



O Planeta Basket publica, em português, um dos textos técnicos do treinador Sérgio Scariolo. O italiano, um dos mais conceituados treinadores do mundo, tem vindo a publicar vários textos sobre aspectos técnicos do basquetebol.

O Planeta Basket traduziu um desses textos, relacionado com o trabalho com jovens equipas de formação. Para mais textos de Sérgio Scariolo, consultem o site www.sergioscariolo.com

Dicas para treinadores de formação

Pensei sempre que um elemento muito importante para treinar uma equipa de um escalão de formação, é usar o tempo sabiamente, sobretudo porque há poucas sessões de treino disponíveis. Isso significa escolher correctamente os aspectos úteis e importantes do jogo, esquecendo aqueles que não o são.

Segundo elemento-chave: ensinar as crianças a usar ambas as mãos e o pé de apoio, tornando-os, basicamente, capazes de poder avançar para a esquerda e para a direita, sendo que os jogadores completos não se limitam a um dos lados no momento ofensivo.

O terceiro elemento importante é poder fornecer o conhecimento para jogar em equipa: ter noção dos espaços, reconhecer quando um lançamento é a melhor escolha ou quando a opção mais vantajosa é passar a bola, ensinando, também, a jogar com as regras gerais, mas, ao mesmo tempo, permitindo espaço para a decisão individual, para reconhecer e ler o jogo e encontrar respostas apropriadas às opções da defesa.

Outro elemento importante é tentar dar a todos um papel na equipa, o que ajudará a:

1) desenvolver os atletas que têm potencial para se tornarem bons jogadores, oferecendo-lhe espaço para melhorar.

2) equilibrar a equipa, tornando-a compacta e eficiente, para que até mesmo os jogadores que não terão oportunidade de se tornarem profissionais possam encontrar seu tempo em campo, divertirem-se e jogar basquetebol, e ao mesmo tempo promover a progressão dos jogadores mais talentosos.

Um ponto imprescindível é que dedicar tempo para o treino mental das crianças: ensiná-los a enfrentar as dificuldades e a superar os obstáculos que podem surgir na vida de um grupo, educá-los mentalmente para a competição, mas também a respeitar os outros, ensinando-os a jogar juntos.

Visto que o tempo para treinar, normalmente, não é muito, sugiro que o momento dedicado aos aspectos psicológico e mental do jogo, possa realizar-se antes ou após o treino, se possível com o uso de ferramentas, como vídeos dos treinos ou jogos, o que dará uma ajuda visual ao ensino, ajudando-os a perceber as coisas que fazem bem, mas também aquelas que estão incorrectas. Como eu disse, é muito importante que este se realize fora da formação, para ampliar o tempo disponível, sem diminuir o trabalho em campo.