

O excelente jogador

Escrito por Nuno Tavares
Segunda, 12 Junho 2017 00:01



Aproximando-me da fase mais importante da época, não só da minha equipa mas também dos diferentes playoffs finais pelo mundo, deixo aqui um lista qualidades dos “Excelentes Jogadores”.

Aquilo que mais gosto desta lista é que 100% destas qualidades é controlável pelo jogador.

Existem características que os jogadores escolhem ter. Um excelente jogador não é o que tem 2 metros ou consegue afundar de qualquer maneira, não é o que esta lista irá dizer.

Esta lista é para qualquer jogador que escolha trabalhar e melhorar todos os treinos e jogos. Se queremos tornar-nos um excelente jogador, muitas destas coisas abaixo são possíveis com trabalho no treino todos os dias:

1. Os excelentes jogadores...vão atrás de qualquer ressaltado nas duas tabelas – são inteligentes ao fazer e agressivos;
2. Os excelentes jogadores...correm o mais depressa possível nos contra-ataques e recuperações defensivas;
3. Os excelentes jogadores...são sólidos na defesa – tanto defende o seu atacante como estão pronto para a ajuda defensiva. Fazem coisas que os atacantes odeiam!
4. Os excelentes jogadores...contestam sempre todos os lançamentos. Não caem em simulações de lançamento ou de penetração. Tentam tocar na bola em todos os passes, fazem

O excelente jogador

Escrito por Nuno Tavares
Segunda, 12 Junho 2017 00:01

constante contacto quando os atacantes cortam e sofrem faltas atacantes.

5. Os excelentes jogadores...não arriscam mais do que sabem que podem fazer no ataque ou na defesa. Tentam fazer a movimentação eficaz e não aquela que parece bonita.

6. Os excelentes jogadores...são fortes quando tem a bola, não deixam que nenhum defesa tire a mesma e não deixam a bola à mostra para ser roubada.

7. Os excelentes jogadores...jogam sobre controle e em diferentes velocidades. Sabem como aproveitar os diferentes ritmos.

8. Os excelentes jogadores...jogam tal como treinam, intensamente! Não têm um botão de ligar e desligar – esse botão está sempre LIGADO!

9. Os excelentes jogadores...permitem que sejam treinados. Fazem contacto com os olhos do treinador, ouvem e recebem de braços abertos todas as instruções. Desejam constantemente serem melhores.

10. Os excelentes jogadores...são excelentes colegas. Eles suportam, transmitem energia positiva e fazem com que isso seja contagioso.

11. Os excelentes jogadores...JOGAM PRESENTE! Focam-se apenas no que conseguem controlar. Não se distraem com o que não conseguem controlar.

12. Os excelentes jogadores...aproveitam todas as oportunidades que lhes dão para melhoram. Todos os exercícios, todos os treinos e todos os jogos são uma oportunidade para melhorar.

13. Os excelentes jogadores...são mentalmente fortes. Sentem-se confortáveis dentro do

O excelente jogador

Escrito por Nuno Tavares
Segunda, 12 Junho 2017 00:01

desconforto.

14. Os excelentes jogadores...conseguem girar no seu pé pivot para ambos os lados e driblar, passar e concretizar perto do cesto com ambas as mãos. Não tem uma mão fraca!

15. Os excelentes jogadores...amam e respeitam o jogo de basquetebol. Não jogam por dinheiro e fama, jogam por amor ao jogo!

16. Os excelentes jogadores...não são egoístas com a bola. Passam quando um colega está sozinho. Eles sabem que o objectivo é que a equipa consiga o MELHOR lançamento possível, não o SEU melhor lançamento.

17. Os excelentes jogadores...não comentem faltas estúpidas. Eles sabem que o seu talento torna-se nulo sempre que vão para o banco pelo motivo de faltas a mais.

18. Os excelentes jogadores...são estudantes do jogo. Vêm jogos. Estudam os adversários. Estudam-se a si próprios.

19. Os excelentes jogadores...dão valor a cada posse de bola. Não são descuidados com a bola. Fazem passes inteligentes e lançamento com altas percentagens de concretização.

20. Os excelentes jogadores...não esperam pelo treino ou o jogo que comece...eles preparam-se antes. Preparam-se mentalmente e fisicamente.

21. Os excelentes jogadores...são super competitivos. Detestam mais perder do que gostam de ganhar. Competem em tudo o que fazem!

22. Os excelentes jogadores...sabem sempre quanto tempo falta de jogo e qual o resultado.

O excelente jogador

Escrito por Nuno Tavares
Segunda, 12 Junho 2017 00:01

Sabem quantos descontos de tempo têm tal como as faltas de ambas as equipas.

23. Os excelentes jogadores...mantêm o jogo na cabeça mesmo depois de acabar. Sabem exactamente o que aconteceu tanto em posses de bola defensivas como ofensivas.

24. Os excelentes jogadores...são rigorosos quando têm a bola, adoram o contacto físico quando penetram para o cesto e gostam de ir para a linha de lance livre.

25. Os excelentes jogadores...imediatamente pensam na “próxima jogada”. Não perdem tempo a pensar no lançamento que falharam ou no “turnover” que fizeram...compensam automaticamente na defesa.

26. Os excelentes jogadores...fazem jogadas e não desculpas. Não querem saber dos árbitros, se o chão escorrega ou se o pavilhão está frio. Eles simplesmente jogam!

27. Os excelentes jogadores...são os primeiros no pavilhão...e os últimos a sair TODOS OS DIAS!

28. Os excelentes jogadores...não se preocupam com a critica. Preocupam-se mais em trabalhar para nunca estarem sujeitos à mesma.

29. Os excelentes jogadores...fazem tudo para que os colegas tenham o maior sucesso possível.

30. Os excelentes jogadores...sabem que o seu legado é medido na sua habilidade em conseguir títulos.

31. Os excelentes jogadores...preferem jogar o jogo do que outra coisa qualquer. Eles amam

O excelente jogador

Escrito por Nuno Tavares
Segunda, 12 Junho 2017 00:01

realmente o jogo.

32. Os excelentes jogadores...tentam ser o mais completos possíveis. O seu jogo pode “magoar” o adversário nas mais diversas maneiras.

33. Os excelentes jogadores...são excelentes comunicadores. Falam constantemente em ambos os lados do campo.

34. Os excelentes jogadores...querem a bola nas suas mãos quando o jogo está nos momentos decisivos pois sabem que todo o trabalho realizado até aquele momento dá-lhes grandes probabilidades de sucesso.

35. Os excelentes jogadores...treinam com um objectivo. Os seus treinam são intensos e com progressões planeadas em termos de alcançar patamares. Não fazem nada de forma causal.

36. Os excelentes jogadores...dão de volta à sua equipa e à modalidade em geral participante nos mais diversos programas com jovens, publico e/ou caridade (entre outros). Sentem-se orgulhosos e humildes por tudo o que o jogo lhes tem dado.

37. Os excelentes jogadores...são responsáveis pela nível de toda a equipa em termos de trabalho, intensidade e comunicação em todos os exercícios, treinos e jogos.

38. Os excelentes jogadores...estão sempre pensando duas jogadas à frente.

39. Os excelentes jogadores...fazem sentir os seus colegas, e treinadores responsáveis pelo processo. Acreditam que o colectivo é responsável pelo bem e pelo mau.

40. Os excelentes jogadores...jogam em “linhas rectas” e “ângulos”. Fazem cortes precisos

O excelente jogador

Escrito por Nuno Tavares
Segunda, 12 Junho 2017 00:01

para o cesto e bloqueios fortes e sólidos.

41. Os excelentes jogadores...adoram jogar e competir contra outros grandes jogadores.

42. Os excelentes jogadores...fazem com que todos os detalhes sejam pequenos demais e que o mais pequeno detalhe irá fazê-los melhor.

43. Os excelentes jogadores...tem os seus valores humanos bem altos. Valorizam muito os seus colegas, a vitória e o melhoramento constante.

44. Os excelentes jogadores...nunca estão contentes e conformados.

45. Os excelentes jogadores...não arranjam desculpas para falhar treinos. Treinam a qualquer hora, em qualquer sitio, a qualquer momento!

Nuno Tavares
+39 347 339 8969
nfbrt@sapo.pt
ISY