



Treinador de basquete e os aspectos que envolvem a formação de jovens atletas

Dante de Rose Júnior

A prática esportiva infantil, independentemente do esporte praticado, é permeada por ações adultas – pais, dirigentes, professores, treinadores e árbitros que, de alguma forma, interferem nas experiências esportivas dos praticantes.

Nesse processo, o treinador tem uma importância fundamental, pois além de ser a pessoa que atuará diretamente sobre os futuros comportamentos esportivos dos jovens, ele também poderá influenciá-los fora dos campos de jogo. O poder de um treinador sobre um jovem esportista é muito grande a ponto de vários estudos o apontarem como dos principais motivos para a escolha de uma modalidade esportiva e, ao mesmo tempo, como um dos mais destacados fatores de abandono dessa prática. Além disto, o treinador pode ter uma grande influência sobre as atitudes e comportamentos, valores e sentidos de vida de seus atletas, sendo ele o co-responsável pelo desenvolvimento da personalidade de seus atletas e também pelo seu futuro, após o final de sua carreira esportiva.

A prática esportiva competitiva envolve diferentes aspectos que afetam diretamente seus adeptos (principalmente quando se trata

de atletas em formação) e o conhecimento deste contexto por parte dos treinadores é fundamental para a realização de um trabalho adequado. São eles:

- ◆ Os aspectos biológicos relacionados aos estágios desenvolvimento dos jovens, desde suas etapas iniciais até as fases mais agudas como a puberdade e adolescência e que são essenciais para a determinação das cargas de trabalho adequadas a cada uma das fases;
- ◆ Os aspectos cognitivos que definirão os níveis de compreensão das tarefas propostas e interferirão na sua execução;
- ◆ Os aspectos técnico-táticos de cada esporte, no caso o basquetebol, representados pelas ações individuais e coletivas que nortearão a proposta de trabalho de cada treinador;
- ◆ Os aspectos psicológicos que envolvem o conhecimento dos traços de personalidade desses jovens e de seus limites em relação às exageradas cobranças, muito comuns no ambiente esportivo competitivo e também a demanda específica do esporte, em função das características de cada um deles; e



- ♦ Os aspectos pedagógicos que envolvem o conhecimento de todos os conteúdos anteriores para que sejam elaborados os métodos e estratégias adequados para cada momento das fases de desenvolvimento do jovem.

Os treinadores, especialmente aqueles envolvidos com o trabalho formativo, devem ter uma preparação mínima já que vão trabalhar com jovens que têm somente um conhecimento básico do esporte que irão praticar. Sem dúvidas, é precisamente o treinador das etapas iniciais de iniciação esportiva que deve ter uma formação sólida que lhe sirva de ins-

trumento para planejar o ensino do esporte respeitando as etapas evolutivas desses jovens.

No âmbito pedagógico o papel do treinador deve transpassar a simples barreira do ensinar movimentos específicos ou movimentações táticas para suplantar os adversários. As ações pedagógicas direcionadas principalmente para a formação esportiva sugerem o domínio de várias áreas de conhecimento sobre o indivíduo e sobre a atividade para que sejam aplicadas de forma adequada às necessidades do jovem praticante, respeitando suas características.



Treinador de basquete e os aspectos que envolvem a formação de jovens atletas

Dante de Rose Júnior



Entre esses domínios podemos citar o biológico, psicológico, técnico, tático, social e cultural. Ou seja, conhecer a criança nos seus mais diferentes aspectos (físicos, intelectuais, personalidade, inserção social) e a atividade (demandas energéticas, demandas psicológicas, demandas técnico/táticas e impacto cultural da mesma sobre a comunidade) é fator preponderante para determinar a ação pedagógica do profissional que atuará sobre um determinado grupo de jovens.

Como estabelecer filosofias de trabalho, programas de treinamento, planos diário de atividades ou estratégias para competição sem o conhecimento de todos os aspectos citados?

As oportunidades que são oferecidas ao jovem para entender o basquetebol de forma global são determinantes para seu futuro como atleta. Por isto é fundamental que se pense numa formação integrada e que coloque os elementos do jogo de forma contextualizada.



O técnico como fonte geradora de stress nos jovens atletas

Estudo realizado com atletas brasileiros sobre os motivos de abandono do esporte infanto-juvenil apontam alguns dos aspectos negativos do contexto esportivo que levaram os jovens a interromper a prática de determinada modalidade: a ênfase exagerada na necessidade de vitória, o stress gerado pela competição e o fato de não gostarem do técnico. Curiosamente, o técnico é comumente citado pelos jovens como uma das principais razões que justificam a adesão à prática esportiva, mas também para o abandono da mesma. Este dado é bastante preocupante quando percebemos que o técnico como principal responsável por fomentar a prática esportiva dos seus atletas, acaba, por muitas vezes, afastando-os do esporte, sem ter consciência da repercussão dos seus atos entre os jovens esportistas.

Pesquisas feitas com atletas de categorias de base no Brasil (14 a 18 anos) mostram que as atitudes de técnicos relacionadas à sua comunicação com os jovens atletas podem ser entendidas como prejudiciais e causadoras de stress nos esportistas que buscam, na verdade, por orientação e solução de problemas e não, simplesmente a crítica desmesurada e sem objetivos.



Nesses estudos que abrangeram cerca de 500 atletas de basquetebol, handebol, natação e voleibol, o objetivo principal era detectar situações causadoras de stress em competição. Nele, os técnicos aparecem com destaque como provocadores de stress quando apresentam comportamentos tais como:

- ♦ não reconhecer o esforço dos atletas;
- ♦ gritar ou reclamar muito;
- ♦ enfatizar somente os aspectos negativos
- ♦ cometer injustiças;
- ♦ não apontar soluções frente aos problemas provenientes das situações específicas do jogo ou da competição;
- ♦ privilegiar determinados atletas.

Isso indica que o efeito do comportamento do técnico é mediado pelo significado que os atletas atribuem a ele, e pelo o que os atletas lembram desse comportamento, sendo que a forma de interpretação dessas ações pelas crianças e adolescentes afeta a maneira como eles avaliam sua participação esportiva.



Atitudes frente ao processo de formação esportiva e o que se espera de um bom técnico

Pode-se considerar que há dois tipos de atitudes de técnicos que atuam no esporte infanto-juvenil, dirigindo equipes das categorias de base:

- ♦ O técnico que tem como objetivo principal a vitória, enfatizando o produto final e privilegiando os resultados imediatos.
- ♦ O técnico que visa a participação do jovem, enfatizando o processo e buscando resultados a longo prazo.

Em qualquer uma delas os técnicos podem, dependendo de suas atitudes e da forma de comunicar-se com os atletas, provocar situa-



ações causadoras de stress que tendem a influenciar negativamente o desempenho dos jovens e provocar comportamentos que poderão migrar desde o desinteresse pela modalidade e até mesmo o abandono.

Seria razoável que se pensasse que, em um processo de formação, estas últimas atitudes seriam as mais adequadas. No entanto, muitos técnicos, por diferentes razões privilegiam as primeiras, atropelando este processo e antecipando uma série de eventos que, a curto prazo, podem até ser interessantes, mas que poderão, por sua vez acelerar o processo de abandono dos jovens atletas.

Assim sendo, quatro princípios devem nortear a conduta dos treinadores:

- ♦ Vencer não é tudo, nem somente a única coisa: os atletas não podem extrair o máximo do esporte se pensarem que o único objetivo é vencer seus oponentes. Apesar de a vitória ser uma meta impor-

tante, ela não é o objetivo mais importante;

- ♦ Fracasso não é a mesma coisa que perder: é importante que os atletas não vejam perder como sinal de fracasso ou como uma ameaça aos seus valores pessoais;
- ♦ Sucesso não é sinônimo de vitória: nem o sucesso nem o fracasso precisam depender do resultado da competição ou do número de vitórias e derrotas. Vitória e derrota pertencem ao resultado da competição, enquanto sucesso e fracasso não;
- ♦ Os jovens devem ser ensinados que o sucesso é encontrado através do esforço pela vitória, eles devem aprender que nunca são perdedoras esforçam-se ao máximo.

Conclusão

Fica evidente que o técnico deve ter uma participação ativa no processo de formação do jovem, porém provido de conhecimen-

Treinador de basquete e os aspectos que envolvem a formação de jovens atletas

Dante de Rose Júnior



tos suficientes que permitam uma atuação segura e benéfica para os futuros atletas. Esse conhecimento deve ocorrer em quatro domínios:

- ♦ conhecimento do próprio jovem (sua realidade biológica, psicológica e social);
- ♦ conhecimento da modalidade com a qual irá trabalhar (aspectos físicos, técnicos e táticos);
- ♦ definição adequada de métodos e estratégias de trabalho (planejamento, definição de objetivos, escolha dos métodos de treinamento e dos exercícios que farão parte desta atividade, entre outros); e
- ♦ Intervenção eficaz no processo (atitudes

positivas de oferecer condições dos atletas aprenderem, apresentar possibilidades para a solução de problemas.

Leituras sugeridas

De Rose Jr., D.; Deschamps, S.R. e Korsakas, P. O jogo como fonte de stress no basquetebol infanto-juvenil. **Revista Portuguesa de Ciências do Desporto**, 1, 2, 36-44, 2001.

De Rose Jr., D.; Campos, R.R. ; Tribst, M. Motivos que llevan a la práctica del baloncesto: um estudo com jóvenes atletas brasileños. **Revista de Psicología del Deporte**, 10, 2, 293-304, 2001.



Quem é Dante de Rose Júnior?

Licenciado em Educação Física pela Escola de Educação Física da Universidade de São Paulo (USP), **em 1974**, possui doutorado em **Psicologia Social** pelo **Instituto de Psicologia da USP**, em **1996**. Atualmente é professor titular da Universidade de São Paulo. Atuou por 28 anos na Escola de Educação Física e Esporte da USP. Diretor da Escola de Artes, Ciências e Humanidades da Universidade de São Paulo de janeiro de 2006 a janeiro de 2010. Professor do Curso de Ciências da Atividade Física da EACH-USP. Tem experiência na área de Educação Física e Esporte, atuando principalmente nos seguintes temas: basquetebol, análise de jogo esporte infantil, stress esportivo e psicologia do esporte. Coordenador Pedagógico da Escola Nacional de Treinadores de Basquetebol