Dando continuidade às preocupações levantadas no artigo da semana passada , gostaria de passar à prática partilhando um exercício que,

nas equipas de formação tem sido de enorme utilidade na abordagem dos fundamentos do passe e recepção com oposição – O macaco no meio. Importa dizer que não é este exercício a chave milagrosa da resolução de todos os problemas do passe, sendo porém um exercício "antigo", simples e onde é possível hierarquizar a abordagem das ferramentas necessárias para ultrapassar a pressão exercida pelo defensor.

Ainda no que respeita ao historial do exercício importa referir que, o facto de acreditar na sua utilidade remonta aos tempos de praticante, assim como resulta de contributos de companheiros treinadores que lhe deram ainda mais riqueza – José Miranda e Xavier Silva assim se destacam neste capítulo.

Na sua essência o exercício situa-se na lógica do exercício da "rabia" com 3 jogadores. Contudo, entendemos a sua importância como um enriquecimento de exercícios analíticos onde as várias formas de realizar um passe com oposição se realizam sem a presença do principal problema – o defensor.

Pode ver o exercício aqui .

Para ler o artigo precisa de Adobe Reader. Pode fazer o download de programa aqui .