

## Treinar, sem ensinar?

Escrito por Humberto Gomes  
Quinta, 25 Fevereiro 2016 10:19

---



A que podemos e devemos acrescentar ... aprender, ficando, então: Treinar, sem ensinar / aprender? E porquê?

Porque no desenvolvimento do processo ensino-aprendizagem, que contempla o ato de treinar, o treinador e o jogador deverão estabelecer uma parceria.

Ao treinador competirá ensinar, trilhando o caminho que a agulha da "bússola" indicar e tendo verdadeira consciência de saber que sabe, o que sabe e de como - com que referências - adquiriu o saber, sendo de importância decisiva saber como fazer e não apenas de saber o que fazer.

Ao jogador, se com entusiasmo, disciplina, determinação e respirando autoconfiança, é-lhe facultada a natural expectativa de encontrar no treinador a capacidade de elaborar sessões de treino que levem a produzir adaptações e mudanças que possibilitem ser cada vez mais e melhor atleta-pessoa, com uma bem conseguida aprendizagem.

Nesta simbiose de ensinar/aprender, treinador e jogador, poderão encontrar duas vias : a via do treino gratificante, se cumpridos os requisitos pré-estabelecidos - do ponto de vista físico, psicológico, social e moral -, como resultante da aplicação de uma ideia, suportada pela formulação, experimentação e reflexão; ou a via do treino chato, aborrecido, que em nada favorece o bem-estar, nem ajuda a formar o carácter, porque tenderá a ter como denominador comum a críspação, o estar-se tenso, sendo, inclusive, demasiado fatigante, física e emocionalmente.

Alicerçámos este nosso "ensaio" nesta mensagem que, a dado momento, mestre prof. Teotónio Lima, nos transmitiu: "Ensinar primeiro e treinar depois deverá ser, necessariamente, a prática que os treinadores responsáveis pela formação desportiva dos jovens têm de seguir como opção pedagógica, resultante de uma metodologia de ensino dos jogos desportivos coletivos que defenda em primeiro lugar os interesses e as necessidades das crianças e dos mais jovens".

## Treinar, sem ensinar?

Escrito por Humberto Gomes  
Quinta, 25 Fevereiro 2016 10:19

---

Agulha da "bússola" orientada : primeiro haverá que ensinar e só depois virá o treino, com as indispensáveis repetições, as intensidades adequadas e as rotinas a estabelecer.

Importará clarificar no seio da equipa a diferença entre o individualismo de que o jovem praticante pode dar mostras, que corresponderá à incapacidade de aprender com os outros, por carência de solidariedade, pondo em primeiro lugar o seu próprio interesse, deixando, por via disso, para segundo plano as necessidades dos outros, e a individualidade, que deverá estar ancorada na autoconfiança, na determinação, nas opções a tomar e na vontade de contribuir com o seu talento para o resultado de todos os companheiros de equipa.

Alinhados neste propósito - com e na parceria treinador/ jogador, ensinar/aprender -, estarão criadas as condições para, na abordagem e desenvolvimento de cada um dos fundamentos e gestos técnicos do jogo, se corresponder com sucesso a um bem planeado processo ensino-aprendizagem, interligando e adequando os conteúdos técnicos em cada um dos escalões etários, considerando que os jovens praticantes não apreendem todos ao mesmo tempo, nem com a mesma velocidade.

Nesta linha de raciocínio, cumpridas estas metas, encontrar-se-á alguma explicação para a preocupante realidade que hoje em dia representam as fracas percentagens, numa gritante falta de eficácia, face ao gesto técnico fundamental do jogo : o lançamento?

Estamos em crer que sim, porque se treina - à vezes muito -, sem se ensinar. O ensino do lançamento, tão do agrado do jovem praticante, implica paciência, que o mesmo é dizer...tempo.

E a questão ainda é mais grave, quando só se treina, sem ensinar. Ou, quando só se ensina o que fazer, sem o suporte decisivo de como fazer.

Em anterior artigo sobre a preocupante realidade que a falta de eficácia no ato do lançamento hoje em dia vai representando, já havíamos referido que a intervenção de nós, treinadores, deverá ser adequada ao nível do praticante, devendo identificar-se com segurança do que já é capaz de fazer (exigindo sempre, não permitindo regressão) e o que queremos que aprendam

## Treinar, sem ensinar?

Escrito por Humberto Gomes  
Quinta, 25 Fevereiro 2016 10:19

---

a fazer em seguida (reforços positivos). Talvez, porque a propósito, recordar que o ciclo de formação de um jogador não demora menos que 9/10 anos, não deixando de ter presente que se forma até deixar de...jogar!

No caso concreto do lançamento, mesmo levando em linha de conta o que está regulamentado, e se até ao escalão de sub-14, inclusive, o lançamento para além da linha dos 6,75, valesse... 2 pontos?! Poderia constituir parte da solução para a não deformação, à partida, do gesto técnico mais correto. O próprio DT Nacional, prof. Mário Gomes, já o ouvimos pronunciar-se favoravelmente a essa medida.

Como às vezes, a exemplo do cantor, o sonho comando a vida...!!!

Voltaremos a 10 de Março, com o tema : "O treinador sabe o que sabe - e com que referências?"

Até lá, e bom Basket!