

BASQUETEBOL

COMPONENTES DA AÇÃO PEDAGÓGICA



DANTE DE ROSE JUNIOR

BASQUETEBOL: COMPONENTES DA AÇÃO PEDAGÓGICA

DANTE DE ROSE JUNIOR

**São Caetano do Sul
D. De Rose Junior
São Paulo
Universidade de São Paulo
2021**

DOI 10.11606/9786500174137



Esta obra é de acesso aberto. É permitida a reprodução parcial ou total desta obra, desde que citada a fonte e autoria e respeitando a Licença Creative Commons indicada

2021 - D. De Rose Jr. e Universidade de São Paulo

UNIVERSIDADE DE SÃO PAULO

Reitor	Prof. Dr. Vahan Agopyan
Vice-Reitor	Prof. Dr. Antonio Carlos Hernandez

DADOS INTERNACIONAIS DE CATALOGAÇÃO-NA-PUBLICAÇÃO (CIP)
(Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)
Aline Grazielle Benitez (CRB-1/3129)

De Rose Junior, Dante
Basquetebol : componentes da ação pedagógica / Dante De Rose Junior. -- 1. ed. -- São Caetano do Sul, SP : D. De Rose Junior ; São Paulo : Universidade de São Paulo, 2021.
1 ebook

ISBN 978-65-00-17413-7 (recurso eletrônico)
DOI 10.11606/9786500174137

1. Basquetebol para crianças. 2. Educação. 3. Educação física. 4. Esporte. 5. Pedagogia - Brasil.
I. Título.

Índices para catálogo sistemático:
1. Pedagogia do esporte - 796.07

Como citar esta publicação, segundo ABNT NBR 6023: 2018:

DE ROSE JUNIOR, Dante. **Basquetebol**: componentes da ação pedagógica. São Caetano do Sul, SP: D. De Rose Junior; São Paulo: Universidade de São Paulo, 2021. 1 ebook. DOI 10.11606/9786500174137.

SUMÁRIO

APRESENTAÇÃO.....	7
INTRODUÇÃO.....	9
CAPÍTULO 1 - PEDAGOGIA E PEDAGOGIA DO ESPORTE.....	15
CAPÍTULO 2 – BASQUETEBOL.....	21
Características gerais.....	21
Componentes do jogo.....	24
Habilidades motoras gerais e específicas.....	25
Capacidades físicas.....	26
Capacidades coordenativas.....	27
Capacidades cognitivas.....	28
Atributos psicológicos.....	31
Tática.....	33
CAPÍTULO 3 – COMPONENTES DA AÇÃO PEDAGÓGICA NO BASQUETEBOL.....	35
A ação pedagógica.....	35
Os princípios pedagógicos.....	37
Componentes da ação pedagógica.....	39
A criança.....	40
A tarefa.....	46
O ambiente.....	50
Os pais.....	54
O profissional.....	57

APÊNDICE

Despertar o gosto pela prática: o primeiro passo para uma iniciação positiva no basquetebol.....71

Matheus Marin de Freitas

Mini aletas amestrados.....80

Marcelo Massa

Jogos e brincadeiras para a aprendizagem do basquetebol.....84

Dante De Rose Junior

O acolhimento esportivo: uma prática esportiva.....92

Sarith Anischa

Dicas para ser um bom esportista.....96

Dante De Rose Junior

BIBLIOGRAFIA.....99

O AUTOR.....104

“Ensinar é um conjunto de muitas coisas. Em primeiro lugar você tem que ser competente, conhecer a matéria que vai ensinar, possuir uma filosofia de ensino, ser um líder e ser humilde. Mas a coisa mais importante é ter caráter, emocionar-se e ensinar com paixão”.

Maurício Mondoni



APRESENTAÇÃO

O livro “Basquetebol: componentes da ação pedagógica” traz uma abordagem diferenciada sobre o impacto desses componentes no processo ensino-aprendizagem desta modalidade esportiva.

Baseado na vasta experiência e vivência prática e acadêmica do autor no assunto, embasado pela opinião de diversos outros especialistas referenciados na obra, o livro aponta a importância dos cinco componentes da ação pedagógica para um melhor desenvolvimento de crianças e jovens na prática do basquetebol, tanto em nível de iniciação, quanto no aperfeiçoamento de suas capacidades e habilidades.

A criança e o jovem são os protagonistas desta ação pedagógica que têm como principais componentes a tarefa a ser desempenhada, o ambiente onde a tarefa ocorre, os profissionais responsáveis pela aplicação das tarefas e sua relação com os níveis de desenvolvimento e necessidades dos praticantes e, é evidente, os pais que têm uma participação fundamental na continuidade de todo esse trabalho.

Além de todo o embasamento teórico e prática trazido pelo autor, o apêndice traz a contribuição de profissionais envolvidos nesse processo e que compartilham sua experiência na aplicação desses componentes.

Assim sendo, esperamos que este livro possa contribuir para uma melhor capacitação de profissionais para atuar em uma fase tão importante no desenvolvimento esportivo das crianças e jovens, mas também na sua trajetória de vida como cidadãos.



INTRODUÇÃO

O basquetebol é um jogo muito complexo que apresenta uma variação muito grande de situações exigindo, desta forma, um conhecimento das diferentes possibilidades para se resolver os problemas advindos dessas situações.

Sendo um esporte coletivo de invasão no qual as ações de defesa e ataque acontecem simultaneamente, o basquetebol exige do praticante uma grande atenção e concentração nos movimentos que serão executados. Além disto, essas ações estão sujeitas a fatores como a imprevisibilidade, espaço e tempo, estes últimos definidos pelas regras do jogo.

A imprevisibilidade é um fator comum a todos os esportes coletivos (basquetebol, futebol, futsal, handebol, rugby e voleibol). Por mais que se “construam” movimentos definidos e que devam acontecer em uma sequência (as chamadas “jogadas”), sempre haverá uma possibilidade de alteração desta sequência quer por uma ação de um companheiro de equipe, quer pela ação de um adversário.

No caso do basquetebol o espaço é limitado (28m x 15m), no qual as ações são, em sua maioria, desenvolvidas em meia quadra (14m x 15m) além dos limites da área restritiva, da linha de três pontos e das linhas limítrofes da quadra.

Outro fator primordial em um jogo de basquetebol é o tempo. Os vinte e quatro segundos de posse de bola, os oito segundos para se passar da quadra defensiva para a quadra de ataque, os cinco segundos para reposição da bola nas laterais ou fundo-bola e os três segundos do atacante na área restritiva são imperativos na execução dos movimentos de ataque ou de defesa.

Para que o jogo de basquete seja praticado de maneira adequada é necessária uma ação pedagógica muito cuidadosa. Esta ação deve levar em consideração os inúmeros fatores que fazem parte desse jogo. As capacidades físicas e habilidades motoras que fazem parte dos movimentos devem ser analisadas cuidadosamente. As capacidades cognitivas e os atributos psicológicos também ocupam um espaço importante no quadro de conhecimentos necessários para um melhor desenvolvimento do praticante. Todos esses aspectos convergindo para o componente tático do jogo que nada mais é do que esse conjunto de fatores aliados à tomada de decisão.

A ação pedagógica envolve cenários e os personagens.

Os **cenários** são representados pelo ambiente onde a prática ocorre e pela tarefa a ser desempenhada. Esse ambiente não se restringe aos espaços disponíveis e a disponibilidade de material para a prática do basquetebol. Este podemos chamar de **ambiente físico**. No entanto, há um outro ambiente que depende das relações entre aqueles que estão envolvidos na prática do basquetebol. Este é o ambiente que podemos chamar de **ambiente humano** que traz um componente muito importante para que os praticantes se sintam à

vontade para desempenhar dentro de suas possibilidades, características e realidades pertinentes às suas faixas etárias.

Já os **personagens** são todos os envolvidos direta ou indiretamente nessa ação pedagógica. São os praticantes, em suas diferentes faixas etárias, os profissionais que atuam para fazer com a ação pedagógica atenda às expectativas e necessidades dos envolvidos no processo ensino aprendizagem e os pais que têm um papel muito importante na vida esportiva de seus filhos podendo exercer um papel de agente incentivador ou inibidor da prática esportiva, dependendo de como atuam, entendem e participem dessa vida.

Todo o cenário, seja ele físico ou humano e os personagens que fazem parte da ação pedagógica, deve ser analisado sob uma ótica especial quando se trata de atuar com crianças na fase da iniciação esportiva, momento em que é fundamental despertar o gosto pelo esporte.

Em qualquer fase da prática esportiva a criança deve ter o papel central na ação pedagógica. É para ela que todas as atenções devam ser dirigidas. As atividades devem respeitar seu estágio de desenvolvimento, físico, motor, cognitivo e psicológico. Ela deve ser compreendida como um ser que faz parte de uma sociedade e, em função desse aspecto, carrega consigo características familiares, culturais e sociais bem específicas.

Principalmente na fase inicial da prática esportiva a criança deve sentir interesse pela atividade. Vivenciar diferentes situações. Agregar emoções e estar motivada a permanecer na prática.

E o papel do profissional, seja professor ou treinador, é exatamente dar a ela a oportunidade de praticar dentro de suas possibilidades para garantir que sua sequência e permanência nas aulas ou treinos.

Este profissional deve ter conhecimento amplo do esporte e de todas as suas nuances, mas, principalmente, conhecer seu aluno/atleta. Somente através deste conhecimento amplo o trabalho poderá ser desenvolvido de forma adequada.

Neste contexto não se pode ignorar a participação da família. A criança traz uma bagagem familiar única que não pode ser desprezada. A forma como os pais conduzem a prática esportiva é crucial na vida dessas crianças. Pais que incentivam, que participam ativamente desta vida esportiva terão um papel fundamental na formação e desenvolvimento geral de seus filhos. Já pais que cobram demais ou, no sentido oposto, que não se envolvem na vida esportiva das crianças, certamente serão um agente negativo no desenvolvimento dessa criança.

É importante lembrar que a prática esportiva não precisa, necessariamente, ser conduzida com o objetivo de se ter atletas. Este é um dos objetivos e que será atingido por uma quantidade muito pequena de praticantes. Ser atleta exige uma série de requisitos e condições que a maioria não conseguirá atender.

Portanto, não se pode ignorar a maioria dos praticantes que não atingirão esse nível de excelência, mas que continuarão a gostar e a praticar o esporte. A ela os profissionais devem oferecer a oportunidades de uma prática onde são oferecidas diferentes

possibilidades de envolvimento com essa atividade. Não ser atleta não significa que o praticante tenha fracassado nos seus objetivos. Ser um bom esportista, um apreciador, um profissional da área (professor de educação física ou treinador), um profissional de outras áreas que têm uma relação com o esporte (medicina, fisioterapia, nutrição, psicologia, administração, marketing, jornalismo, por exemplo.) também devem ser objetivos a serem apontados para o futuro dessas crianças e jovens.

Neste livro a intenção é discorrer sobre cada um dos fatores que são fundamentais para uma ação pedagógica adequada, com conceitos, comentários e exemplos.

Vários autores especialistas nesses assuntos foram consultados e suas obras e ideias foram de grande valia na elaboração deste livro. Agradeço a todos eles que serão devidamente referenciados ao final do livro. Além disto o apêndice do livro traz cinco textos que aprofundam o conteúdo de alguns assuntos citados e que foram escritos pelo próprio autor e por três especialistas em suas áreas e que trazem uma valiosa contribuição para a valorização desta obra.



PEDAGOGIA E PEDAGOGIA DO ESPORTE

A **pedagogia** é a ciência que se ocupa das questões educativas através da investigação de fatores reais que atuam sobre o desenvolvimento do ser humano propondo intervenções e métodos organizados a ação educativa possível de ser adequada aos diferentes níveis de entendimento e desenvolvimento dos personagens que serão diretamente influenciados por ela.

É um conjunto de técnicas, princípios, métodos e estratégias que visam compreender a educação em diferentes contextos através de práticas educativas que atendam às necessidades do aprendiz. Tem como objeto de estudo a educação, os processos de ensino e a aprendizagem.

A pedagogia tem duas vertentes: a tradicional e a inovadora.

A **pedagogia tradicional** baseia-se na reprodução de padrões de eficiência, determinados por pré-requisitos de excelência. Já a **pedagogia inovadora** promove e estimula um ambiente criativo e diversificado, estimulando diferentes níveis de experiências, possibilitando ao indivíduo o desenvolvimento de sua autonomia e o aumento do repertório motor, cognitivo, afetivo, social e afetivo, tão

necessário para criar formas de responder de forma adequada às diferentes situações que se apresentam, como é o caso do esporte.

A prática educativa é o instrumento utilizado pela pedagogia para levar ao indivíduo as informações necessárias para seu desenvolvimento. Ela pode ser informal, não formal e formal.

A **prática educativa informal** é aquela que provém de influências do meio ambiente e da cultura local. Ela é estabelecida através de uma relação do indivíduo ou grupos com este meio, não havendo qualquer característica de sistematização ou organização de processos, e que dependem da inter-relação dos indivíduos ou oportunidades promovidas pelo meio ambiente ou pela cultura vigente. Exemplo: um jogo de amarelinha não precisa ser ensinado formalmente. Ele faz parte da cultura popular e que é dada ao indivíduo a oportunidade de praticá-lo sem qualquer necessidade de uma organização metodológica.

A **prática educativa não formal** é representada por atividades intencionais com um certo grau de organização e sistematização sem, no entanto, estar ligada a qualquer instituição. Exemplo: crianças reunidas para um jogo de basquete na praça. Há a intenção, mas essa prática não está vinculada a qualquer instituição – escola, clube, academia, etc.

A **prática educativa formal** tem as mesmas características que a não formal, mas com vínculo a uma instituição e com sistematização e organização de métodos. Exemplo: um treino de basquete no clube com a direção de um profissional.

A **pedagogia do esporte**, por sua vez, é o campo de conhecimento que investiga a prática educativa, especificamente pelo esporte. Lida com a relação entre o ambiente esportivo, os sujeitos que jogam, a modalidade esportiva e a intencionalidade da prática educativa.

Tendo a pedagogia do esporte o princípio básico de ensinar o esporte, precisamos entender as diferentes formas desse ensino que pode ser voltado ao ensino do esporte com objetivo de **participação** (independentemente do nível de habilidade do praticante e da necessidade da obtenção de resultados como objeto final da ação) ou com objetivo de **rendimento** (visando a obtenção de resultados através do aperfeiçoamento do rendimento máximo do praticante).

Esses dois princípios podem ser utilizados desde a iniciação esportiva até o alto rendimento, ressaltando-se que quando se trata da iniciação esportiva o primeiro intuito é fazer com que a criança goste de praticar esportes, independentemente de se tornar atleta ou um praticante eventual. Neste caso a participação e a possibilidade de iguais oportunidades são fundamentais. Já quando se pensa em rendimento e obtenção de resultados o enfoque é na preparação adequada (física, técnica, tática) dos praticantes para desempenharem no nível mais alto que for possível. Essa preparação, no entanto, deve ser progressiva, respeitando os diferentes níveis de desenvolvimento físico, técnico, cognitivo e tático dos praticantes.

Tanto em relação à participação, quanto em relação à obtenção de resultados, a pedagogia do esporte tem como objetivos:

- Compreender o esporte como fenômeno plural e suas diferentes manifestações e significados
- Estudar as relações entre os indivíduos, o meio esportivo e a modalidade a ser praticada
- Conhecer e divulgar as modalidades esportivas no seu contexto histórico, social, técnico e tático
- Definir princípios pedagógicos, organizar, planejar, sistematizar, executar e avaliar procedimentos
- Propor estratégias e métodos que possam atender às questões técnico-táticas e socioeducativas das respectivas modalidades esportivas

A prática esportiva não pode ser entendida somente como uma atividade voltada exclusivamente ao desenvolvimento da técnica e da tática de cada modalidade esportiva. (ver texto no apêndice – **Despertar o gosto pela prática: o primeiro passo para uma iniciação positiva o basquetebol**)

Diferentes princípios que regem o ensino do esporte:

Ensinar o esporte a todos

Todos têm o direito à prática esportiva

Ensinar mais do que o esporte a todos

Compreensão das suas práticas, evolução e emoções

Ensinar bem o esporte a todos

Potencializar o ensino pensar na evolução individual e do grupo

Há um conjunto de fatores que deve ser levado em consideração para a organização e a execução da prática educativa voltada para o ensino do esporte.

Esses fatores são:

- **Ambiente** – onde ela pode ser aplicada: clubes, escolas, comunidades, instituições, projetos sociais, escolas de esportes, praças, academias, ongs
- **Tarefa:** atividade que será ministrada de acordo com as características da modalidade esportiva escolhida.
- **Personagens:** atletas, praticantes eventuais, crianças, adolescentes, terceira idade, portadores de deficiências e o profissional que será o responsável pela condução da prática
- **Significados:** formação, especialização, alto rendimento, recreação, educacional

Nos próximos capítulos a pedagogia do esporte será abordada, analisada e discutida especificamente em relação à prática do basquetebol em seus diferentes aspectos, mas com ênfase na iniciação esportiva.



O BASQUETEBOL

Características gerais

O basquetebol é uma modalidade esportiva coletiva de invasão, caracterizada por ser jogada em um espaço restrito (28m x 15m) no qual as duas equipes se confrontam simultaneamente, alternando-se em situações defensivas e ofensivas. Além das linhas limítrofes da quadra ainda existem as linhas que demarcam a área restritiva a zona do lance-livre e a linha de arremesso de três pontos.

Considerando-se que a maioria das ações acontecem em meia quadra, os espaços ficam ainda mais limitados, o que obriga os atletas a terem um deslocamento constante para buscar melhores condições de finalizar ou, no caso da defesa, de diminuir esses espaços para dificultar as ações dos atacantes.

Além dessa limitação de espaços, o basquetebol ainda conta com a limitação do tempo, no qual diversas situações são impostas por esses limites. Os 24 segundos de posse de bola, os 8 segundos para passar da defesa para o ataque, os 5 segundos para reposição de bola ou para a movimentação da bola após a parada do drible e os 3 segundos na área restritiva são regras que dão ao jogo uma dinâmica muito grande e que exigem dos atletas inúmeras qualidades para não infringir essas regras.

Sendo o basquetebol um jogo de invasão e de participação simultânea em um mesmo espaço, três fatores se destacam nesse contexto:

Cooperação e oposição

Desde situações simples como 1x1 até situações coletivas mais complexas (2x2, 3x3....5x5) a oposição está presente em todos os momentos do jogo. No entanto para que a oposição seja eficaz há a necessidade de um senso de cooperação bastante desenvolvido entre os membros de uma mesma equipe o que exige uma grande coordenação e sincronização dos movimentos.

Criação/diminuição de espaços

A criação de espaços é um fator inerente às ações ofensivas do jogo nas quais o ataque atua para causar um desequilíbrio defensivo com o objetivo de colocar os atletas em condições ideais para a finalização que é o maior objetivo do jogo. Esse desequilíbrio acontece através de movimentações rápidas, desmarques, passes e deslocamentos e corta-luz. A defesa, por sua vez tem o objetivo de diminuir esses espaços através de deslocamentos rápidos, flutuações, trocas de marcação, negação de passes, ajuda, entre outras ações.

Imprevisibilidade

Este talvez seja o fator mais complexo de um jogo de basquetebol. Apesar de termos diversos sistemas de ataque e defesa planejados e organizados, a imprevisibilidade estará sempre presente. As ações de um atleta sempre provocarão uma reação que, por sua vez, levarão a outra ação e assim sucessivamente. As ações e reações

dependerão de fatores como: a capacidade de execução dos fundamentos do jogo e suas combinações, a compreensão da tática utilizada, a identificação das situações que se apresentam (leitura de jogo), o processamento da informação que é dada pelo adversário e a tomada de decisão e ação frente à situação que se apresenta.

Para atender às exigências do jogo, há um conjunto de componentes que atuam concomitantemente e que são desenvolvidos através do tempo, dos treinamentos e experiências adquiridas. Todos os componentes podem ser desenvolvidos a partir da iniciação, respeitando-se os níveis de maturação, desenvolvimento físico, cognitivos e psicológico dos praticantes.

Esse desenvolvimento ocorre progressivamente e não na mesma escala para cada um deles. O que espera é que ao chegar a um nível de alto rendimento o atleta tenha domínio sobre a maioria desses componentes ou que possa desempenhar satisfatoriamente em cada um deles.

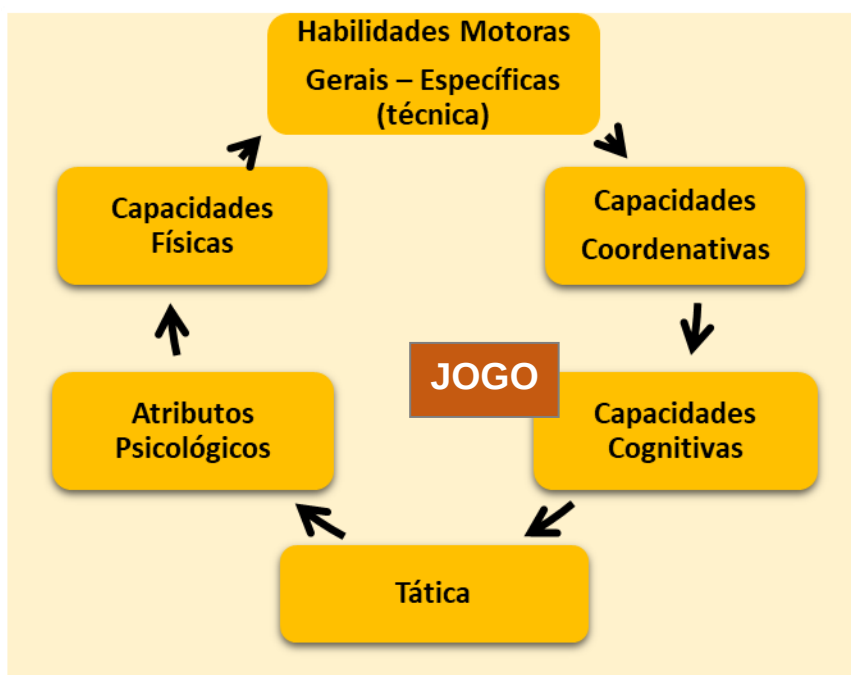
Componentes do jogo

O basquetebol, como já foi dito, é um jogo muito complexo, envolvendo diferentes componentes que atuam em conjunto para garantir um bom desempenho.

É claro que, dificilmente, um atleta conseguirá dominar 100% cada um desses componentes. O que se espera é que, pelo menos, haja uma compreensão mínima que leve a um desempenho aceitável. Também é claro que os atletas que tenham domínio maior sobre cada um deles ou que domine o maior número de componentes, terão a possibilidade de desempenhar em um nível diferenciado em relação àqueles que não conseguirem obter a eficácia necessária nesses fatores.

A figura 1 mostra quais são esses componentes que serão discutidos a seguir.

Figura 1: Componentes do jogo de basquetebol



Fonte: De Rose Jr. (2021)

Habilidades motoras gerais e específicas

As habilidades motoras são inerentes à execução de qualquer movimento no basquetebol. O desenvolvimento dessas habilidades sejam elas básicas ou específicas deve ocorrer desde a fase de iniciação até o alto rendimento. No entanto há uma sequência obrigatória para que esse desempenho seja adequado. Essa sequência vai das habilidades motoras gerais para as específicas, que são os fundamentos do jogo. Para realizar uma bandeja o praticante deve saber correr, saltar e lançar. A figura 2 mostra esta sequência.

Figura 2 – Habilidades motoras gerais e específicas



Fonte: De Rose Jr. (2021)

Uma situação que muitas vezes dificulta este trabalho de integração dessas habilidades é a defasagem que muitos iniciantes têm na execução das habilidades motoras gerais que não são devidamente desenvolvidas nas aulas de educação física e que temos que corrigi-las nos treinamentos específicos, dificultando a

aprendizagem e a aquisição das habilidades específicas (fundamentos).

Capacidades físicas

A literatura nos traz diferentes nomenclaturas para identificar as capacidades físicas. Aqui utilizarei a nomenclatura mais tradicional para não causar confusão, já que não é objetivo discutir aqui essas diferentes vertentes.

O jogo de basquetebol é pautado por movimentos rápidos e intensos. Para suprir essa necessidade a ***resistência anaeróbia láctica e aláctica*** é fundamental. Ela pode ser treinada através de exercícios de curta duração e alta intensidade utilizando-se dos próprios fundamentos do jogo. Já a ***resistência aeróbia*** é importante para que o atleta suporte o jogo em sua totalidade e possa ter uma recuperação adequada entre os treinamentos e jogos.

A ***resistência de saltos e a resistência de velocidade*** são fundamentais para que os atletas possam manter a intensidade nos saltos do primeiro ao último segundo de jogo, considerando-se a quantidade de saltos que são executados e as constantes mudanças de velocidade que ocorrem durante o jogo.

Por ser um esporte de muito contato, a ***força*** é um componente importante na preparação física dos atletas, principalmente quando aliada à velocidade (***potência***). A ***velocidade***, por sua vez, está presente nos constantes “sprints” que os atletas executam durante o jogo, com mudanças de ritmo e mudanças de direção repentinas.

Outra capacidade física muito importante no jogo de basquete é o **equilíbrio** presente na estabilização das posições assumidas pelos atletas, na recuperação dos saltos e para evitar lesões.

Capacidades coordenativas

Essas capacidades são fundamentais para o desempenho do atleta e suas tomadas de decisão. A principal delas é a coordenação motora geral, responsável pela combinação de grandes movimentos como a bandeja (correr, saltar e arremessar). No entanto, outras capacidades coordenativas devem ser desenvolvidas para proporcionar ao praticante melhores condições de realizar outros movimentos e responder a situações momentâneas do jogo.

As principais são: percepção espaço temporal (1), seleção imagem-campo (2), coordenação multi membros (3), coordenação óculo-manual (4), destreza manual (5), estabilidade braço mão (6), precisão (7) e “timing” antecipatório.

Seguem um exemplo de ação que utiliza essas capacidades:

Lance-livre: o executante deve perceber o espaço entre a linha do lance-livre e a cesta (1), selecionar a imagem do aro em um campo visual muito amplo (2), coordenar os movimentos de membros inferiores e superiores (3) e finalizar o arremesso (4,5,6 e 7).

O “timing” antecipatório está relacionado à coordenação e sincronização de movimentos nas ações grupais (2x2, 3x3..) e coletivas (5x5).

A combinação das capacidades físicas e coordenativas resulta na **agilidade**. A agilidade é a capacidade de se movimentar no espaço através de movimentos combinados e com um objetivo bem definido. No basquetebol a agilidade é identificada nas mudanças de direção, mudanças de ritmo, giros e fintas.

Capacidades cognitivas

As **capacidades cognitivas** dão ao atleta a possibilidade de “entender” o jogo. Identificar, analisar e interpretar situações e criar respostas para elas. Na linguagem diária do basquete essa capacidade é chamada de “leitura de jogo”.

Muitos atletas se diferenciam dos demais por sua capacidade de “ler” o jogo e propor as respostas adequadas para aquele momento. Esta capacidade pode e deve ser desenvolvida através de atividades que estimulam o praticante a pensar e não somente repetir movimentos. Criar desafios é uma ótima estratégia para atingir este objetivo.

A identificação, análise e interpretação da situação levam a um fator preponderante em um jogo de basquetebol: a **tomada de decisão**.

A tomada de decisão é o processo cognitivo que resulta na seleção de uma opção entre várias alternativas. De maneira mais informal pode-se dizer que a tomada de decisão é fazer a escolha certa, no momento certo e com alto grau de eficácia. Importante ressaltar que nem sempre uma boa tomada de decisão leva ao

resultado esperado. A figura 3 mostra o processo de execução da tomada de decisão.

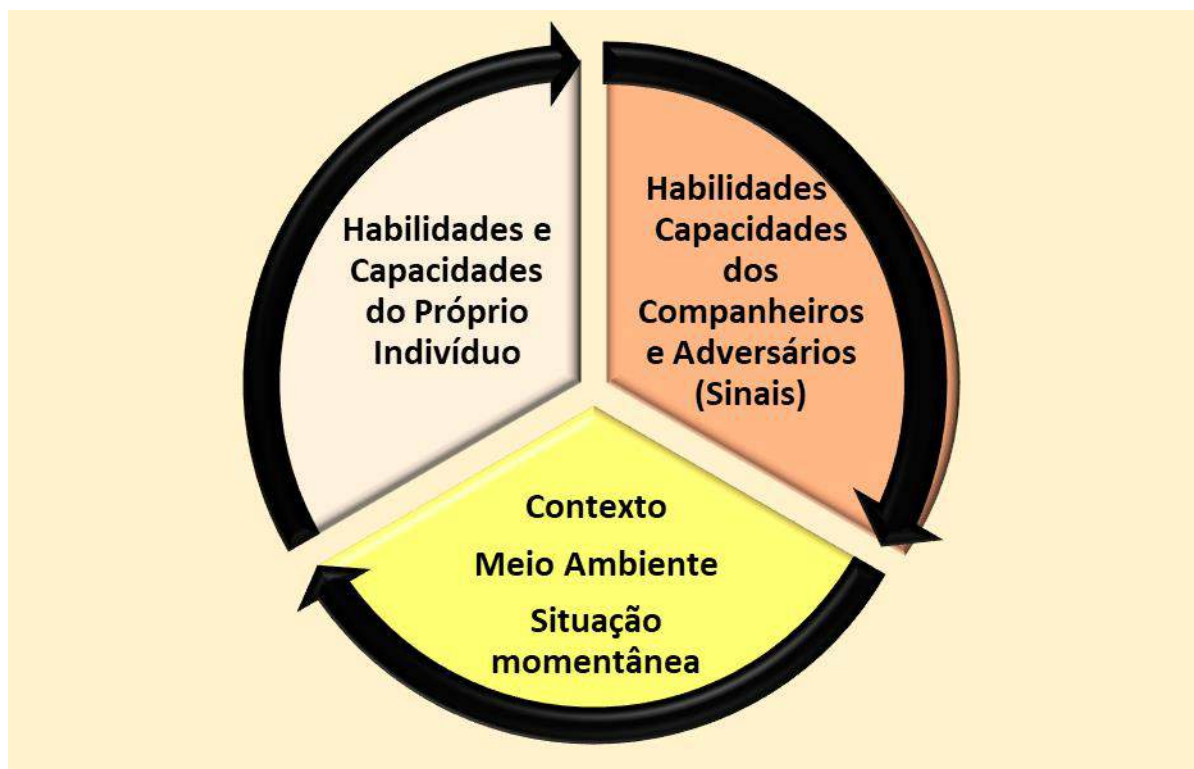
Figura 3 – Tomada de decisão: processo de execução



Fonte: De Rose Jr. (2021)

Vários fatores contribuem para o sucesso de uma tomada de decisão (figura 4).

Figura 4 – Fatores que influenciam na tomada de decisão



Fonte: De Rose Jr. (2021)

Habilidades, capacidades e experiências do próprio indivíduo

É o repertório motor, técnico e tático que um indivíduo possui para colocar em prática suas decisões. É transformar o “pensar” em “agir”. Fica claro que quanto maior a habilidade incorporada maior a possibilidade de uma tomada de decisão que leve a um resultado mais eficaz. As experiências anteriores vividas em situações semelhantes também são fatores determinantes na tomada de decisão. Esses fatores podem ser determinantes das diferenças individuais entre atletas.

Habilidades e capacidades dos companheiros e adversário

O basquetebol é um jogo coletivo que depende da sincronização de movimentos entre dois companheiros que, por sua vez, depende também das habilidades e capacidades do grupo envolvido na

situação. Cada um deve saber e compreender o poder de execução dos fundamentos de cada companheiro de equipe e identificar os “sinais” que são emitidos para que a decisão seja tomada.

Em relação ao adversário o processo é semelhante. Saber identificar os pontos fortes e fracos de um adversário é fundamental para o sucesso da tomada de decisão. Exemplo: identificar o lado fraco de drible de um adversário pode facilitar a ação individual de um defensor.

Contexto, meio ambiente e situação momentânea do jogo

A tomada de decisão pode ser fortemente influenciada por esses fatores. Um arremesso decisivo tem o mesmo peso do que um arremesso no decorrer do mesmo jogo? Arremessar uma bola perdendo de 2 pontos a dois segundos do final tem o mesmo peso que arremessar a mesma bola no meio do primeiro período? E se essas situações ocorrerem na sua quadra ou na quadra do adversário valendo o campeonato?

Nesses casos, um outro componente do jogo – atributos psicológicos – poderão interferir significativamente na tomada da decisão e no resultado.

Atributos psicológicos

Os exemplos acima ilustram os diferentes momentos e situações pelos quais um jogador de basquete passa durante uma partida, durante a temporada e até mesmo durante os treinos. O **stress** é condição constante no basquetebol. Saber lidar com as situações estressantes é um dos principais atributos psicológicos para

que o atleta possa enfrentá-las sejam elas momentâneas ou que se repitam ao longo do jogo ou ao longo de uma competição.

Outro atributo importante é a **motivação**. Esta pode depender de fatores intrínsecos (relacionados com a própria intenção do praticante) ou extrínsecos (que dependem da ação de outros agentes como os técnicos, pais e dirigentes). Na iniciação a motivação está diretamente relacionada ao gosto e ao prazer de praticar o esporte. Para isto é importante que se criem estratégias para trazer a criança para a prática esportiva e, principalmente, mantê-la na atividade.

Outros atributos psicológicos que podem ser destacados são:

Liderança: é processo comportamental para influenciar indivíduos na busca de objetivos estabelecidos. Este atributo que não é imposto. A liderança surge naturalmente. Nem sempre os melhores jogadores são os líderes da equipe. A liderança exige equilíbrio emocional, inteligência, desprendimento, renúncia e compreensão. O líder se preocupa com a melhoria do grupo e trabalha para a obtenção de resultados futuros.

Coesão de grupo: a coesão é grau com que membros de um mesmo grupo trabalham juntos para alcançar objetivos comuns. Muito já foi dito que nem sempre os melhores jogadores formam a melhor equipe. Egos exacerbados, principalmente em equipes de alto rendimento, podem destruir um trabalho em grupo. A coesão depende de como cada um reconhece seu papel no grupo. E cabe ao líder estabelecer a conexão entre cada integrante desse grupo.

Agressividade: é ação intencional de realizar a tarefa da forma mais intensa possível. É uma energia interna liberada por estímulos externos, Muitas vezes é uma vontade exacerbada e desempenhar independentemente do nível desse desempenho. Popularmente chamada de “garra”. Não confundir com agressão. A agressão é o ato deliberado de prejudicar física ou moralmente alguma pessoa.

Concentração: a concentração é o uso da mente focada em um determinado objeto; é a capacidade de abstrair-se num ponto, focar um alvo e mantê-lo pelo tempo que desejar. Por isso é uma tarefa difícil que exige muito controle mental. No basquetebol este atributo é essencial pelas inúmeras características e variações do ambiente no qual é jogado. A concentração também pode ser considerada uma capacidade cognitiva pois exige do praticante todos os fatores já descritos anteriormente.

Tática

A tática é um conjunto de tomadas de decisões. É a aplicação prática de um planejamento estratégico para um jogo. É a utilização racional dos fundamentos aplicada às situações de jogo. Ela depende de todos os componentes do jogo já mencionados anteriormente.

A tática pode ser individual, grupal ou coletiva.

Na **tática individual** o indivíduo utiliza de recursos próprios como as capacidades físicas e habilidades motoras gerais e específicas que incluem os deslocamentos, mudanças de direção, desmarques, fintas, arremessos e posição defensiva.

Na tática **grupal** além dos recursos próprios individuais e dos companheiros, é fundamental a coordenação e sincronização de movimentos. No ataque, o passe é o fundamento que caracteriza a tática grupal em situações como servir e ir, corta-luz direto e indireto. Na defesa são comuns as ações de ajuda, negar passes, trocas de marcação, saídas de corta-luz, flutuações e rotações.

A **tática coletiva** é a utilização de todos os elementos da tática grupal com um aumento significativo das opções tanto no ataque, quanto na defesa. Refere-se a situações de 5x5. Em todas essas situações táticas não se pode deixar de considerar além dos recursos físicos e técnicos, as capacidades coordenativas, cognitivas e os atributos psicológicos.

Para que os componentes do jogo sejam desempenhados adequadamente deve haver uma ação pedagógica eficaz e que possa atender às expectativas e necessidades dos praticantes e que leve em consideração as peculiaridades da atividade a ser desempenhada.



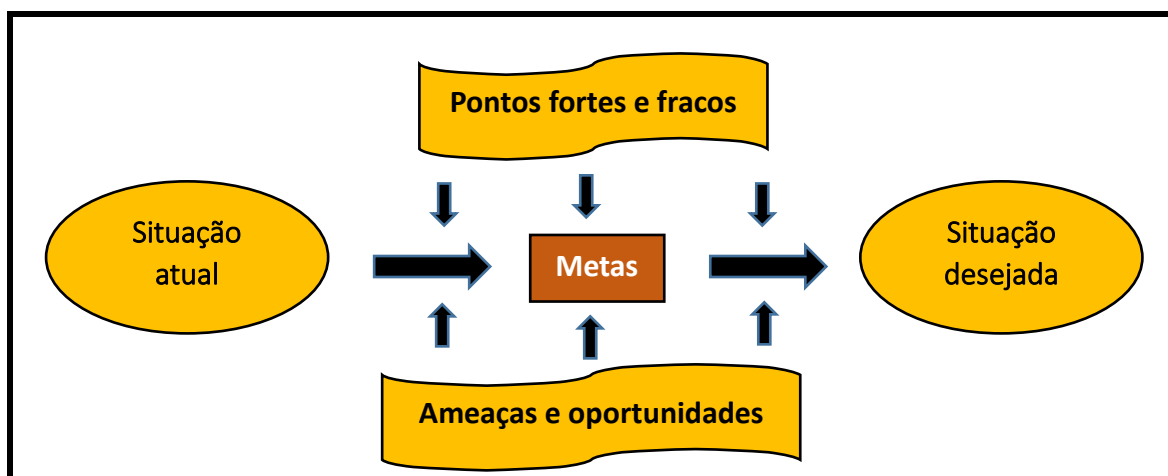
COMPONENTES DA AÇÃO PEDAGÓGICA NO BASQUETEBOL

A ação pedagógica

A ação pedagógica é o conjunto de fatores que levam ao objetivo da prática. Para que ela seja realizada com sucesso é necessário que haja um planejamento bem elaborado com a clara definição dos objetivos pretendidos.

Este planejamento de forma resumida significa partir de uma situação existente para uma situação desejada. No meio deste caminho há metas a serem definidas e cumpridas e que passa por diferentes fases. Ele deve ter uma sequência lógica e permitir ajustes no decorrer do processo quando necessário identificando-se os pontos fortes e fracos do planejamento e suas ameaças e oportunidades. (Figura 5)

Figura 5 – Sequência do planejamento



Fonte: Adaptado de Ferreira e De Rose Jr. in De Rose Jr. e Tricoli (2017, p.194)

O planejamento é dividido em fases:

Diagnóstico – refere-se à identificação dos aspectos que definem o estado atual do objeto da prática. Para identificar esses aspectos é importante conhecer a filosofia e os objetivos da instituição para a qual se vai trabalhar, sua estrutura, disponibilidade de recursos materiais e financeiros, o calendário de competições e o material humano disponível.

Execução – elaboração e prática levando em conta os aspectos diagnosticados. Nesta fase é importante a definição clara e real dos objetivos a serem alcançados, além do cronograma de atividades que podem ser a longo, médio e curto prazo. Também é nesta fase que se estabelecem os métodos de trabalho e a escolha dos conteúdos a serem desenvolvidos e os sistemas de avaliação dos praticantes.

Avaliação e reestruturação – consiste na análise de tudo o que ocorre ou ocorreu durante o processo. Recomenda-se que essa avaliação seja periódica para permitir ajustes no decorrer do trabalho, identificando os pontos positivos e negativos para que haja a manutenção do planejamento ou a reestruturação quando necessária. Na avaliação é recomendável que o profissional envolvido, além de sua própria avaliação, consulte outros participantes do processo: comissão técnica (se houver), dirigentes e até mesmo pais no caso de trabalho com iniciação esportiva.

Princípios pedagógicos

A ação pedagógica deve levar à reflexão e contribuir para a formação de valores além da prática do tema a ser desenvolvido. A paixão pelo esporte, ética, cooperação, disciplina, humildade, respeito, responsabilidade, justiça, coragem, liderança, resiliência e altruísmo são alguns dos valores que a ação pedagógica deve despertar nos praticantes.

A ação pedagógica deve se basear em princípios fundamentados em conhecimentos sólidos e experiências consolidadas. Alguns desses princípios foram definidos pela UNESCO como os pilares da educação: aprender a conhecer, aprender a fazer, aprender a conviver e aprender a ser.

Na linguagem do basquetebol, esses quatro pilares podem ser interpretados da seguinte forma:

Aprender a conhecer: conhecer o basquetebol no seu contexto geral, sua história, sua evolução, a importância do esporte no seu ambiente social. Além disto conhecer o basquetebol quanto a seus aspectos físicos, técnicos, táticos, regras e outros assuntos relacionados à sua prática.

Aprender a fazer: executar os gestos específicos do basquetebol (fundamentos) e aplicá-los a situações reais de jogo.

Aprender a conviver: como um esporte coletivo o basquetebol exige um relacionamento entre os membros de uma equipe. Esta convivência é baseada no respeito às regras do grupo,

responsabilidades para com os colegas de equipe, exercer seus direitos sem prejudicar os direitos dos demais e atuar de forma ética junto aos companheiros e superiores.

Aprender a ser: identificar-se no contexto esportivo, posicionar-se diante das diferentes situações promovidas pela prática esportiva, ser parte atuante do grupo e estar sempre atualizado em relação às questões relacionadas ao basquetebol e a outras questões pertinentes ao meio do qual é parte.

Com base nesses quatro pilares, a ação pedagógica deve propor desafios, desenvolver conhecimentos gerais e específicos sobre a modalidade (no caso o basquetebol) e estimular relacionamentos que são importantes para o desenvolvimento dos praticantes. Para isto é importante que se conheça o indivíduo (aqui vamos tratar mais especificamente da criança), a tarefa, o ambiente e o profissional que vai atuar.

No caso da prática do basquetebol por crianças é importante:

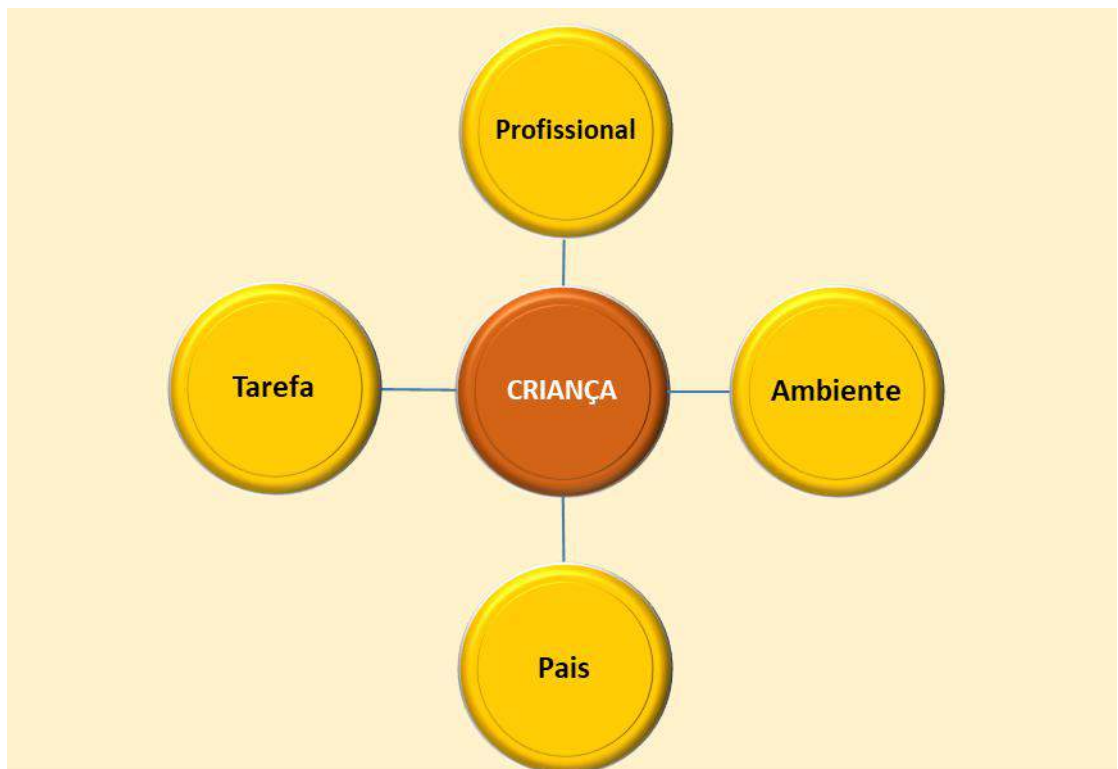
- Proporcionar a participação efetiva de todos
- Despertar o prazer pela prática esportiva
- Educar e transmitir valores morais
- Estimular a cooperação, responsabilidade, ética e respeito
- Buscar o desenvolvimento integral da criança
- Proporcionar a prática de variadas experiências motoras
- Estimular a criatividade e a tomada de decisões
- Respeitar a individualidade dos alunos
- Estabelecer vínculo afetivo com os alunos

- Manter a motivação

Componentes da ação pedagógica

A ação pedagógica, baseada no planejamento elaborado, tem cinco componentes que são essenciais para que seja executada dentro de padrões aceitáveis e que atendam às necessidades do praticante, neste caso específico, a criança (Figura 6).

Figura 6 – Componentes da ação pedagógica



Fonte: De Rose Jr. (2021)

A Criança

O Esporte é, por suas possibilidades educativas, uma das manifestações que mais tem a capacidade de influenciar a infância e a juventude e potencializar o seu desenvolvimento, hábitos saudáveis, desenvolvimento cultural e social.

A partir dessa afirmativa começamos a pensar no trabalho a ser desenvolvido com crianças que buscam a prática do basquetebol.

Inúmeras pesquisas mostram que os principais motivos pelos quais uma criança pratica esportes são: diversão, aquisição de habilidades, melhora na execução das habilidades, estar juntos a seus amigos e, em alguns casos, vencer.

No entanto, frequentemente, observa-se que os objetivos da criança na prática esportiva não são os mesmos dos adultos que fazem parte de sua formação. Até que ponto um técnico ou um pai entende que a criança quer somente se divertir ou apenas participar?

O que se vê na prática é uma busca desenfreada pelo resultado imediato que irá satisfazer o ego desses adultos, menosprezando totalmente a vontade da criança e impondo seus objetivos.

Técnicos que querem vencer a qualquer custo, ignorando fases importantes do desenvolvimento infantil e pais que fazem as próprias escolhas sem dar a oportunidade da criança em experimentar diferentes atividades são agentes desmotivadores que podem levar a

criança a desistir da prática esportiva por não suportarem as pressões a elas impostas.

Assim sendo é importante que se conheçam alguns fatores que fazem parte deste universo infantil na prática esportiva.

Iniciação vs especialização

Este é um tema sempre presente nas discussões sobre a prática esportiva infantil.

A **iniciação** diz respeito à prática esportiva a partir de tenras idades (recomenda-se que se inicie aos 6-7 anos). É o processo de ensino dos gestos básicos que levam a uma prática esportiva mais segura. Exige um profundo conhecimento do processo de preparação esportiva (planejamento, organização, métodos e estratégias) e do indivíduo (a criança e seus diferentes aspectos: físico, fisiológico, psicológico, intelectual e social).

No processo de **iniciação esportiva** devemos nos preocupar com a preparação global da criança, sem a especificação de determinadas modalidades esportivas, posicionamento e colocando a competição como meio de um processo que visa preparar o terreno para uma futura especialização. Nela busca-se o desenvolvimento de múltiplas habilidades, adaptação da tarefa ao indivíduo respeitando-se seu estágio de desenvolvimento motor, cognitivo e psicológico, oportunidades de praticar de forma igualitária, incentivar o gosto pela prática esportiva e a não especialização.

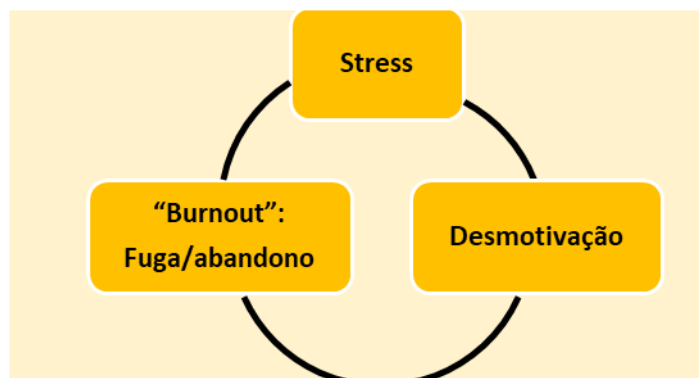
Três fases podem ser identificadas nesse processo que pode se estender dos 6 aos 12 anos aproximadamente:

- **Inicial ou cognitiva:** momento no qual a criança toma contato e conhece a modalidade. As atividades devem ser simples e voltadas para a compreensão do jogo. As informações devem ser claras, objetivas e progressivas, com poucas correções e foco no processo e não no produto
- **Intermediária ou de fixação:** propícia para a aquisição dos gestos básicos (fundamentos) através de atividades mais complexas, com combinações simples de movimentos e informações mais elaboradas. As correções também podem ser mais pontuais
- **Autônoma ou de aperfeiçoamento:** fase de aprimoramento dos gestos e movimentos mais complexos e maior número de combinações.

A **especialização** é o processo de aprimoramento dos gestos básicos que levam a uma prática esportiva mais específica. Exige um profundo conhecimento do processo de preparação esportiva (planejamento, organização, métodos e estratégias) e do indivíduo (a criança e seus diferentes aspectos: físico, fisiológico, psicológico, intelectual e social). A especialização é a sedimentação do trabalho de formação, com a combinação de movimentos básicos e a inclusão de movimentos específicos de determinadas modalidades esportivas. O treinamento pode ser dirigido a uma preparação específica, com definição de funções próprias. A competição torna-se um fator de comparação e avaliação do praticante e é colocada como produto do processo.

Um dos fatores negativos da especialização é a chamada **especialização precoce**. Este é o momento no qual a criança é submetida a exigências que, em função do seu estágio maturacional e de seu desenvolvimento físico, cognitivo e psicológico, não serão desempenhadas de forma adequada gerando pressões com as quais a criança não consegue lidar. Na especialização precoce é comum a criança ser observada somente por suas características físicas levando-as a exercer funções durante o jogo incompatíveis com sua capacidade de atuar o que pode gerar situações altamente estressantes e desmotivadoras. O stress causado por essas situações e causam a desmotivação podem gerar situações críticas como a fuga (a criança evita participar da atividade com medo das consequências que seu desempenho venha produzir), o abandono (a criança deixa a prática esportiva por não suportar as pressões) podendo chegar a situações extremas de “burn-out” que é o ápice da impossibilidade de se lidar com determinadas situações e que podem gerar consequências extremas como síndrome do pânico e depressão. (figura 7)

Figura 7 – Especialização precoce: possíveis consequências



Fonte: De Rose Jr. (2021)

Um exemplo típico dessa especificidade é a criança que chega para treinar e, em função de sua estatura elevada é automaticamente definida como “pivô”. Neste caso não se leva em consideração aspectos biológicos, maturacionais, cognitivos e psicológicos e apenas o fator físico é considerado. Esta criança pode já ter atingido seu pico de crescimento estabilizando sua estatura que fará com que no futuro não possa e não consiga atuar nessa posição. (ver o texto no apêndice – **Mini atletas amestrados**)

As crianças nesta fase de iniciação (estamos considerando a faixa etária dos 6 aos 12 anos) apresentam algumas características que são marcantes e que devem ser conhecidas para que o trabalho seja adequado às suas realidades.

6 a 9 anos

- Conquista da organização lógica do pensamento
- Capacidade de abstrair restrita
- Dificuldade de lidar com situações hipotéticas ou imaginárias
- Ainda não consegue perceber de forma abstrata seu corpo em movimento (ex: o passe é feito ponto a ponto – não consegue passar a bola em um ponto futuro considerando o colega em movimento)
- A aquisição de habilidades motoras depende de estímulos e com diversas experiências motoras com baixo grau de complexidade e introdução de habilidades específicas (fundamentos)

- Desenvolve de forma mais autônoma o conceito de “coletivo”

Essas características têm uma influência direta na compreensão de situações abstratas do jogo como as ações táticas de defesa e de ataque. Elas precisarão de orientações e demonstrações concretas da ação que se pretende realizar. As informações devem ser dadas progressivamente. Exemplo: O uso de gráficos que costumeiramente os profissionais utilizam em pranchetas para demonstrar “jogadas” são praticamente inúteis nesta faixa etária.

10 a 12 anos

- Desenvolvimento do pensamento lógico e da memória
- Maior aceitação das regras do jogo
- Identificação da imagem mental do corpo em movimento (ex: o passe já é feito em um ponto que alcance o colega em movimento)
- Realiza ações que requerem antecipação temporal
- As habilidades motoras podem ser aperfeiçoadas, com combinações, maior complexidade e com enfoque nos gestos esportivos (fundamentos)

**A CRIANÇA É A PROTAGONISTA DA AÇÃO PEDAGÓGICA
É PARA ELA QUE DEVEMOS VOLTAR TODAS AS ATENÇÕES**

A Tarefa

A tarefa é outro componente importante da ação pedagógica.

BASICAMENTE REFERE-SE AO QUE A CRIANÇA VAI APRENDER, OS MÉTODOS QUE SERÃO UTILIZADOS E COMO SERÃO UTILIZADOS

Para que a tarefa seja cumprida de forma adequada é importante que se faça um bom planejamento com base nas expectativas e necessidades de quem vai aprender. O planejamento conforme já descrito anteriormente deve levar em consideração a filosofia da instituição para a qual se trabalha, a estrutura onde será desenvolvida a atividade e, principalmente, as características do público que irá participar da atividade, neste caso as crianças.

Quatro perguntas devem ser respondidas para que a tarefa seja desenvolvida de forma eficaz e atinja os objetivos pretendidos:

- Quem vai aprender?
- Para que aprender?
- O que será aprendido?
- Como ensinar?

Quem vai aprender?

Conhecer o grupo, suas características, seu histórico relacionado ao basquete (que conhece, o que sabe fazer..), sua estrutura social e familiar, escolaridade entre outros fatores.

Para que aprender?

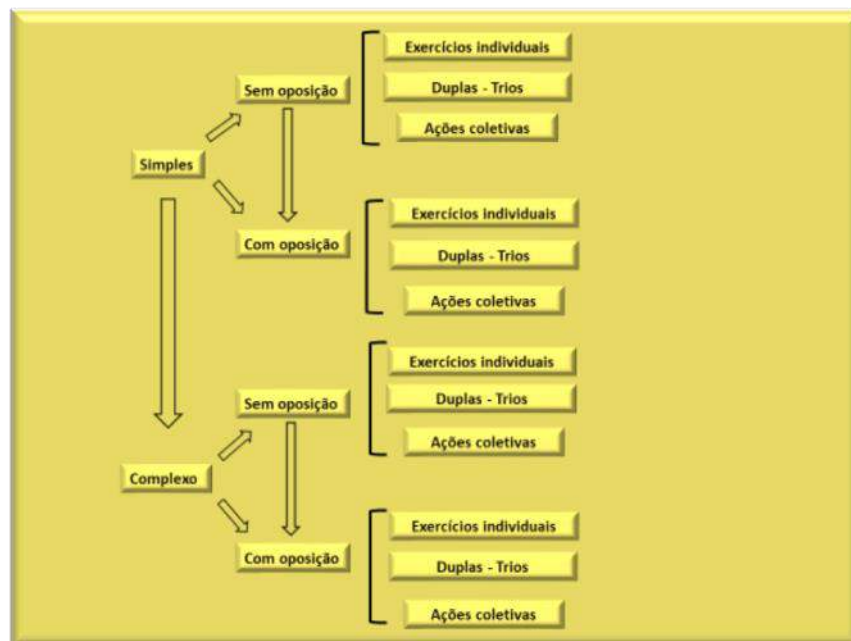
É importante dar significado à tarefa. Qual a aplicação de uma determinada atividade no contexto do basquete. Definir objetivos reais e possíveis de serem alcançados ao final do processo.

O que será aprendido? (conteúdo)

Definir as tarefas aumentando progressivamente seu grau de dificuldade. Estabelecer as relações da tarefa com a realidade do jogo. Definir metas atingíveis.

O conteúdo deve ser elaborado a partir do conhecimento dos fatores citados acima (quem vai aprender?) e dos objetivos traçados. Na fase de iniciação é importante que as atividades tenham caráter lúdico e que sejam elaboradas de forma simples e fáceis de serem entendidas. À medida que as crianças evoluam pode-se acrescentar exercícios mais complexos. O jogo é um excelente meio de aprendizagem. No entanto, deve-se entender que o jogo deve ser utilizado para ressaltar a importância dos fundamentos do jogo e até mesmo situações táticas que poderão evoluir no decorrer das aulas ou treinamentos. A figura 7 mostra a sequência que pode ser utilizada na aprendizagem do basquetebol.

Figura 7 – Sequência de conteúdos



Fonte: De Rose Jr. (2021)

Esta sequência de conteúdos pode apresentar combinações de acordo com o tema da aula e o rendimento dos alunos. Exemplos:

- Um exercício simples, individual e sem oposição
- Um exercício simples, 2x2 e com oposição
- Uma ação coletiva (jogo), simples com oposição
- Um jogo complexo com oposição

Uma outra estratégia muito interessante para a aprendizagem do basquetebol na iniciação é a utilização das **brincadeiras e jogos**.

Na fase inicial da aprendizagem esportiva (por volta dos 6 aos 11 anos) a brincadeira e os jogos são fundamentais para que a criança tome gosto pelo jogo e passe a compreendê-lo melhor. (ver texto no apêndice - **Jogos e brincadeiras para a aprendizagem do basquetebol**).

Como ensinar?

Fatores que são fundamentais para a sequência de um trabalho e promover um ensino de qualidade:

- Definir os métodos e estratégias de ensino
- Ter um repertório variável de exercícios e atividades
- Variar o ambiente e adaptá-lo às necessidades do praticante quando necessário.
- Dar preferência a sessões mais curtas com maior periodicidade.

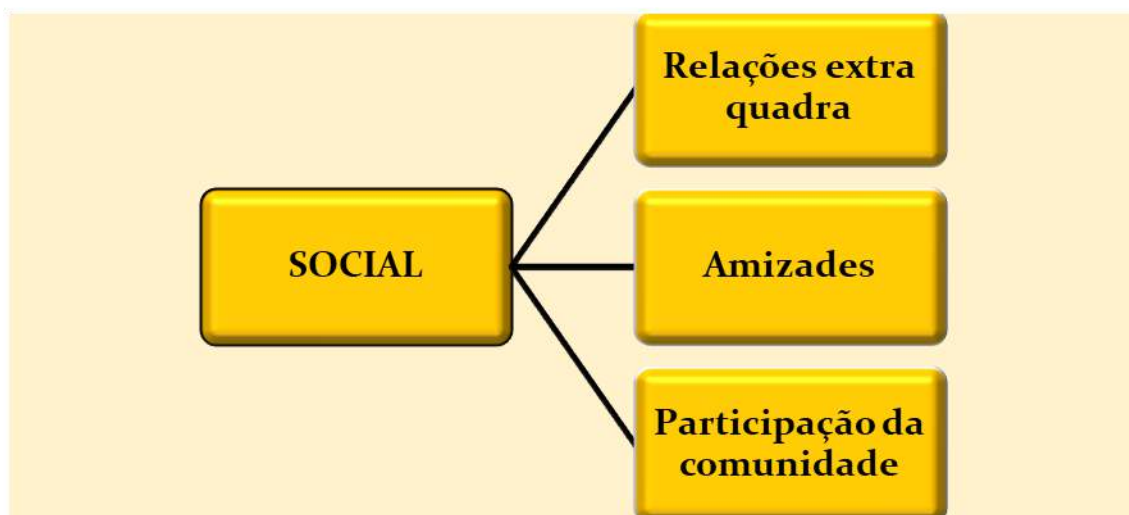
Segue uma sugestão de um roteiro para elaborar a aula/reino

- “Pensar o jogo”: identificar situações e movimentos específicos do jogo
- Escolher uma situação (ou mais) que será o tema da aula/treino.
Ex: finalização
- Identificar outros fundamentos que podem ser abordados no tema e suas combinações (ex: drible). No entanto, o foco das observações e correções deve ser a finalização
- Progressão da atividade:
 - situações individuais (sem e com oposição)
 - Situações em pequenos grupos (2x2; 3x3; sem e com oposição)
 - Situações coletivas (5x5; sem e com oposição)
 - Combinações

O Ambiente

O ambiente é fundamental para o sucesso de qualquer atividade relacionada ao basquetebol. Os estudos sobre talento esportivo mostram a importância do ambiente para a prática esportiva. Segundo esses estudos um ambiente propício à prática de um determinado esporte é um fator determinante para o desenvolvimento de possíveis talentos. Esse ambiente pode ser definido como **ambiente social**, **ambiente cultural**, **ambiente físico** e **ambiente humano**. (figuras 8, 9, 10 e 11)

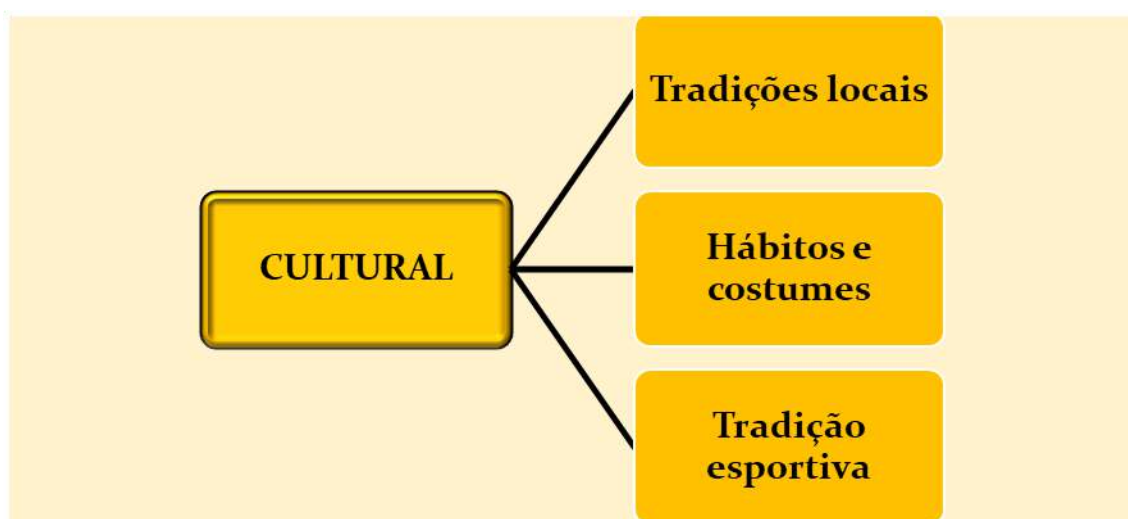
Figura 8 – Ambiente social



Fonte: De Rose Jr. (2021)

O ambiente social refere-se ao contexto no qual o ensino está inserido. Qual a relação do programa com a comunidade, seus benefícios e perspectivas que trará à população envolvida. São os relacionamentos dos personagens do processo ensino-aprendizagem com os demais membros dessa comunidade e o relacionamento entre os participantes do programa.

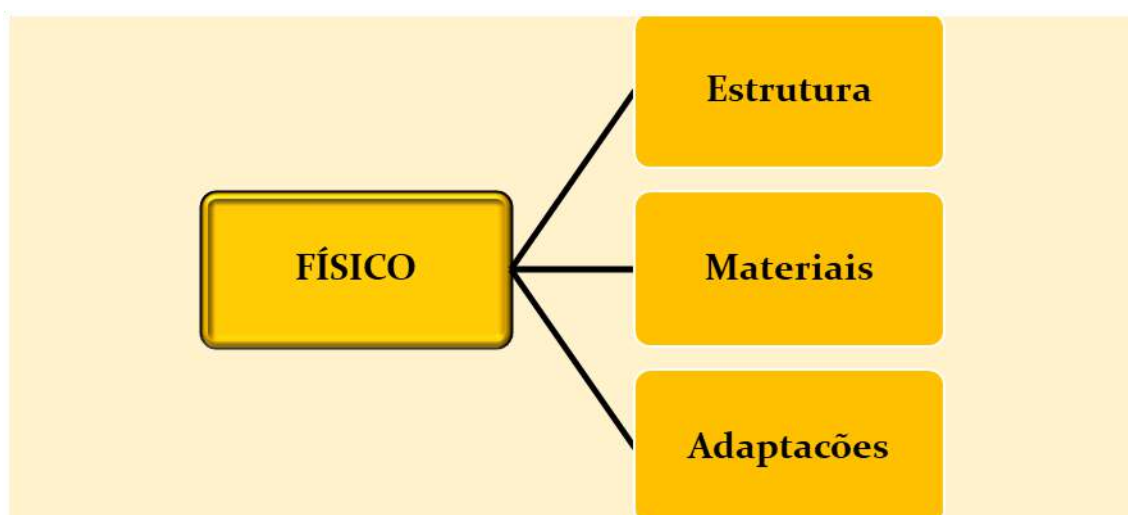
Figura 9 – Ambiente cultural



Fonte: De Rose Jr. (2021)

O ambiente cultural está relacionado às tradições locais, costumes e hábitos esportivos. Para exemplificar esse tipo de relação podemos citar o caso de Franca. Uma cidade totalmente voltada ao basquetebol, fator que influencia a escolha do esporte a ser praticado e a ser apreciado pela comunidade local.

Figura 10 – Ambiente físico



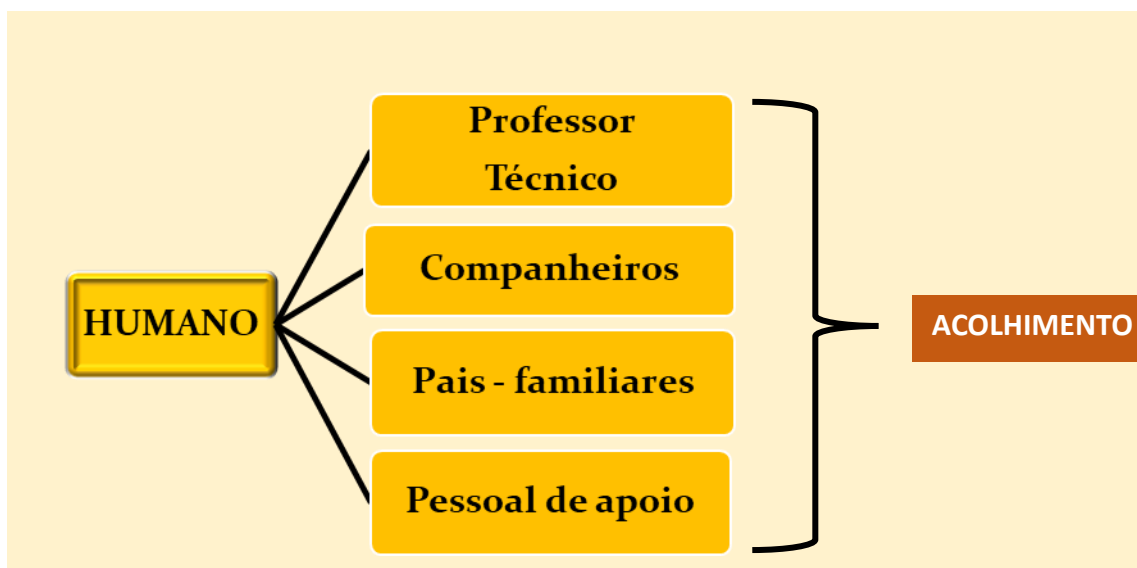
Fonte: De Rose Jr. (2021)

O **ambiente físico** refere-se às condições oferecidas para a prática das atividades - local, infraestrutura, materiais, segurança. Quanto melhor a qualidade e maior a quantidade de materiais e equipamentos melhores serão as condições para que proporcione uma aprendizagem e desenvolvimento de forma adequada. Uma boa quadra com várias tabelas, bolas em boas condições, materiais de apoio como cones, arcos, escadinhas irão, certamente, contribuir muito para esta aprendizagem e para a motivação dos praticantes.

No entanto, a falta de estrutura e de materiais adequados não são e não podem ser fatores limitantes para uma boa aprendizagem do basquetebol. Em muitas situações encontramos ambientes que precisam ser adaptados para que as crianças tenham a possibilidade de aprender e praticar o esporte. E nessas mesmas situações encontramos crianças extremamente motivadas e sedentas de estarem presentes nos treinos e nos jogos.

Portanto, mais do que o ambiente físico e suas qualidades e limitações há um outro ambiente que deve ser proporcionado às crianças. É o ambiente humano.

Figura 10 – Ambiente humano



Fonte: De Rose Jr. (2021)

O **ambiente humano** é proporcionado pelas pessoas que nele atuam, principalmente por parte dos professores, técnicos e pais que têm a responsabilidade de acolher as crianças e dar-lhes as “boas-vindas” quando chegam para o treinamento, principalmente nas sessões iniciais, quando as crianças chegam e se sentem estranhas àquele grupo.

O acolhimento acontece através de atitudes de simpatia, respeito, compreensão, atenção, solidariedade e justiça. Ele independe do nível de habilidade dessa criança que está procurando um espaço para poder se desenvolver.

Apresentar a criança aos colegas, dar a ela a oportunidade de se expressar, falar sobre sua história pode, em um primeiro momento, colocar a criança numa situação de vergonha perante o grupo. Mas aos poucos ela percebe que pertence ao grupo e isto dá a ela uma percepção de conforto e segurança.

Nas primeiras aulas/treinos é importante que a criança seja acompanhada para que se sinta à vontade e possa desempenhar à sua maneira sem muitas cobranças. Neste aspecto o professor/técnico deve incentivar aos demais colegas que auxiliem aquela criança, mostrando a elas a importância do grupo no processo de engajamento do novo colega.

Finalizando, a aula/treino deve ser atraente, alegre e divertida. Um convite para as crianças votarem e permanecerem. (ver texto no apêndice – **O acolhimento esportivo – uma prática pedagógica**)

Os Pais

A participação dos pais no processo de formação esportiva dos filhos é de suma importância. Não podemos ignorar o fato de as crianças terem uma grande influência de seus pais nas escolhas que fará na vida.

A participação dos pais na ação pedagógica, de uma forma positiva, contribui para que o ambiente da prática fique ainda mais acolhedor. Sua participação na vida esportiva dos filhos é sempre muito bem-vinda.

Atitudes de incentivo, elogios e reforço positivo nas ações realizadas pelas crianças serão sempre um agente motivador e que dará às crianças a confiança necessária para sua continuidade no esporte, independentemente do nível que atingirá no futuro.

Em contra partida, pais que cobram demasiadamente e que exigem das crianças um desempenho incompatível com suas possibilidades farão com que elas tenham receio de errar e

decepcioná-los. Isto pode causar o medo de participar de jogos, a fuga de uma determinada atividade esportiva e o abandono definitivo.

Os pais devem entender que a criança não precisa compensar suas frustrações por não terem tido uma vida esportiva de destaque e nem, tampouco, ser o espelho de sua vida esportiva vitoriosa como acontece com muitos pais que foram atletas de destaque e querem ver o filho repetir suas façanhas.

Há vários tipos de pais que podemos resumir em três categorias:

- **Participativo e incentivador:** participa das atividades dos filhos sempre com uma palavra de incentivo e observações pertinentes quanto à atuação dos filhos seja em treinamento ou competição. Respeita as decisões dos treinadores, respeita os árbitros, colegas de equipe, outros pais e sempre tem um comportamento adequado em jogos
- **Inconveniente:** participa das atividades, mas sempre com palavras duras e cobranças inadequadas. Quer interferir nas decisões dos treinadores. Cobra da criança o que ela não está pronta para realizar. Normalmente comporta-se de forma inadequada nos jogos, torcendo desesperadamente, ofendendo os treinadores, os árbitros, os adversários e, até mesmo, seus filhos
- **Ausente:** não se preocupa com a vida esportiva dos filhos. Não se interessa por sua evolução. Nunca tem uma palavra de conforto ou de incentivo para as crianças

Algumas dicas para serem bons pais esportistas:

- Sejam pais presentes. Acompanhem as crianças nas atividades
- Sejam interessados pelo que as crianças fazem. Perguntem como foi o treino ou o jogo
- Não comparem seus filhos com outras crianças. Eles são únicos com características próprias
- Procurem entender a fase de desenvolvimento de seus filhos para não fazerem cobranças incompatíveis com sua condição momentânea
- Reconheçam o esforço que seus filhos estão fazendo para melhorar cada vez mais
- Reconheçam que o profissional que está trabalhando tem formação e conhecimento suficiente para dar a seus filhos a melhor orientação possível
- Não interfiram no trabalho do profissional
- Não confundam seus filhos com orientações diferentes das que são dadas pelo profissional
- Torça pelo seu filho sem exageros
- Respeite seus colegas, adversários e árbitros
- Ao final de um jogo perguntem a seus filhos se eles se divertiram
- Entendam que seus filhos não podem compensar suas frustrações por não terem sido grandes esportistas e não queiram que eles reproduzam suas façanhas se tiverem sido bons atletas
- Deixem as crianças experimentarem diferentes atividades para eles possa escolher a que melhor lhes atrainha

O Profissional

O profissional que trabalha com esportes, normalmente é denominado treinador ou técnico. O termo treinador ou técnico na língua inglesa é “coach”. “Coach” refere-se às carruagens que eram conduzidas pelo “coachman”, o condutor de pessoas. Neste sentido a palavra foi adaptado para a linguagem esportiva como sendo a pessoa que dirige, conduz e orienta atletas e equipes.

A Carta Internacional da Educação Física e do Esporte, produzida pela UNESCO atestam a importância da formação adequada para o ensino dessas atividades.

Artigo 4. O ensino, o treinamento e a gestão da educação física e do esporte devem ser realizados por pessoal qualificado

4.1. Todas as pessoas que assumem a responsabilidade profissional pela educação física e pelo esporte devem ter a formação e as qualificações adequadas. Elas devem ser cuidadosamente selecionadas em número suficiente e devem receber formação, preliminar e avançada, para assegurar que atinjam níveis adequados de especialização.

No caso do trabalho com crianças, “professor” parece ser o termo mais adequado por suas responsabilidades educativas com o praticante, que vão além das atividades próprias do basquetebol. Para simplificar o entendimento, usaremos o termo **profissional** em todas as abordagens sobre o tema.

Para que a atuação deste profissional seja adequada há a necessidade da consolidação de conhecimentos adquiridos em sua trajetória (acadêmica e profissional) e uma constante atualização em

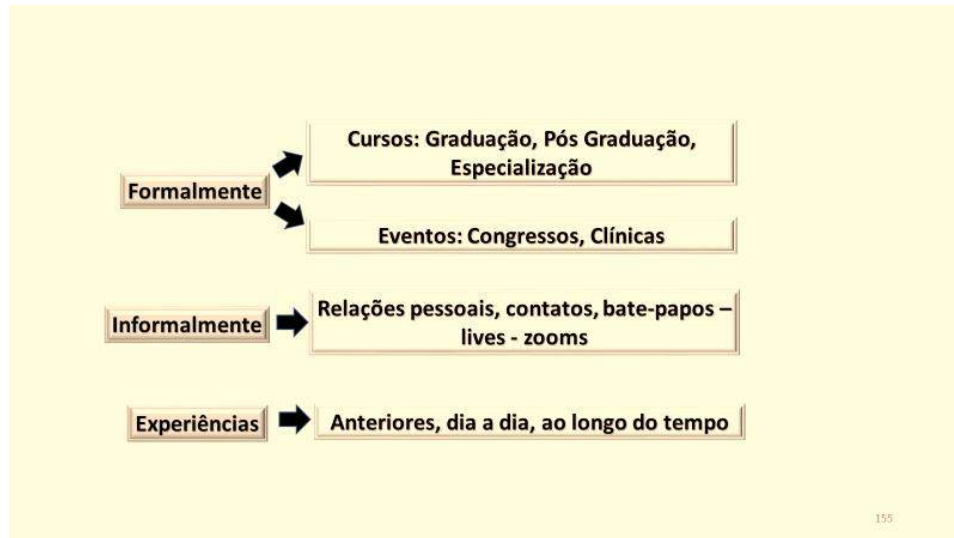
função da velocidade das informações que atualmente estão disponibilizadas nas redes sociais, cursos e clínicas.

Uma pesquisa realizada por estudiosos belgas, em 2009, apontou para nove pilares que apoiam os programas esportivos de países com sucesso em competições internacionais e programas de atividade física e esportes de sucesso junto à população em geral. Entre eles, tem destaque a **capacitação e desenvolvimento dos profissionais** envolvidos com esses programas.

Os demais pilares são: suporte financeiro, organização e estrutura de políticas esportivas, participação esportiva da população, identificação de talentos, apoio a ex-atletas, locais e equipamentos adequados, participação em competições internacionais e pesquisa científica.

A figura 11 mostra como o conhecimento pode ser adquirido em qualquer área de atuação.

Figura 11 – Como se adquire conhecimento



Fonte: De Rose Jr. (2021)

A capacitação profissional requer um rol de conhecimentos que proporcionarão ao profissional maior segurança e competência para desenvolver suas atividades. São eles:

- **Conhecimentos gerais:** englobam a história e cultura da sociedade ou da comunidade para a qual ele irá trabalhar
- **Conhecimentos gerais do esporte:** história do esporte, Jogos Olímpicos, grandes personagens, fatos históricos
- **Conhecimentos gerais da modalidade:** história do basquetebol mundial, nacional e local, as grandes conquistas, os grandes atletas
- **Conhecimento técnico e tático da modalidade:** capacidades e habilidades gerais envolvidas na sua prática, fundamentos, sistemas de defesa e ataque
- **Conhecimento das possibilidades pedagógicas da modalidade:** métodos de treinamento, métodos de ensino, planejamento

- **CONHECIMENTO DO ALUNO/ATLETA:** as características de cada faixa etária (físicas, biológica, maturacionais, cognitivas, psicológicas e sociais), as possibilidades de aprendizagem dos praticantes, seus limites, seus pontos fortes e pontos fracos

Não à toa que este último conhecimento foi colocado em destaque, pois, o considero o mais importante, principalmente para aqueles que atuam na fase de iniciação esportiva, dos 6 aos 10-11 anos. Isto também se estende às idades maiores, pois na adolescência é que ocorrem as maiores modificações no desenvolvimento dos jovens.

Para obter esses conhecimentos há uma série de disciplinas que o profissional deve ter em seu currículo. Essas disciplinas são obtidas nos cursos de graduação em educação física* e em cursos de especialização, cursos de curta duração ou clínicas de basquetebol. O corpo de conhecimento básico está contido nas seguintes disciplinas:

- **Disciplinas básicas** – que dão suporte científico às atividades (fisiologia, bioquímica, biomecânica, etc..)
- **Disciplinas específicas** – que são objeto do trabalho a ser desenvolvido (no caso o basquetebol)
- **Disciplinas de apoio pedagógico**– relacionadas à melhora das condições da prática ou da aplicação adequada da técnica e da tática (metodologia do ensino, pedagogia, didática)
- **Disciplinas relacionadas ao aluno** – que abordam a realidade e necessidade do aluno (crescimento e desenvolvimento, psicologia, desenvolvimento do talento esportivo)

Além delas um fator que pode auxiliar na atuação profissional é a experiência prática como atleta ou com atividades já desenvolvidas na área de ensino e aprendizagem tanto na educação física de forma geral, quanto no basquetebol.

A legislação brasileira prevê que o profissional para trabalhar como treinador ou técnico deve ter o curso de graduação em Educação Física. Em outros países não há essa exigência, mas os profissionais devem passar por cursos que, em média, duram 18 meses, abrangendo disciplinas básicas como fisiologia, treinamento esportivo, biomecânica, didática e disciplinas que abordam especificamente o basquetebol. Além disto para ter renovada sua licença o profissional deve passar por cursos de revalidação que são anuais. Alguns países que adotam esse critério: Argentina, Austrália, Canadá, Espanha e Itália.

Historicamente, a função do profissional que atua no esporte é entendida como ensinar técnicas e táticas, organizar as práticas ou treinos e avaliar os praticantes, inclusive utilizando os dados desta avaliação para critério de inclusão ou exclusão. No entanto quando essa atuação envolve as crianças o profissional tem que estar ciente de sua responsabilidade na formação integral dos indivíduos.

Quatro fatores são importantes quando se atua na formação das crianças:

- Saber dialogar
- Ser e agir de forma criativa
- Ser um agente mediador
- Exercer a autoridade

Saber dialogar

A criança necessita ser ouvida e compreendida. No processo ensino-aprendizagem o diálogo é fundamental para que haja completa interação entre os personagens desse processo.

Alunos e profissionais são seres que trazem suas histórias, vivências e competências que estão relacionadas com sua trajetória cultural e social. Surgem as diferenças e conflitos que somente poderão ser resolvidos a partir do diálogo franco e imparcial. Esse diálogo não se resume ao papel de autoritarismos do profissional e ao papel submisso dos alunos que simplesmente acatam as ordens.

O ambiente esportivo é rico em situações que promovem o diálogo e onde se desenvolvem a arte de falar e ouvir.

Ser e agir com criatividade

Alunos criativos pressupõe profissionais criativos. Um profissional criativo tem a capacidade de promover atividades que incitem os alunos a criar e a romper determinadas barreiras e rotinas.

É importante que o profissional busque e crie ambientes favoráveis à aprendizagem promovendo desafios e estimulando os alunos a buscar soluções próprias mediante os problemas que se apresentam. Este tipo de atitude provoca mudanças e transformações que exigirão uma mudança de comportamento dos profissionais elaborando diferentes estratégias de ensino, criação de novos materiais e adaptação do meio ambiente para a prática esportiva.

Ser um agente mediador

Um dos principais papéis do profissional é o de ser um mediador, facilitando e contextualizando os conteúdos e conhecimentos a serem transmitidos. Nesse papel é importante que o profissional estabeleça relações desses conteúdos com a realidade esportiva e, em alguns casos, com a realidade da própria vida de seus alunos. Todo conteúdo deve ter um significado.

Exercer a autoridade

Autoridade não significa autoritarismo. Neste caso o profissional se coloca na posição de dono da verdade não admitindo qualquer tipo de contestação em relação a suas atitudes e às atividades que ele propõe. A autoridade pressupõe uma relação de confiança e respeito entre o profissional e seus alunos.

O profissional deve estabelecer regras e limites que, se discutidos com o grupo, terão um resultado muito mais eficaz. Uma vez definidos os limites e regras todos deverão cumpri-los e qualquer rompimento dessa relação deverá ser exposta e resolvida pelo grupo.

Para uma intervenção de qualidade, o profissional deve basear sua atuação em um sistema de qualidade que abrange cinco aspectos:

- Comunicar o que será feito
- Fazer o que foi planejado
- Registrar o que foi feito
- Avaliar o que foi feito

- Atuar sobre as diferenças sobre o que foi planejado e o que foi executado

Comunicar o que será feito

É a primeira fase do sistema e tem relação com as primeiras decisões tomadas pelo profissional. Os profissionais antes de iniciar uma temporada têm uma ideia do trabalho que pretendem realizar com suas equipes. Essas ideias têm que estar fundamentadas em um planejamento. Planejar não é somente organizar sequencialmente as atividades e tarefas e estabelecer o tempo para realizá-las. Ele deve documentar as intenções e deixá-las claras aos alunos tanto para a temporada quanto para as sessões de treinamento. Esse documento é o primeiro passo para um sistema de qualidade do treinamento.

Fazer o que foi planejado

O objetivo desse aspecto é colocar em prática o que foi planejado e documentado na primeira etapa. Esse planejamento deve permitir ajustes no decorrer do processo. É importante que o profissional tenha flexibilidade para modificar o planejamento e tome decisões de acordo com o surgimento de novas situações.

Registrar o que foi feito

Esta fase tem como objetivo registrar a intervenção real do profissional, para que se verifique o que foi feito em relação ao planejamento inicial e em relação às modificações que acontecerem no decorrer do trabalho. É importante que esses registros sejam feitos de forma a permitir uma análise posterior.

Avaliar o que foi feito

É importante avaliar periodicamente o trabalho realizado tanto por uma avaliação interna (pelo próprio profissional) quanto por uma avaliação feita externa (por pessoas que tenham vínculo com a instituição para a qual trabalha). Para que a avaliação seja eficaz ela deve ser feita através de dados objetivos.

Atuar sobre as diferenças entre o que foi planejado e o que foi executado

O objetivo desta fase é analisar e refletir sobre as causas das diferenças provocadas entre o que foi planejado e o que foi efetivamente realizado. Esta análise e reflexão deve servir para que em futuros treinamentos essas diferenças não aconteçam. Essa análise embasa quatro decisões:

- Repetir as atividades que se mostraram eficientes
- Adequar o tempo de cada atividade na aula/treinamento
- Realizar ajustes ou modificações na organização das tarefas da aula/treinamento
- Adequar as estruturas das situações de aula/treinamento

Um outro aspecto que é fundamental para uma boa ação pedagógica do profissional que irá trabalhar na iniciação e nas categorias de base é que ele entenda e reconheça qual seu papel nesse processo. Seguem algumas “dicas” para melhor exercer esse papel e melhorar a atuação pode ser identificado a partir das seguintes sugestões:

- Evite comportamentos punitivos, hostis e controladores. Os comportamentos positivos e apoiadores são mais eficientes no treinamento para jovens
- Estabeleça objetivos realistas e que estejam ao alcance do jovem. Não exagere nas expectativas
- Adapte a atividade à criança e não a criança à atividade. Varie, crie condições para que a criança se sinta bem realizando os exercícios e jogos. Modifique as regras, se necessário. Essas mudanças podem melhorar o nível de participação e a motivação.
- Mostre para a criança quando ela erra. Mas é mais importante apontar soluções para a correção do erro.
- Seja entusiástico e participativo. O entusiasmo é contagioso. Sorria e seja simpático. O treino será muito mais agradável.
- Desperte o gosto e o interesse pela atividade física e esporte. Na fase de iniciação é importante que a criança goste do esporte e goste do que está praticando. É o primeiro passo para que ela prossiga na atividade
- Respeite as características individuais. Nesta fase as crianças não estarão em um mesmo padrão de desenvolvimento. Vão existir diferenças que devem ser observadas pelo profissional e que irão ter um impacto significativo no desempenho das atividades propostas. Portanto é necessário que se proponham atividades que respeitem o nível de desenvolvimento do aluno

- Incentive a prática de diferentes atividades motoras. É importante que a criança tenha diversas experiências motoras. Quanto maior o repertório motor com base nas habilidades motoras gerais (locomoção, estabilidade e manipulação) maior probabilidade de terem sucesso no desempenho das habilidades motoras específicas (fundamento do jogo). Uma criança que ainda não domina uma habilidade básica como a corrida, certamente terá grande dificuldade para aprender uma bandeja, por exemplo
- Crie um clima favorável para a aprendizagem que motive a criança e a deixe à vontade, sem pressões que possam atrapalhar seu desempenho e desmotivá-la para a prática do esporte. Adaptar, se necessário, a estrutura física (altura das tabelas, diminuição do espaço, bolas menores) e a dinâmica do jogo, criando regras para facilitar o envolvimento das crianças nas atividades. Além disso, é importante que a criança seja acolhida pelo grupo e pelo professor
- Valorize o esforço da criança pois nem sempre o produto da execução será o esperado pelo profissional. Muitas crianças se esforçam para fazer o seu melhor (que não é necessariamente o melhor esperado pelo professor) e esse esforço tem que ser reconhecido. Uma palavra de incentivo e um elogio comedido são muito bem-vindos nessa situação

- Não exponha deficiências individuais perante o grupo. Um erro individual deve ser tratado com cuidado e particularmente. A criança não pode ser exposta a uma situação constrangedora perante seus pares. O profissional deve orientá-la e corrigi-la quando necessário dando a ela a atenção merecida
- Aponte soluções. Criticar é fácil. Toda crítica deve vir acompanhada de uma solução para o problema
- Evite comparações. As crianças estão em diferentes níveis de desenvolvimento qualquer comparação será injusta. A criança deve ser comparada com ela própria. Toda nova aquisição de habilidades deve ser ressaltada mostrando a ela o quanto melhorou no decorrer do processo
- Estimule a criatividade dando à criança a oportunidade de tentar obter respostas próprias. Isto estimula a tomada de decisão mesmo que ela erre. O erro faz parte do processo de aprendizagem e a criança tem o direito de errar. O profissional, no caso, tem o dever de estimulá-la e mostrar caminhos para que a criança não repita os mesmos erros e encontre suas próprias soluções para situações que se apresentem. A criança deve ser desafiada. O desafio é um ótimo instrumento para a sua evolução. No entanto ele deve ser compatível com a capacidade de desempenho da criança. Um desafio mal elaborado pode representar uma ameaça e a criança “fugir” da atividade
- Estabeleça um clima de justiça perante o grupo partindo do princípio de que todos são iguais, independentemente

de suas habilidades. Ninguém deve ser privilegiado por ser melhor em qualquer atributo relacionado ao jogo. Todos devem receber o mesmo tratamento por parte do profissional, seja em uma situação de correção de algum fundamento ou para um apoio em assuntos extra quadra

- Proporcione oportunidades iguais de participação organizando sessões de treinos que envolvam todas as crianças, com muitas atividades e diversidade de material. Todos devem ter a mesma oportunidade de participar das atividades e de jogos e competições. Excluir uma criança de tais atividades é um passo para afastá-la da prática esportiva
- Pense no “futuro atleta” e no “futuro não atleta” pois ao trabalhar com iniciação, o profissional deve estar ciente que grande parte de seus alunos não se tornarão atletas.

As principais características de um bom profissional

Acessível	Comprometido	Convincente
Curioso	Desafiador	Estudioso
Formador	Humilde	Incentivador
Íntegro	Interessado	Justo
Líder	Observador	Participativo
Respeitoso	Responsável	Tolerante
	Transparente	

EDUCADOR

Mensagem final

A todos os profissionais que trabalham com basquete, especialmente na iniciação e na base deixo esta mensagem:

- O profissional deve estar preocupado com o desenvolvimento global do indivíduo (físico, motor, cognitivo, social e espiritual).
- Os resultados serão consequência deste trabalho.
- Ganhar ou perder são fatores inerentes ao esporte e isto deve ser parte do processo de formação.
- Ganhar não significa, necessariamente, ter sucesso, assim como, perder não significa ter fracassado.



APÊNDICE

DESPERTAR O GOSTO PELA PRÁTICA: O PRIMEIRO PASSO PARA UMA INICIAÇÃO POSITIVA NO BASQUETEBOL

Matheus Marin de Freitas

*Treinador de Basquete - Esporte Clube Pinheiros/SP
Mestre em Educação Física pela Universidade Federal do Espírito
Santo/Ufes*

A fase do gostar...

Neste exato momento, pare para pensar naquele(a) atleta que você é fã¹. E aí, pensou? Agora Imagine o quanto ele(a) se dedicou nos treinos, o quanto precisou ser disciplinado(a) e comprometido(a) com seus objetivos para chegar aonde ele/ela está, participando de competições e atingindo seu máximo rendimento (seja na NBA, Euroliga, NBB, ou em uma liga amadora regional).

Quando nos atentamos para a trajetória desse indivíduo, é natural pensar que houve um caminho de formação que ele percorreu, e que esse caminho teve um momento inicial, um momento que ele passou a conhecer na prática aquela modalidade, passou a “sentir na pele” o que é fazer uma cesta, o que é fazer parte

¹ Aqui eu não dissocio o atleta-profissional para o atleta amador (profissional-atleta), mas sim, do atleta para o não-atleta. Entendo que, sendo o indivíduo atleta profissional ou amador, em uma primeira fase de contato com o basquetebol, ele apresentou o gosto pela prática, e o desejo em continuar jogando este esporte.

de um grupo, como driblar, como passar, marcar. Isto é, foi inserido em uma rotina de atividades voltadas para este esporte (aulas/treinos).

Independentemente do modo como ele chegou até esta fase inicial (se foi por meio de um convite do professor de Educação Física da escola, se o avô que foi jogador o levou para uma aula experimental no clube, se viu um jogo na TV e depois descobriu um projeto social em seu bairro, ou outros motivos), ela merece destaque por ser seu primeiro contato com a modalidade. Esse contato foi sua iniciação, foi o primeiro passo da trajetória no esporte – ou como aprendi a chamar, foi a fase do *gostar*².

A fase do *gostar*, pensando nas “etapas” da formação esportiva, seria uma condição básica e uma importante preparação para a continuidade de estímulos positivos dentro da iniciação, neste caso, do basquetebol. Não seria interessante relacioná-la com a idade, mas com a condição que o indivíduo se encontra. Nesse caso, pode ser que um adolescente ou jovem também esteja iniciando na modalidade, portanto, ele estaria na *fase do gostar*. Mas até quando iria esta fase?

A partir do momento que o praticante consegue entender melhor o jogo formal, entender sobre o seu papel na equipe, a partir do momento em que há um envolvimento com estímulos mais complexos e específicos do esporte (sobretudo técnicos e táticos) e uma aproximação com competições, o sujeito ultrapassa a fronteira

² Tomo a forma de organizar o caminho formativo a partir de três níveis/fases: *gostar*, *comprometer* e *profissionalizar*.

do *gostar*, se comprometendo mais com uma prática “especializada” (em maior ou menor grau), avançando assim para outras fases/níveis.

Sendo assim, ele primeiro *gosta*, depois ele passa a se *comprometer* mais e, por fim, num próximo passo, se *profissionaliza* ou não no esporte. Um interessante olhar neste processo é que, se o praticante não se profissionaliza, o que fica nele (ou deveria ficar) seria o gosto e um certo compromisso/apego com a modalidade, favorecendo, mesmo que de modo indireto: a formação de um “amante do basquete”! alguém que irá consumir, fomentar e/ou permanecer na modalidade de outras formas, seja como treinador(a), pai ou mãe de atleta, como um(a) árbitro(a), investidor/patrocinador(a), atleta amador(a), pesquisador(a) do esporte, fisioterapeuta ou nutricionista esportivo, dentre outras.

Mas voltemos nosso olhar para o primeiro passo!

Antes de qualquer planejamento e cuidado com os aspectos relacionados ao ensino-aprendizagem das questões técnicas e táticas, deve-se ter total sensibilidade e atenção ao principal: aquele que participa dos treinamentos e está neste primeiro contato com o basquetebol, ele precisa voltar nos próximos treinamentos, e precisa voltar estimulado, satisfeito, ou no mínimo tendo vontade para realizar as atividades que são propostas, que são apresentadas. Este seria o primeiro objetivo!

A palavra gostar, num sentido amplo seria “tomar gosto por...”, é uma qualidade de quem aprecia, de quem se sente bem. Nesse caso, gostar do jogo, gostar do ambiente, gostar do Basquete seria fundamental. As próximas fases (fase do comprometer ou

intermediária, fase do profissionalizar ou avançada, por exemplo), seriam dependentes desta anterior, que tem seu foco na aproximação do indivíduo com a modalidade por meio de uma motivação, natural, sadia, pautada no prazer, no divertimento, no desafio alcançável, na execução de fundamentos possíveis, por exemplo.

Portanto, o amor pelo jogo nasce ali, na iniciação. Nela, a semente é plantada como dizem, e neste momento há de se entender e dar a devida importância a uma figura que tem um papel fundamental neste processo: *o(a) treinador(a)*.

Ter uma atuação positiva para despertar o gosto

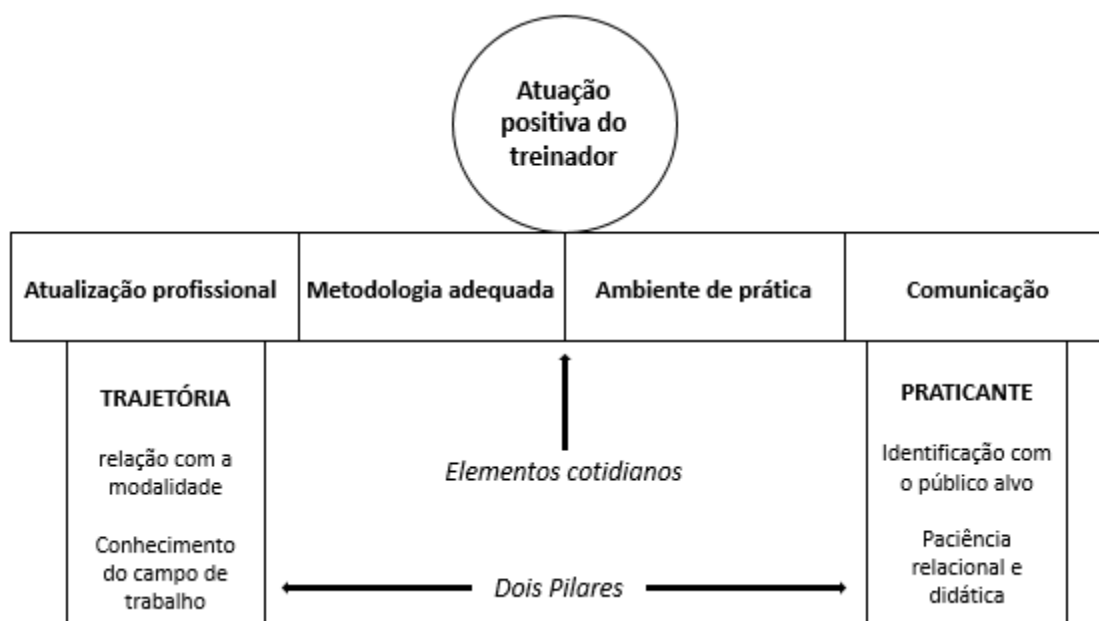
Há pessoas que estão diretamente ou indiretamente envolvidas no processo inicial do indivíduo no esporte, acompanhando, incentivando, como por exemplo, os familiares e/ou amigos, mas *o(a) treinador(a)* é quem “abre a porta” e apresenta a modalidade de forma específica, no dia a dia, passo a passo. É ele/ela quem direciona o olhar do praticante para um caminho possível dentro da modalidade (e por que também não fora dela?), é ele/ela quem planeja o treino, quem diz quando aquele sujeito participará de um campeonato ou festival, é ele/ela quem avalia os limites e possibilidades em todos os aspectos de intervenção no ambiente de aprendizagem (técnicos, táticos, físicos, sociais).

Aqui, chegamos ao ponto central: *despertar o gosto pela prática do basquete passaria então “pelas mãos” do(a) treinador(a)!* Dependendo da intencionalidade ou modo com que ele(a) conduz suas ações, oferecerá estímulos positivos ou negativos para gerações

de indivíduos que irão conhecer o basquete por meio de seu trabalho. Diante disso, qual seria o ponto de partida para a realização de um bom trabalho na iniciação, despertando nos praticantes o gosto pela modalidade? Qual caminho o treinador deve trilhar para oferecer estímulos positivos?

Seguindo tais questionamentos, destaco abaixo uma imagem (Imagem 1) em que procuro ilustrar o que, a meu ver, sustentaria um bom trabalho na formação esportiva e, sobretudo, na iniciação. Nela, a *atuação positiva do treinador* (representada por um círculo) tem seu equilíbrio a partir da existência dos *elementos cotidianos* (expostos como se fossem caixas interligadas) que, por sua vez, apresentam-se e são sustentados por *dois pilares*.

Figura 1. *Dois pilares e os elementos cotidianos que sustentam uma atuação positiva do treinador.*



Realizando uma comparação com um círculo que se mantém em equilíbrio sob influência de algumas ações, a atuação do treinador tende a ficar instável quando ele desconsidera essa “estrutura base”, ou parte dela. Isto posto, experimente, olhando para a imagem, retirar/desconsiderar um dos *pilares* ou um dos *elementos* (caixas). Como o círculo da atuação positiva se manteria sustentado/em equilíbrio? Não seria possível.

Nesta estrutura, denomino os *Dois pilares* de: **Trajatória e Praticante.**

No momento em que se decide trabalhar como treinador, é importante avaliar a *trajetória* de vida (passado, presente e futuro) a fim de definir se o passo para uma carreira profissional está sendo dado de modo seguro (aqui, construímos o primeiro *pilar*). Nesta avaliação da trajetória, seria necessário: a) refletir sobre sua relação como a modalidade – Por que o basquete? Qual seu vínculo com esta modalidade? Você domina os conhecimentos específicos desta modalidade? O quanto você conhece sobre a história e o legado deste esporte? o quanto gostaria de fomentá-lo e utilizá-lo como instrumento de educação e desenvolvimento de pessoas? b) observar o campo de trabalho – como se encontram as condições estruturais, possíveis locais para exercer a função, condição salarial em sua região; c) realizar uma projeção sobre sua trajetória como treinador – Onde pretende atuar? Como gostaria de ser reconhecido ao trabalhar como treinador?

Após definir por “encarar” a profissão (tendo consciência dos seus pontos negativos e positivos) construiríamos o segundo *pilar*,

pautado na identificação com o *praticante*. Neste caso, não basta querer ser treinador de basquete, é importante se identificar com quem você estará em contato cotidianamente.

Na iniciação, na fase do gostar, grande parte são crianças, e aqui cabe avaliar sobre seu nível de segurança para se trabalhar com este público. A meu ver, esta avaliação parte do nível relacional (ter respeito, empatia e saber interagir/se comunicar), do nível de conhecimentos específicos desta fase da vida (entender sobre desenvolvimento, comportamento e crescimento infantil) e do seu nível de paciência didática (o treinador necessita ser paciente para lidar com as diferentes circunstâncias no processo de ensino, respeitando o processo de formação sem antecipar estímulos não condizentes com o nível e/ou faixa etária).

Por fim, após ter os *pilares* construídos, a busca por uma atuação positiva seria potencializada a partir do momento que o sujeito/treinador se esforça e se aproxima dos **Elementos Cotidianos**. Aqui, após decidir pela profissão e se identificar com o público, o treinador traria para sua rotina de trabalho, hábitos relacionados à:

- *Atualização profissional*: é necessário acompanhar a dinâmica das discussões sobre a área em que atua a partir de cursos, clínicas, especialização e/ou leituras.
- *Metodologia direcionada*: o praticante aprende quando há motivação acompanhada de uma orientação adequada no processo de ensino, portanto, deve-se alinhar uma metodologia que respeite a fase (iniciação), valorizando o

prazer pela prática, a ludicidade com atividades desafiadoras e com objetivos possíveis de serem atingidos, aumentando o grau de êxito.

- *Ambiente de prática*: favorecer um ambiente condizente com uma prática prazerosa, oferecendo um lugar de relações sociais saudáveis somado ao espaço físico apropriado e com materiais adequados.
- *Boa comunicação*: se expressar bem, não somente no momento de intervenção dos treinos, mas também com os sujeitos ao seu redor - diretor, supervisor e pais/responsáveis. Pela boa comunicação, você consegue apresentar seu perfil como formador, sobretudo diante de pessoas não especialistas que, em casos, cobram resultados a curto prazo pois não entendem a iniciação como uma etapa, mas como um fim. Pela boa comunicação, demonstrará segurança para quem confia a nós o cuidado de seus filhos, netos, sobrinhos.

Enfim...

Despertar o gosto pela prática é o primeiro objetivo na iniciação do basquetebol. Nesse contexto, a ideia apresentada surge como um ponto de partida, uma base que dá direção para uma atuação positiva e, por consequência, favorece a busca por tal objetivo.

Não basta o treinador ser reconhecido como sujeito importante nesta etapa somente no sentido que quem o vê – ele precisa se reconhecer, entender sua responsabilidade e agir de modo que favoreça uma iniciação positiva, dando estímulos corretos para a

prática. Nesta primeira fase não sabemos se a criança ou adolescente se tornará um atleta profissional. Não devemos enxergá-los como mini adultos, mini atletas ou atletas em potencial, deve-se ter um olhar mais amplo, integral. O desenvolvimento infantil é único – não existem duas oportunidades de ser criança, um gesto pode marcar todo o desenvolvimento de uma pessoa, por isso, antes de pensar em “promover” o campeão, “criar” um atleta, devemos contribuir para o desenvolvimento do homem em sua infinita potencialidade, e o primeiro passo para isso é ele gostar, apreciar, se sentir bem com o que ele tem contato - aqui, do esporte, do basquetebol.

MINI ATLETAS AMESTRADOS

Prof. Dr. Marcelo Massa

Professor Associado – Escola de Artes, Ciências e Humanidades USP

Instrutor Credenciado - FIFa

Como praticante que sou, interessado, curioso e apaixonado pelo esporte, há tempos deparo com indagações acerca da idade ideal para que uma criança inicie a se especializar em uma determinada modalidade esportiva. Desde os tempos da minha infância e adolescência essa pergunta vem se perpetuando, seja nas inquietações dos meus pais sobre a mais adequada orientação esportiva que poderiam me dar, seja na minha atividade profissional – na qual ao longo dos últimos 15 anos não me furto a responder, fundamentar e justificar aos questionamentos dos meus alunos de graduação e pós-graduação.

Contudo, é no ambiente social que convivo diariamente que, frequentemente, recebo esse tipo de questionamento, envolvido pelo contexto e/ou indagado por meus pares, amigos e familiares que possuem filhos em idades transitando entre a infância e a adolescência.

A pergunta mais recorrente é: Quando devo especializar meu filho em uma única modalidade esportiva?

Responder a esta pergunta demanda uma série de itens referentes ao contexto multifatorial de crescimento e desenvolvimento da criança, que envolve, além das características biológicas, os fatores psicológicos, sociais e motores.

Inicialmente, gosto de estabelecer um paralelo e responder afirmando que ninguém em sã consciência permitiria e especializaria seu filho aos 7, 8, 9 ou 10 anos de idade em uma única matéria da grade do Ensino Fundamental. Afinal, para que seu filho tenha capacidade de realizar escolhas futuras maduras e articuladas é preciso que o processo de aprendizagem envolva a oportunidade de se aproximar de uma série de saberes, degustando e se apropriando de disciplinas distintas que, quando encadeadas, irão compor a base da formação do indivíduo, permitindo a ele a aquisição e descoberta de diferentes habilidades e prazeres para uma interação harmoniosa com a sociedade e, sobretudo, com sua vida.

Sem essa possibilidade de formação diversificada nos anos da infância, caso nos entregássemos ao equívoco da especialização precoce, nossos filhos seriam nada mais que projetos de educação amestrada, semelhante aquilo que fazem com alguns animais que repetem modelos e habilidades predeterminadas e/ou estereotipadas. Infelizmente, para minha angústia, não é raro nos depararmos com espetáculos deploráveis na televisão, nos quais “crianças amestradas” aparecem como “minimodelos”, “mini apresentadores”, “mini cantores”, “mini matemáticos”, “miniartistas” e assim por diante.

Nessa perspectiva, nossos filhos se tornariam “mini atletas amestrados”, dominantes de um número insignificante de habilidades, que repercute positivamente e salta aos olhos de quem vê e analisa apenas o momento, mas que sucumbe ao tempo, demonstrando fragilidade e inconsistência psicológica, social, física e motora para sustentar o alto rendimento na fase adulta. Para tanto,

basta lembrar dos animais que são criados em cativeiro e que não podem retornar ao meio natural por não terem habilidades e cultura suficiente para prevalecer no habitat.

Ou então, sem a necessidade de citar nomes, basta analisar o que tem ocorrido com diversos atletas que chegam na fase adulta com habilidades desenvolvidas em estágios elementares, apresentando possibilidades de desempenho limitadas para aquilo que se espera de um atleta profissional completo e talentoso.

Ora, uma criança especializada precocemente numa única modalidade esportiva corre exatamente o mesmo risco. Em curto prazo, tudo parece lindo e maravilhoso, pois as habilidades afloram, o desempenho logo surge e todos se entusiasmam, parecendo indicar o aparecimento do talento esportivo dentro da família. Contudo, em médio e longo prazo, o que se observa é que crianças especializadas precocemente podem contrair problemas de origem motora, apresentando um repertório motor limitado para a autonomia de construções habilidosas e desempenhos futuros, inclusive na modalidade em que foram especializadas.

Além disso, a especialização precoce gera cargas emocionais intensas para a criança, inibindo a herança mais rica da aprendizagem esportiva – que é o prazer pela prática e a descoberta das habilidades motoras, bem como de suas múltiplas e infinitas combinações. Ou seja, aos poucos a criança especializada precocemente tende a se sentir entediada pelas cobranças por gestos motores estereotipados e resultados imediatos, ficando reticente à prática, podendo gerar o

processo de abandono da modalidade e inclusive a perda de um futuro talento.

Portando, os pais precisam guardar cautela quanto ao processo de iniciação e formação esportiva. Em relação ao repertório motor, antes de se pensar em qualquer especialização esportiva, existe uma sequência de desenvolvimento motor que merece ser respeitada. Entre os 2 e 7 anos de idade a criança está na Fase Motora Fundamental e precisa ter oportunidade, instrução e encorajamento para adquirir habilidades básicas (ex. andar, correr, saltar, arremessar, receber, rebater, girar, rolar, entre outras). Em seguida, entre os 7 e 12 anos de idade, a criança deve vivenciar a Fase Motora Especializada que consiste na combinação das habilidades básicas anteriormente adquiridas.

Assim, em linhas gerais, apenas depois do refinamento e combinação das habilidades fundamentais é que a criança está pronta para escolher e ser direcionada – com base nas experiências, aptidão e prazeres descobertos – para especialização em uma única modalidade esportiva, por volta dos 12 anos de idade.

JOGOS E BRINCADEIRAS PARA A APRENDIZAGEM DO BASQUETEBOL

Prof. Dante De Rose Junior

Professor Titular - USP

Um tema que chama a atenção, entre tantos que são importantes nas fases iniciais da aprendizagem do basquetebol diz respeito aos jogos e brincadeiras.

Na fase inicial da aprendizagem esportiva (por volta dos 6 aos 11 anos) a brincadeira e os jogos são fundamentais para que a criança tome gosto pelo jogo e passe a compreendê-lo melhor. Isto não significa que essas atividades não possam ser ministradas aos mais velhos, inclusive para atletas de alto rendimento com o objetivo de quebrar a cansativa rotina de treinos.

Esses jogos e brincadeiras têm a importante função de “apresentar” o jogo real e seus fundamentos àqueles que estão tendo os primeiros contatos com uma modalidade esportiva.

Considerando o caráter altamente lúdico que deve prevalecer nesta fase da aprendizagem, alguns aspectos devem ser considerados para que os jogos e brincadeiras atinjam seus objetivos:

- Privilegiar a totalidade do grupo. Ou seja: os jogos devem ser elaborados pensando na participação da maioria dos praticantes, independentemente de sua condição e nível de desenvolvimento
- Considerar a importância do reconhecimento do espaço a ser utilizado pelos praticantes

- Estabelecer regras simples que não confundam ou limitem a ação dos praticantes. Essas regras poderão ser modificadas e adequadas ao nível do grupo e podem se tornar mais complexas à medida que o grupo evolua e passe a compreender melhor a atividade
- Partir de uma situação de jogo que possa ser trabalhada de maneira simples e objetiva
- Ter um potencial educativo e que promova o desenvolvimento não só dos aspectos físicos, técnicos e táticos, mas principalmente, a aquisição de valores como a divisão de responsabilidade, cooperação, respeito aos colegas e oponentes
- Ser motivante a ponto de a criança querer voltar à aula e cada vez participar mais
- Instigar a criança a criar, tomar decisões e “pensar o jogo”. Promover desafios que a levem a resolver problemas decorrentes das situações propostas
- Possibilitar a participação do maior número possível de crianças, dando a todos as mesmas oportunidades

Ao partir de situações de jogo, essas atividades gerarão um problema a ser resolvido. E neste caso as crianças devem ser estimuladas a encontrar as respostas necessárias sem uma intervenção compulsória dos professores. Ao encontrar essas respostas a criança terá uma mudança em sua atitude comportamental, melhorando seu desempenho e a compreensão da situação. Neste momento, o professor poderá intervir com

pequenas correções ou orientação no sentido de instigar a criança a buscar seu melhor desempenho.

O ciclo é fechado com a aquisição de novas habilidades que possibilitarão à criança dar um salto de qualidade e encarar novos desafios e situações de jogo mais complexas.

De uma forma geral, essas atividades podem ser criadas a partir de várias condições que levam em conta o nível dos praticantes, a estrutura e materiais disponíveis e a complexidade das situações propostas.

Desta forma os jogos e brincadeiras podem ser:

- 🏀 Com ou sem bola;
- 🏀 Em espaço livre ou espaço delimitado;
- 🏀 Com cooperação;
- 🏀 Com oposição (estática e dinâmica)
- 🏀 Com cooperação e oposição.

Como já foi dito, as regras devem ser introduzidas gradativamente e podem ser modificadas à medida que o grupo evolua ou que o professor perceba que essa mudança possa servir de agente motivador da atividade.

Finalizando, é importante ressaltar que o professor deverá agir como incentivador do grupo, propondo desafios e não oferecendo respostas prontas para que a criança aja de acordo com a sugestão do professor e não de acordo com sua capacidade de pensar e agir.

A sequência adotada parte de Jogos e Brincadeiras, Jogos Pré Desportivos e Jogo Real.

Os **Jogos e Brincadeiras** são aqueles organizados para a apresentação do esporte (ou dos esportes) sem grandes preocupações com as regras oficiais, privilegiando a participação e o “tomar gosto” pelo esporte. As tradicionais brincadeiras populares como “mãe da rua”, “queimada”, “pique bandeira” podem ser instrumentos importantes para o desenvolvimento das habilidades básicas como correr, saltar, esquivar, mudar de direção, entre outras e que serão importantes posteriormente para a aquisição e desempenho das habilidades específicas ou fundamentos do jogo.

Os **Jogos Pré Desportivos** têm a característica de aproximar gradativamente o praticante do jogo real. Com eles os praticantes podem ser orientados à execução correta dos fundamentos e o conhecimento de regras básicas. A tática começa a ser enfatizada, os espaços delimitados e as correções podem acontecer progressivamente.

Tanto nos “jogos e brincadeiras” quanto nos “jogos pré desportivos” a definição da pontuação pode ser muito variada. Não há padrões para definir como os pontos serão computados. O professor poderá variar de acordo com a evolução do jogo e o desenvolvimento dos praticantes.

Já o “**Jogo Real**” é a expressão da prática da modalidade em sua totalidade. A execução dos fundamentos deve ser observada e corrigida na medida da necessidade, as regras devem ser observadas (porém admitindo-se adaptação em função do nível do grupo) e situações táticas individuais, grupais (duplas, trios...) podem ser introduzidas de forma mais clara.

Sugestões de Jogos e Brincadeiras e Jogos Pré Desportivos

1. Mãe da rua 1: um aluno colocado na linha central da quadra. Os demais na linha de fundo em duplas. A dupla sai e deve ultrapassar o aluno no centro da quadra sem ser pego. Pode-se aumentar o número de pegadores, aumentando-se também o número de fugitivos (2 x 3; 3x4). Para dificultar a ação dos fugitivos pode-se colocar cones para delimitar o espaço por onde devem passar
2. Mãe da rua 2: o mesmo exercício, permitindo que o (s) pegador (es) se desloquem à frente até o limite da linha de voleibol por exemplo
3. Pega-pegas: alunos dispostos pela quadra (o espaço deve ser delimitado em função do número de crianças que participam da brincadeira). Um aluno é o pegador. Os demais fogem e os que forem pegos devem se tornar pegadores
4. Pega-pegas corrente: o mesmo exercício. Os alunos pegos devem formar uma corrente dando-se as mãos e deslocando-se sem quebrar a corrente. Depois de um certo número de crianças pegadas a corrente pode ser dividida
5. Queimada: o mesmo exercício. O pegador com bola deve encostá-la no fugitivo. Em duplas a bola poderá ser passada entre eles e ir acrescentando bola na medida que as crianças sejam pegadas
6. Pega rabinho: todas as crianças colocam uma fita ou colete no calção. Todos são pegadores e fugitivos. Eles devem tentar pegar o rabinho de um colega.

7. Pega rabinho por equipe: o mesmo exercício dividindo-se em duas ou três equipes com rabinhos de cores diferentes. Ao final de um tempo estabelecido a equipe que tiver o maior número de rabinhos será a vencedora. Mesmo aqueles que perderem seu rabinho poderá continuar no jogo colaborando com sua equipe
8. Derruba cones: cones de duas cores espalhados pela quadra. Duas equipes com cores definidas. Os alunos correm pelo espaço tentando derrubar os cones da equipe adversária. Ao mesmo tempo poderão colocar seus próprios cones em pé novamente. Ao final do tempo determinado a equipe que tiver o maior número de cones em pé será a vencedora
9. Duas equipes colocadas em círculo no final da quadra. Os alunos deverão ser numerados de acordo com o número de participantes (recomenda-se de 4 a 6). Eles trocam passes entre si aleatoriamente. O professor chama um número e este deverá finalizar do lado contrário. Se o número chamado não estiver com a bola, quem estiver com ela deverá passar ao aluno chamado para que ele finalize. A equipe que primeiro finalizar e acertar o alvo ganha o ponto
10. O mesmo exercício. O professor chama um número e este e seu companheiro com o número seguinte deverão trocar passes e finalizar.
11. Idem a 10 mas somente uma equipe com bola. Eles trocam passes. A outra equipe se movimenta no espaço delimitado. O número chamado com bola deve tentar finalizar e o correspondente sem bola tentará marcar. Aumentar para duplas, trios etc.. Ao invés de chamar números o professor

- poderá definir por números par e ímpares, fazer pequenas operações matemáticas e definir quem ataca, par ou ímpar
12. Duas equipes em meia quadra. Dois aros colocados um em cada lateral. O professor lança a bola. A equipe que obtiver sua posse tenta colocar a bola em qualquer um dos arcos marcando o ponto.
 13. Idem definindo o lado onde a finalização deverá ser feita
 14. Idem definindo número de passes para possibilitar a finalização
 15. Duas equipes distribuídas pela quadra (o espaço dependerá do número de participantes). A equipe com bola tenta trocar 10 passes consecutivos. A cada perda de bola a contagem volta ao zero. Os alunos podem se movimentar livremente, inclusive correndo com a bola na mão para fazer o passe
 16. Idem mas o aluno que recebe a bola não poderá devolvê-la a quem a passou
 17. Idem mas não permitindo correr com a bola na mão. Para se movimentar com bola ele deverá driblar o conduzi-la com os pés
 18. Idem com um aluno (ou mesmo o professor) colocado no círculo central. O objetivo é depois dos 10 passes a bola ser passada ao aluno que estiver no círculo não podendo haver invasão do mesmo por parte das equipes
 19. Idem definindo uma meta para finalização depois dos 10 passes. As metas podem ser colocadas (gols ou cestas) nos dois lados da quadra
 20. Idem definindo lado para finalização

21. Idem colocando-se um “capitão” em uma área delimitada (área do handebol, futsal ou garrafão do basquete). Depois de 10 passes a bola deve ser passada ao “capitão” que em uma única tentativa deverá finalizar. No caso do futebol, futsal e handebol o capitão que não receber a bola poderá ser o goleiro
22. Idem. O capitão que não receber a bola pode tentar impedir a finalização

O ACOLHIMENTO ESPORTIVO - UMA PRÁTICA PEDAGÓGICA

Sarith Anischa
Psicóloga
Treinadora Pirituba Basketball

O papel do professor/técnico vai muito além do cuidado, conhecimento do corpo e aprendizagem sobre qualquer modalidade. Quando está em contato com outra pessoa, esse profissional tem que entender que precisa também cuidar dessa mente, que muitas vezes carrega medos e anseios em relação a prática esportiva.

É sabido que todo início não é fácil, por isso trago um conceito que vem da Psicologia e com as ressalvas necessárias, incluo o acolhimento na modalidade esportiva, como uma prática pedagógica.

Acolher é um ato de abraçar, de dar abrigo. Há um conceito parecido no âmbito escolar, quando uma criança inicia em uma nova escola ou quando tem alguma deficiência física, cognitiva etc. Contudo quando falamos das práticas esportivas, esse conceito é deixado de lado.

O acolhimento esportivo pode ser definido como a aceitação das pessoas tais como são e a receptividade para com as limitações físicas, emocionais e sociais que vierem a apresentar. A sensação de fragilidade e vulnerabilidade impactam diretamente na autoestima e isso resvala nos rendimentos esportivos. O que proponho é o reconhecimento de que o ser humano é capaz de agir para o bem e para o mal, mostrando que agir positivamente é um caminho mais nutritivo. Tornar o ambiente, e as relações que nele acontecem, mais propícios ao bem-estar e a relação de ajuda é valorizada em si mesmo,

que existe empatia, solidariedade e cooperação por parte do profissional.

Os clubes esportivos e as escolinhas voltadas para esportes individuais e coletivos, dependendo da atividade não exigem idade mínima ou máxima, abrangendo uma quantidade de alunos de idades distintas. O que influencia diretamente na maneira que o professor tem que se adequar para desenvolver cada um de seus alunos sem desmotivá-los.

Além de práticas individuais não podemos esquecer que nos esportes coletivos, o comportamento do atleta é pautado no coletivo, na validação de seus técnicos, colegas de atividade e pessoas que convive, além de fatores biológicos, motores e psicológicos.

A modalidade a qual tenho maior familiaridade é o basquete, que mesmo tendo algumas conquistas internacionais não vive no melhor cenário há tempos, além de algumas escolinhas e clubes não terem professor/técnico com a capacidade de acolhimento e motivação para com o atleta, vários outros fatores podem influenciar o abandono da prática, como falta de estrutura e falta de recursos adequados. A partir desse panorama, podemos entender que não é fácil para o ele, ministra uma aula de qualidade, muitas vezes por falta de recursos físicos, contudo essas crianças e jovens, sonham em ser jogadores; em conhecer uma nova modalidade ou até mesmo entrar/manter a forma; por isso chegar em uma quadra e ser acolhido, pode fazer toda a diferença em suas vidas.

O acolhimento

A criança é um sujeito que vai construindo experiências a partir de suas vivências e a função do professor/técnico é ser uma ponte para que a aprendizagem aconteça de forma facilitada, por isso não se oferece a resposta antes de existir a pergunta, a criança deve aprender com os desafios apresentados, com a frustração, com a criatividade que possui, para que tenha a possibilidade de pensar/agir e escolher a melhor forma para solucionar uma situação. A função do adulto é essencial, pois ele vai construindo um caminho junto com o aluno.

A prática pedagógica do professor/técnico se faz na inclusão de conteúdos, na implementação de métodos e na exploração de atividades e tarefas que reforcem positivamente o aprendizado, e o aluno alcance de forma gradativa o objetivo.

Muitos alunos, não possuem competências motoras, seja pela idade, seja pela falta de conhecimento em relação à modalidade, ou pela inserção da tecnologia que os deixou mais sedentários, sem acesso às brincadeiras de rua, que antigamente deixava os jovens mais ativos e trabalha a coordenação motora na ludicidade.

Nesse contexto, entendo que se não se sentirem acolhidos quando chegam em suas atividades esportivas, não terão vontade de retornar ou evasão acontecerá nos primeiros encontros.

Essa é mais uma função professor/técnico, ter o discernimento de que cada aluno está em uma fase do desenvolvimento e pedir muito mais do que ele pode oferecer é no mínimo desumano. Deve-se adaptar (de acordo com a característica de cada equipe) uma forma dos alunos se sentirem livres para terem autonomia e tratarem o erro como ponte para a aprendizagem, não como um fracasso.

Acolher, portanto, consiste em um apanhado de situações, desde a recepção ao aluno, a apresentação aos outros alunos, ao entendimento das restrições individuais (físicas/cognitivas e motoras), ao reforço positivo em relação ao exercício executado, à baixa do retorno negativo (ele não vai ajudar nunca), ao comportamento do técnico em relação ao seu linguajar e sua forma de falar com o aluno, a ruptura de paradigmas negativos que o aluno já carrega de outros ambientes, a conversa com os pais, ao conhecimento da história daquela vida que a partir daquele momento, fará parte da vivência daquele profissional.

O professor/técnico tem todos os dias a possibilidade de ver alguém sorrir porque está fazendo um bom trabalho. Porque ao contrário do que muitos pensam, não falamos somente de formação de jogadores e sim, de formação de cidadãos, com os ensinamentos esportivos que reverberarão na vida desses atletas por anos.

O cuidado se dá para que o aluno tenha uma memória afetiva desse momento e carregue com ele a alegria de ter iniciado a atividade física.

DICAS PARA SER UM BOM ESPORTISTA

Prof. Dante De Rose Junior

Ser um atleta é o sonho de muitas crianças e jovens. No entanto, por uma série de fatores e circunstâncias da vida, nem sempre isto é possível. Estudos, trabalho, lesões e até mesmo condições sociais e financeiras impedem a maioria de seguir este caminho.

Mas há um caminho que é possível para todos aqueles que amam o esporte e querem continuar praticando mesmo que seja de forma lúdica e que possa servir de uma atividade para a manutenção da saúde física, mental, psicológica e espiritual.

Seguem algumas dicas para quem quer praticar esporte, seja qual for o objetivo desta prática.

- Qualquer que seja seu objetivo, procure sempre um profissional capacitado
- O exame médico é essencial para a prática esportiva em qualquer nível
- Se seu objetivo é ser um atleta pratique vários esportes antes de escolher um deles. Lembre-se que a escolha deve ser sua
- Assista jogos de vários esportes para conhecer a dinâmica de cada um
- Conheça a história, características, grandes equipes e atletas do esporte escolhido

- Escolha ídolos que tragam bons exemplos dentro e fora da quadra
- Se seu objetivo é se tornar um atleta treine muito. Não falte aos treinos. Aproveite seu tempo em quadra
- Respeite seu técnico. Ele é experiente e competente o suficiente para te ajudar a evoluir. Aproveite todas as suas orientações
- Respeite seus colegas, adversários e árbitros
- Quando assistir a um jogo não seja somente um torcedor. Observe o comportamento dos atletas e como eles jogam
- Vitórias e derrotas fazem parte da vida de um esportista. Saiba aproveitar as lições que elas trazem
- Antes de querer ser uma estrela seja você mesmo. O sucesso vem com muita dedicação e trabalho
- Se seu objetivo é praticar um esporte de forma lúdica para manutenção da saúde tenha uma rotina para a prática da atividade
- Mantenha regularidade. Não seja um “atleta” de final de semana. Isto pode trazer sérios prejuízos para sua saúde
- Se for procurar uma academia verifique as condições da mesma e se os profissionais que nela atuam são credenciados para exercer a profissão
- Converse com os profissionais expondo seus objetivos, suas expectativas e suas limitações

- Atividades ao ar livre são recomendadas. Dê preferência a parques ou ruas tranquilas com pouco trânsito
- Comece com exercícios leves (ex: caminhada) e à medida que vai adquirindo melhores condições físicas aumente a intensidade (ex: corrida) sempre sob a supervisão de um profissional capacitado
- Cuidado com os excessos
- Alimente-se bem. O descanso também é importante
- Estudo e esporte devem caminhar juntos. A educação é a base de tudo na vida
- Se não conseguir ser um atleta pense que o esporte pode te dar outras oportunidades
- O esporte vai te trazer saúde, prazer, amizades, diversão, responsabilidade e muita felicidade



BIBLIOGRAFIA

BARBANTI, V.J. **Formação de esportistas**. Barueri: Manole, 2005.

BRADLEY, B. **Values of the game**. New York: Artisan, 1998.

DE ROSE JR., D. **Modalidades esportivas coletivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

DE ROSE JR. D. **Esporte e atividade física na infância e adolescência**. Porto Alegre: Artmed, 2010.

DE ROSE JR., D.; CAMPOS, R.R.; TRIBST, M. Motivos que llevan a la práctica del baloncesto: um estudio com jóvenes atletas brasileños. **Revista de Psicología del Deporte**, 10, 2, p.293-304, 2001.

DE ROSE JR. D.; PINTO FILHO, T.; CORREA NETO, W. **Minibasquetebol na escola**. São Paulo, Ícone, 2015.

DE ROSE JR., D.; TRICOLI, V. **Basquetebol do treino ao jogo**, 2ª ed. Barueri: Manole, cap. 1, 3, 6, 10, 11, 2017.

DE ROSE JR., D.; VASCONCELLOS, E.G. **Basquetebol: stress e alto rendimento**. Belo Horizonte: Dialética, 2020.

DE BOSCHER, V. et al. Explaining international Sporting success: na international comparision of elite sport system and policies in six countries. **Sport Management Review**, 12, 113-136, 2009

ECOLE. **Guias Didáticos**. São Paulo: UNESCO – SEME.

<https://ecoleseme.wordpress.com/edicoes-on-line/> 2014

FERREIRA, A.E.X.; DE ROSE JR., D. **Basquetebol técnicas e táticas: uma abordagem didático-pedagógica**. São Paulo: EPU, 2010.

GALLAHUE, D. L.; OZMUN, J. C.; GOODWAY, J. **Compreendendo o desenvolvimento motor: bebês, crianças, adolescentes e adultos**. Porto Alegre: McGraw-Hill, 2013.

GONZALEZ, R.H. & MACHADO, M.M.T. **Pedagogia do esporte: novas tendências**. Uberlândia: Tavares e Tavares, 2017.

GRECO, P.J. **Iniciação esportiva universal: metodologia da iniciação esportiva na escola e no clube (vol 2)**. Belo Horizonte: UFMG, 1998

GRECO, P.J.; BENDA, R.N. **Iniciação esportiva universal: da aprendizagem motora ao treinamento técnico (vol 1)**. Belo Horizonte: UFMG, 1998

INSTITUTO AYRTON SENNA. **Educação pelo esporte**. São Paulo: Saraiva, 2004.

LARA-BERCIAL, S. Iniciación deportiva y proyecto iCoachKids.
<https://www.youtube.com/watch?v=-9oU1XU8KAc>

LORENZO, A.; IBAÑEZ, S.J; ORTEGA, E. **Aportaciones teóricas y prácticas para el baloncesto del futuro**. Extremadura (Esp), Wenceulen, 2009.

KORSAKAS, P. (2002) O esporte infantil: as possibilidades de uma prática educativa. In: DE ROSE JR, D. (org.) **Esporte e atividade física na infância e na adolescência: uma abordagem**

multidisciplinar. Porto Alegre: Artmed Editora. p.39-49.

MARONEZE, S. Basquetebol: manual de ensino. São Paulo: Ícone, 2013.

MEDINA, A. A.; IBAÑEZ S, G. **El camino hacia la excelência em baloncesto. Extremadura (Esp)**: Wanceulen, 2012.

MEIRA JR., C.C.; DE ROSE JR. D.; MASSA, M. **Iniciação aos esportes coletivos**. São Paulo: Edições EACH, 2020. Disponível em <http://www.livrosabertos.sibi.usp.br/portaldelivrosUSP/catalog/book/497>

MONDONI, M. **Il minibasket in cartela**. Perugia (Ita): Basket Coach.net, 2016.

OLIVEIRA, V.; PAES, R.R.; VAGETTI, G.C. **Basquetebol: pedagogia, aprendizagem e desenvolvimento**. Londrina: Sport Training, 2020.

PAES, R.R.; BALBINO, H.F. **Pedagogia do esporte: contextos e perspectivas**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2005.

PAES, R.R.; MONTAGNER, P.C.; FERREIRA, H.B. **Pedagogia do esporte: iniciação e treinamento em basquetebol**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2009.

PORTARO, A.L.; BARROS, C.M.; INGLEZ, C.; DE ROSE JR., D.; MINAKAWA, E.; SANTOS, M.M.; BARHUM, R. **Hebraica dos dois aos vinte: elaboração de um programa de formação esportiva**. EACHUSP: Edições EACH, 2017.

<http://www.livrosabertos.sibi.usp.br/portaldelivrosUSP/catalog/book/193>

REVERDITO, R.S.; SCAGLIA, A.J. **Pedagogia do esporte: jogos coletivos de invasão**. São Paulo: Phorte, 2009.

RODRIGUES, D. **A importância da capacitação de professores de maneira continuada**. PROESC: Gestão Pedagógica, 2020 –
<http://www.proesc.com/blog/capitacao-de-professores-continuada/>

SILVA, S.A.P. **Guia didático: esportes coletivos terrestres**. São Paulo: Secretaria Municipal de Esportes, Lazer e Recreação – 2014.
<https://ecoleseme.wordpress.com/edicoes-on-line/>

SILVA, S.A.P.; SILVA, T.A.F. (Coord) **Proposta pedagógica do programa Clube Escola**: documento norteador. São Paulo: Secretaria Municipal de Esporte e Recreação, 2014 –
<http://online.fliphtml5.com/gyzh/wzir/#p=2>

SILVER, D. **Família e esporte**: a boa educação dos pais e a educação esportiva dos filhos. <https://arearestritiva.com.br/a-boa-educacao-dos-pais-e-a-educacao-esportiva-dos-filhos/>, 2015.

SIMÕES, A.C.; BOHME, M.T.; LUCATO, S. A participação dos pais na vida esportiva dos filhos. **Motricidade**:
<http://www.motricidade.com/index.php/repositorio-aberto/42-gestao/1225-a-participacao-dos-pais-na-vida-esportiva-dos-filhos>, 2008

TANI, G.; BENTO, J.O.; PETERSEN, R.D.S. **Pedagogia do desporto**. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 2006.

UNESCO. **Carta Internacional da Educação Física e do Esporte:** 21 de novembro de 1978. <https://www.mpap.mp.br/menu-legislacao?view=article&id=6825:carta-educacao-fisica-esporte&catid=16>

WEINBERG, R.S.; GOULD. D. **Fundamentos da psicologia do esporte e do exercício** (6ª ed). Porto Alegre: Artmed, 2017.



O AUTOR



O Professor Dante De Rose Junior é Licenciado em Educação Física pela Escola de Educação Física e Esporte da USP, com mestrado em Educação Física pela mesma instituição e Doutorado em Psicologia Social pelo Instituto de Psicologia da USP.

Atuou como treinador em diversos clubes da cidade de São Paulo e como professor das disciplinas Basquetebol, Pedagogia do Esporte, Psicologia do Esporte, Introdução e História da Educação Física e Esporte, Metodologia da Pesquisa em Educação Física e Esporte e Esporte Infantil e Treinamento a Longo Prazo na Escola de Educação Física e Esporte e Escola de Artes, Ciências e Humanidades ambas da Universidade de São Paulo.

Autor de 12 livros sobre os temas apontados, atualmente mantém seus trabalhos ativos em redes sociais como facebook, instagram e canal de vídeo no youtube.

Contatos

Email: vivaobasquete@gmail.com

Instagram: @vivaobasquete

Facebook: [Viva o Basquetebol](#)

Twitter: @danrose

Youtube: www.youtube.com/c/VivaoBasquetebol

O livro “Basquetebol: componentes da ação pedagógica” traz uma abordagem diferenciada sobre o impacto desses componentes no processo ensino-aprendizagem desta modalidade esportiva.

Baseado na vasta experiência e vivência prática e acadêmica do autor no assunto, embasado pela opinião de diversos outros especialistas referenciados na obra, o livro aponta a importância dos cinco componentes da ação pedagógica (a criança, a tarefa, o ambiente, o profissional e os pais) para um melhor desenvolvimento de crianças e jovens na prática do basquetebol, tanto em nível de iniciação, quanto no aperfeiçoamento de suas capacidades e habilidades.

Além de todo o embasamento teórico e prática trazido pelo autor, ao final do livro são apresentados alguns artigos por profissionais envolvidos nesse processo e que trazem sua experiência na aplicação desses componentes.

Assim sendo, esperamos que este livro possa contribuir para uma melhor capacitação de profissionais para atuar em uma fase tão importante no desenvolvimento esportivo das crianças e jovens e também na sua trajetória de vida como cidadãos.