



Já o escrevi em tempos, que o desafio de publicar todas as semanas um artigo faz-me lembrar quando era jovem praticante.

Às vezes andava sem tempo para ir aos treinos, mas como tinha o compromisso de não faltar, acabava sempre por ir e no fim sentia-me satisfeito porque me tinha “forçado” a fazer o que gostava, treinar, e por ter cumprido com os meus compromissos. O meu artigo que era para ser publicado nesta Terça-feira, [foi editado no domingo](#) para, através de um exemplo de boas práticas do Beira Mar, encerrar a [Semana de Homenagem aos Pais](#)

. No entanto os seres humanos, também são animais de hábitos e já entrou nas minhas rotinas a preocupação de todas as semanas enviar um artigo para ser publicado às Terças-feiras.

Nas múltiplas acções de formação que vou realizando uma questão que me é posta assiduamente, passa pela forma como manter atentos os minis, no fundo como conseguir manter a disciplina. Manter as crianças disciplinadas não é certamente a finalidade do treino ou de uma aula, mas sem disciplina não é possível ensinar. Este é outro dos temas que baila na minha cabeça e em breve tenciono relatar as minhas reflexões e vivências. Sei, que se as crianças estiverem motivadas, estarão seguramente atentas, se estiverem em acção certamente não terão tempo para fazer “traquinices” e a destabilizar o treino ou aula, logo há que encontrar formas de as ocupar e motivar. Hoje vou apresentar um exercício que pode ser utilizado para quebrar o gelo, quando as crianças não se conhecem, para criar uma atmosfera de alegria e motivação, muito ajustada aos Mini-8, mas que também poderá ser utilizada nos Mini-10 e Mini 12 como forma de aquecimento, principalmente, se estes estiverem a iniciar a prática da modalidade.

Pode ver os exercícios [aqui](#) .

Para ler o artigo precisa de Adobe Reader. Pode fazer o download de programa [aqui](#) .

Romeu e Julieta

Escrito por San Payo Araújo
Terça, 15 Fevereiro 2011 00:00
