



OS MEIOS DE ENSINO/TREINO: DO BASQUETEBOL DE FORMAÇÃO AO DE ALTA COMPETIÇÃO

Mário Joel Cipriano¹

Pedro Sequeira²

¹INEFC Lleida – Portugal

²Escola Superior de Desporto de Rio Maior – Portugal

Resumo: Com o objectivo de verificar quais os meios de treino mais utilizados pelos treinadores nos diversos escalões, foi aplicado um instrumento de observação SOMUT, nos escalões de Iniciados, Cadetes e Seniores pertencentes à Associação de Basquetebol de Lisboa em Portugal. O jogo, as formas jogadas e os exercícios específicos manifestaram-se como as formas mais utilizadas pelos treinadores.

Palavras-chave: Meios de ensino/treino; instrumento de observação; Metodologia Observacional.

THE TEACHING FORMS/COACHING FORMS: BASKETBALL TO THE YOUNG AND BASKETBALL OF HIGH LEVEL

Abstract: In order to verify what the most training strategies used by trainers in the various levels, was used an instrument of observation, named SOMUT, in levels of Iniciados, Cadetes and Senior belonging to the Association of Basketball of Lisbon in Portugal. The game, the played forms and the specific exercises manifested itself as the forms most used by coaches.

Keywords: training strategies; instrument of observation; observational methods.

INTRODUÇÃO

Este estudo insere-se no âmbito de uma investigação mais complexa que teve como uma das etapas, o desenho e validação de um instrumento de observação, que permitisse a recolha de dados relativos ao comportamento (didáctico) do treinador.

Procurámos nesta investigação comparar a sessão de treino de Basquetebol em diferentes escalões (Iniciados, Cadetes e Seniores).

Far-se-á um pequeno enquadramento teórico ao problema com o intuito de apresentar as preocupações que tiveram na base do estudo.

A parte nuclear do documento integra não só a apresentação do Sistema como a apresentação e discussão dos resultados obtidos.

ENQUADRAMENTO TEÓRICO

SOMUT- *Sistema de Observação dos Meios Utilizados pelo Treinador*, surge da necessidade de verificar que tipos de meios o treinador utiliza nas diversas etapas do percurso desportivo do atleta.

O PROBLEMA

É prática corrente dizer-se que o jovem é diferente do adulto e que a criança que dá os primeiros passos tem necessidades diferentes do iniciado com alguns anos de prática. Mas será que essa adequação se faz realmente?

Cada vez mais se fala em, especificidade do treino, em treino contextualizado, onde as situações ofensivas e defensivas surgem de forma encadeada e em restrita dependência e interligação, utilizando formas adaptadas à idade do atleta e em que o objectivo do jogo está sempre presente. Mas será que é essa a realidade do Basquetebol actual?

Foram estas as grandes questões que nos levaram a elaborar um instrumento de observação.

Para além disso, os modelos tradicionais de ensino dos jogos desportivos enfatizam a aprendizagem dos elementos técnicos, apresentados e exercitados em situações descontextualizadas, ao mesmo tempo que atribuem pouca ou nenhuma importância aos conteúdos tácticos. Não raramente a aprendizagem das habilidades isoladas transforma-se num fim em si mesmo, perdendo a sua conexão com a aprendizagem do jogo. Nesta conformidade, o tratamento didáctico do jogo permanece inadequado, os alunos mais capazes tendem a dominar o tempo que o professor dedica à prática do jogo e a assumir nele os papéis mais relevantes; os menos capazes tendem a ser segregados, postos à margem, ou relegados para papéis subsidiários. Por sua vez, o tempo de exercitação, ao distanciar-se da realidade do jogo, fica despido de significado e tende a transformar-se num tempo monótono, descolorido e de aborrecimento (GRAÇA, 2003).

Graça e Mesquita (2002) revelam também que as progressões didácticas concentram-se básica ou exclusivamente nos aspectos da execução motora das habilidades básicas em situações descontextualizadas. A investigação sobre o ensino do jogo, de uma forma clara, ou então por omissão ou conveniência, tem predominantemente assumido o primado do domínio das habilidades.

A OPÇÃO METODOLÓGICA

A opção pela Metodologia Observacional prende-se com o facto de esta constituir uma oportunidade de adequabilidade máxima à parcela da realidade que se pretende estudar.

Para além disso, a Metodologia Observacional teve, tal como refere Anguera (2000) uma expansão inegável nas últimas décadas. Tal facto deve-se, em grande parte, às suas características, que se apresentam simultaneamente, como requisitos básicos para a sua implementação, falamos da, espontaneidade do comportamento, observação em contexto natural, continuidade temporal da observação do comportamento, elaboração de instrumento *ad hoc* e seguimento de um estudo de desenho prioritariamente ideográfico.

Ela constitui sem dúvida umas das opções para o estudo do comportamento humano e cujo carácter científico se encontra, segundo a mesma autora, perfeitamente assegurado.

Os comportamentos passíveis de ser estudados à luz desta metodologia são segundo Anguera (*apud* WEICK 1968), Comportamento não verbal, Comportamento Verbal (análise de texto), Comportamento espacial ou proxémico e Comportamento Vocal (sonoridade).

A nossa acção centrou-se no *Comportamento Não Verbal*, visto ser nossa intenção desenhar e validar um instrumento (criado ad hoc) que possibilite a recolha de informação relativamente à natureza dos Meios Utilizados pelo treinador.

Esses meios utilizados pelo treinador espelham a sua interpretação do processo de treino e/ou ensino, a sua preparação didáctica e a sua concepção metodológica.

Adiante apresentaremos, aqueles que, segundo Sequeira (2005), são alguns dos Sistemas de Observação mais utilizados para a análise do Comportamento do treinador:

C.B.R.F. (Coaching Behavior Recording Form), utilizado por Langsdorf (1979) e Segrave e Ciancio (1990);

- A.S.U.O.I. (Arizona State University Observation Instrument), utilizado nos estudos de Lacy e Darst (1984), Rupert e Buschner (1989), Lacy e Goldston (1990) e Claxton (1988);

- C.B.A.S. (Coaching Behavior Assessment System), criado por Smith, Smoll e Hunt (1977) e utilizado por Smith et al. (1983), Horn (1985), Sherman e Hassan (1986) e Chaument e Duda (1988);

- C.A.F.I.A.S. (Cheffer's Adaptation of Flander's Interaction Analysis System), utilizado nos estudos de Fisher, Mancini, Hirsch, Proulx e Staurowsky (1982) e Mancini, Clark e Wuest (1987);

- L.O.C.O.B.A.S. (Lombardo Coaching Behavior Analysis System), criado e utilizado por Lombardo, Faraone e Pothier (1982);

- C.O.S.G. (Coaches Observation System for Games), desenvolvido e utilizado por Trudel e Côté (1996);

- S.A.I.C. (Sistema de Análise da Informação em Competição), desenvolvido e utilizado por Pina e Rodrigues (1994), Pina (1998)

- S.A.P.C.I. (*Análise Sistemática do Conteúdo Pedagógico das Intervenções*)

Desenvolvido por Gilbert W, Pierre Trudel P., Gaumont S., e Larocque L.(1999)

- SOTA (Sistema de Observação do Comportamento do Treinador e do Atleta (Sarmento, P.; Ferreira, V.; Rosado, A.; Veiga, A., 1991)

MATERIAL E MÉTODOS

OBJECTIVOS

Identificar quais os meios de treino mais utilizados pelos treinadores nos escalões de Iniciados, Cadetes e Seniores.

AMOSTRA

A amostra foi constituída por 6 treinos (2 treinos de cada escalão), sendo os iniciados masculinos e os cadetes pertencentes ao Campeonato Distrital da Associação de Basquetebol de Lisboa e os Seniores pertencentes à Proliga (campeonato organizado pela Federação Portuguesa de Basquetebol) todos referentes à época 2007/2008.

METODOLOGIA

Os treinos foram todos eles registados entre Janeiro e Março de 2008, através duma Câmara de filmar JVC GR-D720 DV. O processo de digitalização ocorreu através de um AMD® Sempron 3.1 Ghz, com 1.5 GHz de memória equipado com o Windows Vista®. Procedeu-se à conversão dos ficheiros WMV para Mpeg através do software *Any video converter*, para que se pudesse proceder à posterior análise através do programa de observação desportiva *Match Vision Studio 3.0* (PEREA, ALDAY E CASTELLANO, 2005).

Elaboração do Instrumento

A elaboração do presente instrumento de observação (*sistema de categorias*), teve como ponto de partida, observações exploratórias, as quais produziram um inventário de comportamentos. Foram observadas 2 aulas de Educação Física, 1 treino de Desporto Escolar, 2 treinos de alta competição e 2 treino de escalões de formação.

Após a elaboração da referida listagem, realizámos a revisão teórica de forma a elaborar um marco conceptual que nos permitisse realizar alguns agrupamentos. Voltámos ao terreno, desta feita munidos de equipamento de filmagem, com o objectivo de aplicar o instrumento. O processo foi repetido com o intuito de alcançar a mútua exclusividade e exaustividade pretendidas para cada categoria.

Apresentação do Instrumento

O sistema é constituído por 4 critérios (Jogos Pré desportivos, exercícios, formas jogadas e Jogo), 11 Categorias de 1º nível (Jogos de Oposição, Intercepção e perseguição, Exercícios Gerais, específicos e competitivos e Jogo Reduzido, Adaptado/modificado, Condicionado e Formal) e 28 categorias de 2º nível.

Jogos Pré-desportivos

Consideram-se *jogos pré desportivos*, toda actividade codificada e lúdica que oponha dois grupos ou indivíduos, em confronto directo ou indirecto, perseguindo o mesmo objectivo ou objectivos diferentes (RIBEIRO e VOLOSSOVITCH, 2000).

Oposição (JPDO) - Jogos cujo o objectivo principal de uma equipa ou jogador seja antagónico ao da/o adversária(o).

Individual (JPDOI) – Jogo cujo objectivo de um elemento seja o impedir o adversário de atingir o seu.

Colectivo (JPDOC)- Jogo cujo objectivo da equipa seja o impedir o adversário de atingir o seu.

Intercepção (JPRI) – Jogos cujo objectivo principal seja alcançado pela acção de evitar que a bola chegue ao destinatário.

Individual (JPDI) - Jogos cujo objectivo principal do jogador seja alcançado pela acção de evitar que a bola chegue ao destinatário.

Colectivo (JPDIC) - Jogos cujo objectivo principal da equipa seja alcançado pela acção de evitar que a bola chegue ao destinatário.

Perseguição – jogo cujo objectivo se traduz no alcance de algo ou alguém tendo como principais acções a corrida e o drible.

Individual (JPDPI) – jogo cujo objectivo do jogador se traduz no alcance de algo ou alguém.

Colectivo (JPDPC) – jogo cujo objectivo da equipa se traduz no alcance de algo ou alguém.

Exercícios

Construção hipotética potencialmente capaz de desencadear, organizar e orientar a actividade dos praticantes em direcção a um objectivo válido (CASTELO *et al* 1998).

Exercícios Gerais (EG) - Todos aqueles que são realizados sem lançamento.

Tipo 1 (EG1) – Exercícios realizados individualmente, aos pares em trios, quartetos ou em grupos com bola.

Tipo 2 (EG2) – Exercícios realizados em grupo com bola, com uma estrutura semelhante às diferentes fases do jogo.

Tipo 3 (EG3) – Exercícios de força e coordenação.

Tipo 4 (EG4) – Exercícios de corrida e deslizamento defensivo.

Tipo 5 (EG5) – Exercícios de flexibilidade.

Exercícios Gerais Competitivos – Exercícios sem lançamento e com competição inter-grupos ou inter-indivíduos.

Tipo 1 (EGC1) - Exercícios de competição inter-indivíduos ou inter-grupos.

Exercícios Específicos Todos aqueles que são realizados com lançamento, em que os elementos do jogo se estruturam sob a forma de encadeamentos, reportando-se às diferentes fases do jogo.

Tipo 1 (EE1) – Exercícios realizados sem oposição, na zona activa de jogo.

Tipo 2 (EE2) – Exercícios realizados com oposição condicionada, na zona activa de jogo

Fomas Jogadas

São a transformação de exercícios com uma predominância mais técnica em situações onde o carácter lúdico é introduzido através da presença da competição, mediante um qualquer sistema de pontuações com a presença ou ausência de opositores reais (FERREIRA, 2007).

Exercícios Competitivos Específicos – Todos aqueles realizados com lançamento e com oposição directa (presença de um jogador) ou indirecta (score realizado por esse jogador), na zona activa de jogo (1/2 campo ou campo inteiro).

Tipo 1 (EC1) – Exercícios realizados em superioridade numérica ofensiva.

Tipo 2 (EC2) - Exercícios realizados em igualdade numérica.

Tipo 3 (EC3) – Exercícios realizados em superioridade numérica defensiva.

Tipo 4 (EC4) - Exercícios com competição de lançamentos inter-indivíduos ou inter-grupos.

Jogo (J)

Manifestação colectiva ou individual *que gira em torno de um objectivo esférico versátil e de carácter Lúdico, chamado bola* (BÉTRAN, 2003).

Reduzido (JR) – Caracteriza-se por formas de competição em que se reduz o número de jogadores e o espaço em que decorre (FERREIRA, 2007).

Número (JRN) – Jogo em que o número de jogadores de cada equipa é inferior a 5.

Espaço (JRE) – Jogo realizado num espaço inferior ao definido regulamentarmente.

Número e espaço (JRNE) – Jogo com os dois tipos de reduções anteriormente apresentadas

Adaptado/Modificado (JA) – Caracteriza-se pela modificação/alteração de um conjunto de variáveis estruturais do jogo formal (FERREIRA, 2007)

Espaço (JAE)- Jogos realizados num campo com dimensão, forma e número de cestos diferente do utilizado no jogo formal.

Tempo (JAT) – Jogos com limitações temporais para a realização de determinadas acções ou presença em det. zonas

Regra (JAR) – Jogos com simplificação regulamentar.

Condicionado (JC) - São jogos com restrições ou imposições por forma a desenvolver situações específicas.

Ofensivamente (JCO) – Jogo em que, em situação ofensiva, o jogador e/ou equipa, não pode ou tem que realizar, obrigatoriamente determinadas acções.

Defensivamente (JCD) – Jogo em que, em situação Defensiva, o jogador e/ou equipa, não pode ou tem que realizar, obrigatoriamente determinadas acções.

Ofensiva e Defensivamente (JCOD) – Jogo com limitações ou imposições em ambas as fases do jogo.

Formal (JF) Jogo realizado por duas equipas de cinco jogadores no campo inteiro (regulamentar) com duas tabelas.

Em treino (JFT) – Em situação de treino.

APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

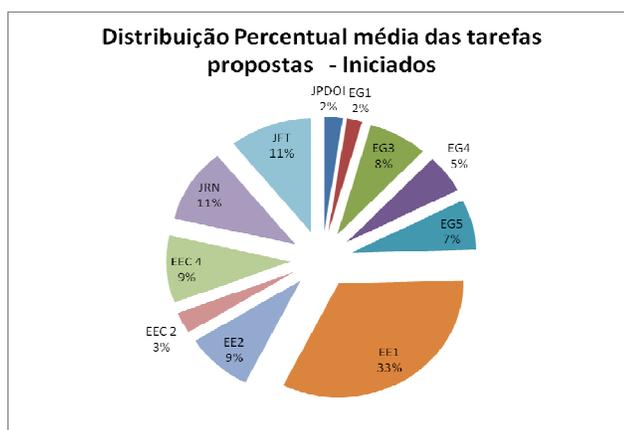


Fig1. Distribuição Percentual média das tarefas propostas - Iniciados

O exercícios específicos de tipo I são aqueles que se configuraram como o meio de treino mais utilizado pelo treinador de iniciados na amostra. Estes exercícios são caracterizados por terem sempre a presença do cesto e consequente lançamento, mas sem oposição. Curioso é presença de igual distribuição entre o jogo formal e o reduzido. Os jogos pré desportivos utilizam somente 2% do tempo de prática.

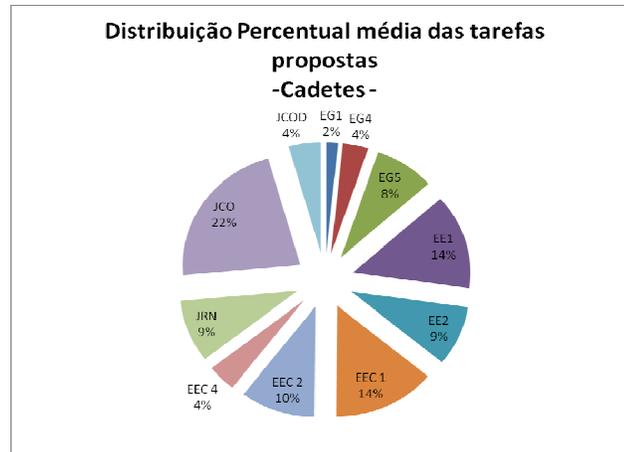


Fig.2 Distribuição Percentual média das tarefas propostas – Cadetes

No treino de Cadetes o treinador utilizou preferencialmente as situações de jogo condicionado ofensivamente, com a utilização de 22% do tempo de prática. As situações de exercícios específicos do tipo I e formas jogadas (exercícios competitivos do tipo I) com superioridade numérica ofensiva foram igualmente enfatizadas.

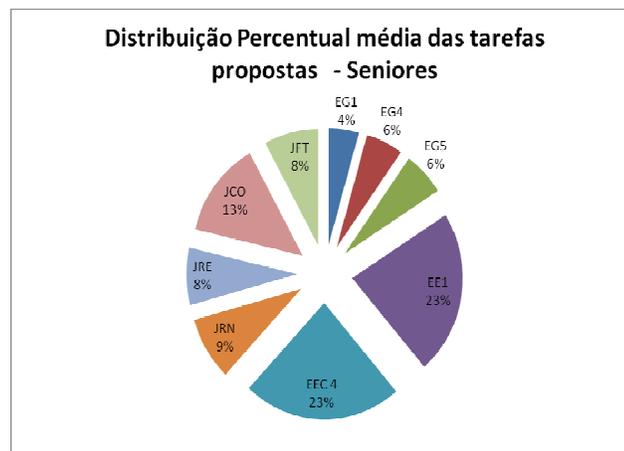


Fig.3 Distribuição Percentual média das tarefas propostas – Seniores

O treinador dos Seniores utilizou os exercícios específicos do tipo I e as Formas Jogadas (competição de lançamentos intra-grupos) com maior preponderância nos treinos observados. Apresentou igualmente uma incidência assinalável nas situações de jogo, sobretudo as de Jogo condicionado ofensivamente.

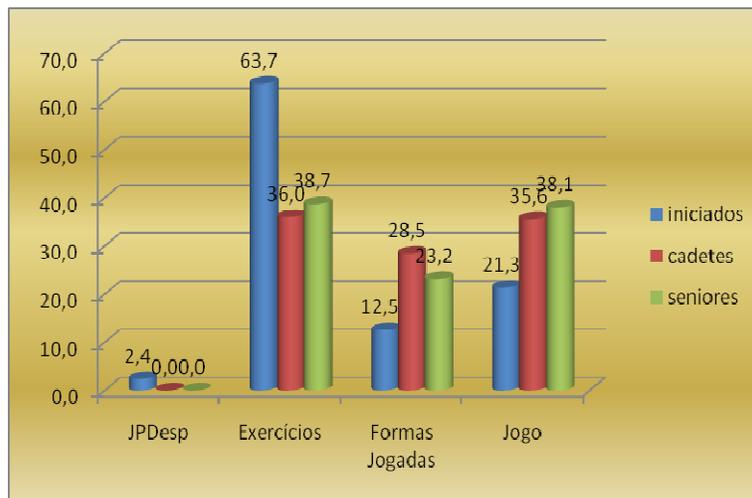


Fig.4 Distribuição Percentual dos critérios pelos escalões

Entrando numa análise das categorias do instrumento, a figura 4 mostra-nos que existe uma clara aproximação entre o padrão de treinos observados dos Cadetes e Seniores. Os Jogos pré desportivos só foram observados nos treinos dos Iniciados e com um peso de 2,4%. O treinador dos Iniciados parece também privilegiar a situação de exercício, sendo que, como vimos na fig. 1, são exercícios específicos aqueles que merecem mais a sua atenção. No treino de Cadetes e de Seniores, verificou-se por sua vez, um equilíbrio entre as formas jogadas e as situações de jogo constituído ambas, nos dois escalões, mais de 60% do treino.

Outro dado que nos parece de assinalar foi o peso crescente que o jogo demonstrou como meio privilegiado de treino.

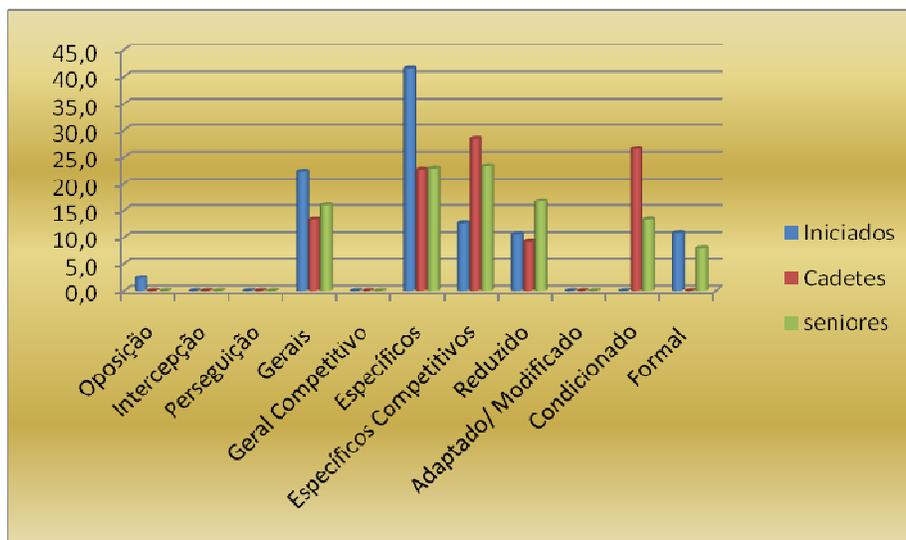


Fig. 5 Distribuição Percentual das categorias de 1º nível pelos escalões

Mais pormenorizada é a informação que nos dá a figura 5, onde se verifica que o meio de treino de eleição do treinador dos iniciados é o exercício específico, enquanto que as formas jogadas aparecem como tendo a preferência quer do treinador de Cadetes, quer do dos Seniores.

O treino dos iniciados parece caracterizado por, pequena presença de Jogos pré desportivos de oposição individual (2,4%), preferência da situação de exercício específico (41,5%) em detrimento do exercício geral (22,2% e uma distribuição equitativa entre a situação de jogo formal (10,8%) e a de jogo reduzido ((JRN) quanto ao número de jogadores)(10,6%).

Os cadetes, têm nas formas jogadas (28,5%) e na situação de jogo condicionado ((JCO) Jogo condicionado ofensivamente)(26,5%), os meios de treino de eleição, havendo no entanto assinalável presença de exercícios específicos de tipo, um (13,8%) e dois (sem oposição e com oposição condicionada respectivamente) (8,8%). De destacar também a ausência, nos treinos observados, da situação de jogo formal por oposição à forte utilização da forma de jogo anteriormente referida.

Os seniores são curiosamente onde se verificou uma maior utilização do jogo como meio de treino (38,1%), tendo sido utilizado nas vertentes de espaço e número. O jogo Formal (7,9%) surge com menor prevalência que o jogo Condicionado (13,4%), sendo a condicionante ofensiva aquela que prevalece nesta última forma de jogo. Mas é o jogo reduzido (16,7%),a 1\2 campo ((JRN) número), aquele que mais foi utilizado (8,8%).

O treinador dos Seniores utilizou também Exercícios Gerais (15,9%), mas claramente com menor peso temporal que o atribuído quer às formas jogadas (23,2%), quer aos exercícios específicos (24,5%).

CONCLUSÕES

Devido às características da amostra, não podemos com precisão generalizar os resultados, mas podemos referir alguns indicadores que poderão ser motivadores para novas investigações.

Assim, parece-nos evidente que os treinadores observados, privilegiam na sua globalidade, Exercícios Específicos a Gerais. As formas jogadas são também uma presença bastante efectiva, o que nos permite concluir que existe uma preocupação de aproximar as situações de treino ao jogo, possibilitando também que o atleta realize uma prática consciente e contextualizada.

A presença muito vincada do jogo como meio de treino foi também verificada, sendo que nos parece que no caso dos Iniciados não se utiliza tanto quanto deveria (no nosso entender), sobretudo o jogo condicionado, fundamental nas primeiras fases da evolução. É notória, igualmente, a pouca importância dada aos jogos pré desportivos em detrimento das formas de exercício, o que nos parece nas idades em questão, contraproducente, visto que sendo o problema desta fase fundamentalmente tático, pensamos que a riqueza oferecida por este meio de treino se trata de uma opção a não descurar. Neste caso em concreto parece dar razão à afirmação de Ferreira (2007) que *“exercita-se muito e joga-se pouco”*.

REFERÊNCIAS

ANGUERA, M. *et al.* La Metodologia Observacional en Deporte: conceptos básicos, *efdeportes Rev. Digital*, Ano 5, nº 24, Buenos Aires, 2000.

FERREIRA, A. *Ensinar Jovens a Jogar... A melhor solução para aprendizagem da técnica e da tática.* FMH-UTL, Lisboa, 2007.

GRAÇA, M. *et al.* *O modelo de competência nos jogos de invasão: proposta metodológica para o ensino e aprendizagem dos jogos desportivos.* CIB, Cáceres, 2003.

GRAÇA, M. e MESQUITA, I. A investigação sobre o ensino dos jogos desportivos: ensinar e aprender as habilidades básicas do jogo. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, vol. 2, nº 5, p. 67–79, Porto, 2002.

RIBEIRO, M e VOSSOLOVITCH, A. *Andebol – O ensino do Andebol dos 7 aos 10 anos*, UTL–FMH, Lisboa, 2000.

Contatos

Escola Superior de Desporto de Rio Maior
Fone: 263759021 (Portugal)
Endereço: Rua Principal nº6 Silveira da Machôa CEP.: 2580-156 Santana da Carnota, Alenquer
E-mail: joeledfisica@gmail.com

Tramitação

Recebido em: 19/04/08
Aceito em: 28/08/08