

Um rumo para a aproximação europeia

Escrito por Orlando Simões
Sexta, 31 Outubro 2008 09:35



O Planeta Basket apresenta um trabalho elaborado por Orlando Simões, coordenador dos Centros Nacionais de Treino (CNT) e das selecções nacionais jovens.

Com este trabalho, Orlando Simões pretende definir algumas orientações, tendo em vista a melhoria do nível do basquetebol nacional, aproximando-o do mais alto nível Europeu.

Desafiamos todos os treinadores Portugueses a comentar estas orientações e a pronunciar-se sobre o tema.

UM RUMO PARA A APROXIMAÇÃO EUROPEIA

Enquanto técnico com larga experiência, não duvidamos nem por um momento da importância da organização colectiva das equipas, nem da sua vantagem sobre o jogo individual.

O que importa refutar neste momento de reflexão, **é a obsessão pela táctica e por modelos** que convertem os jovens em verdadeiros “parafusos” de uma máquina que não pensa o jogo e condiciona a sua criatividade.

Considerando que a táctica na sua aplicação deverá criar condições para que os jovens cresçam jogando com a liberdade de acção e confiança que lhes permita animar o jogo muito para além do planeado, os modelos colectivos a propor para o basquetebol nacional deverão obedecer a estas preocupações no ensino do jogo.

Um rumo para a aproximação europeia

Escrito por Orlando Simões
Sexta, 31 Outubro 2008 09:35

Para indicarmos um rumo a seguir na aproximação ao basquete europeu, julgamos ser importante analisar a organização do jogo colectivo a este nível de modo a tornar mais claro o rumo a seguir.

A nossa participação nas competições internacionais nos últimos anos permite-nos afirmar que:

(I) os modelos ofensivos e defensivos e respectivo trabalho técnico que os suportam andam de mãos dadas e incrementam-se mutuamente;

(II) o domínio claro da defesa no jogo internacional pretende condicionar ao máximo a organização colectiva das equipas e que na maioria dos casos só é ultrapassado pela riqueza do talento individual dos jogadores e pela sua criatividade.

Caracterização da defesa no jogo internacional

- Aumento claro do contacto físico em especial nos jogadores sem bola
- Oposição a todos os lançamentos interiores (por vezes dupla), e tentativa de contestar todos os lançamentos do perímetro.
- Agressividade constante no jogo interior
- Ataque defensivo às situações que envolvem bloqueios directos
- Ajuda defensiva agressiva nas penetrações em drible e recuperações ou trocas defensivas muito rápidas
- Recuperações defensivas cada vez mais eficazes em campo inteiro
- Pressão constante em todas as zonas do campo no portador da bola
- Pressão forte das linhas de passe com especial incidência nas mudanças de lado da bola

- Incremento da velocidade de reacção à posse de bola com a utilização de diferentes opções defensivas em campo todo (após cesto convertido e linha de lance livre)

Caracterização do ataque no jogo internacional

A organização ofensiva das equipas é suportada por uma enorme bagagem técnica que permite colocar o jogo em níveis de elevada intensidade ofensiva de onde sobressaem os

Um rumo para a aproximação europeia

Escrito por Orlando Simões
Sexta, 31 Outubro 2008 09:35

seguintes aspectos:

- Ausência de tempos mortos no ataque
- Procura sistemática de jogar em vantagem numérica
- Jogar o maior tempo possível em alta intensidade ofensiva com os jogadores sem bola a correr a 100%
- O dribling é a arma mais eficaz do jogo ofensivo moderno
- O passe tem qualidade permanente e uma selecção eficaz
- O lançamento apresenta sempre grande eficácia nas finalizações em vantagem numérica e excelente selecção nas opções de finalização
- Propostas tácticas diversas mas com um denominador comum (a procura sistemática para encontrar o lançador livre)
- Excelente bagagem técnica dos jogadores do perímetro que lhes permite penetrar e lançar ou buscar o jogador certo para lançar
- Utilização do jogo 2x2 com bloqueios directos entre diferentes jogadores

Torna-se pois urgente incrementarmos uma qualidade de treino que nos aproxime do que de melhor se faz no jogo colectivo europeu e assentar tudo isto em algo que para nós é claro:

Precisamos de ensinar os nossos jogadores a ler o jogo, decidir e executar mais rápido e com maior eficácia.

Julgamos pois prioritário adoptarmos um conjunto de princípios que, assentes numa colocação de jogadores no campo (aumentando o espaço entre eles) e suportados por uma melhoria de bagagem técnica, nos permita jogar mais tempo em campo todo de uma forma contínua, com racional organização colectiva de suporte às ideias em vigor e com criatividade individual.

Consideramos que no trabalho a seguir nos CNTs e selecções nacionais, para além das soluções tácticas com identidade própria para os nossos jogadores e decididas em trabalho colectivo dos técnicos, **deviam ser apontados os seguintes caminhos comuns:**

Para a defesa

- Defesa HxH em meio e todo o campo, o mais agressiva possível

Um rumo para a aproximação europeia

Escrito por Orlando Simões
Sexta, 31 Outubro 2008 09:35

- Tomar sempre a iniciativa defensiva “atacando” as propostas tácticas dos adversários
- Afastar o mais, e no maior tempo possível, a bola das áreas próximas do cesto (na defesa HxH e nas defesas zona)
- Evitar esperar a $\frac{3}{4}$ campo para iniciar a defesa e alargá-la a campo todo
- Jogar nos limites do contacto físico (ensinar a defesa com a utilização de faltas) não dando cestos fáceis.
- Procurar a exploração de vantagem numérica defensiva, após cesto convertido (face a face 5x4) e nas reposições de bola em jogo.
- Jogar em superação, não temer jogar duro ao defrontar defensivamente jogadores mais altos
- Reagir aos lançamentos e entrar rápido e com decisão no ressalto defensivo com todos os 5 jogadores

Para o ataque

- Preparar a atitude mental dos atletas para competir em superação, objectivando o mais possível a participação individual no trabalho defensivo através duma permanente exigência e motivação
 - O grande objectivo ofensivo deverá ser a procura sistemática de jogar em vantagem numérica
 - Criar hábitos em treino para que os nossos atletas nunca parem em jogo (descanso só existe nos tempos mortos) e apelar permanentemente à criatividade individual sem prejuízo da organização de equipa.
 - Treinar nos limites do contacto físico, procurando elevar a intensidade do jogo
 - Incrementar a velocidade de execução dotando os nossos jogadores do perímetro (bases, extremos e extremos/postes) de capacidade para penetrar e decidir
 - Elevar a eficácia do jogo exterior (lançar mais em situações idênticas ao jogo)
- Após drible
- Após passe nas saídas de penetração
- Após corrida sem bola com recepção e tiro
- Incentivar a eficácia do lançamento livre (mais penetrações, maior nº faltas sofridas)

Um rumo para a aproximação europeia

Escrito por Orlando Simões
Sexta, 31 Outubro 2008 09:35

- Procurar a utilização do jogo de 2x2 (em especial do bloqueio directo), ensinando os conceitos de tempo e espaço (aparecer a bloquear rápido e rodar rápido para o cesto)

- Penetrar com decisão e eficácia na procura do jogador certo
 - Jogar por conceitos após passe para o jogador interior

- Passar e cortar

- Repor jogadores no campo de visão do jogador interior com bola

- Movimentar os jogadores sem bola com cortes e bloqueios
 - Na sequência de penetrações, saber sair sem bola e continuar a atacar o cesto até encontrar jogador livre
 - Após mudança do lado da bola procurar desequilibrar a defesa com ameaça de penetração permanente (não esperar)
 - Mais penetrações... mais faltas sofridas ... mais pontos marcados
 - Após lançamento disputar agressivamente o ressalto ofensivo, mantendo o equilíbrio para a recuperação defensiva
 - Mais posses de bola... mais hipóteses de vencer
 - Maior segurança ofensiva... menos perdas de bola (ajuda do homem mais alto com utilização sistemática de bloqueio no portador da bola em todo campo e na chegada ao ataque em situações de grande pressão defensiva)

Ao procurarmos encontrar opções táticas para o basquetebol português, devemos ter sempre presente que devemos fornecer a **bagagem técnica e a astúcia** aos nossos jogadores de modo a poderem encontrar soluções ofensivas com êxito no confronto internacional.

Deixamos pois, algumas sugestões táticas para adoptar de acordo com o nível técnico-tático

Um rumo para a aproximação europeia

Escrito por Orlando Simões

Sexta, 31 Outubro 2008 09:35

das equipas, devendo-se tentar **uniformizar princípios de jogo nas transições ofensivas, na organização espacial ofensiva e especialmente acreditar que temos que aumentar a intensidade do nosso jogo defensivo e ofensivo**