Jogo da Semana

Vitória Guimarães

vs

Sampaense

vs

FC Porto

Ginásio

Vs

Ovarense

Benfica

vs

Barcelos

Terceira Basket

vs

Barreirense

18ª JORNADA

TREINADOR

Lusitânia

vs

Barreirense

Obrigado e deixem os vossos comentários sff

Abraços

Vasco Curado (@vcurado) e Daniel Monteiro (@DanielMonteiro4)

1x1 campo inteiro

Escrito por Curado/Monteiro
Sexta, 24 Fevereiro 2012 12:07
