

VALDOMIRO DE OLIVEIRA

**O PROCESSO DE ENSINO DOS JOGOS
DESPORTIVOS COLETIVOS: UM ESTUDO ACERCA
DO BASQUETEBOL**

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

VALDOMIRO DE OLIVEIRA

**O PROCESSO DE ENSINO DOS JOGOS
DESPORTIVOS COLETIVOS: UM ESTUDO ACERCA
DO BASQUETEBOL**

Dissertação de Mestrado apresentada à
Faculdade de Educação Física da
Universidade Estadual de Campinas.

ORIENTADOR: PROF. DR. ROBERTO RODRIGUES PAES

CAMPINAS, 2002

**UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
DEPARTAMENTO DE PÓS-GRADUAÇÃO EM CIÊNCIAS DO
DESPORTO DA FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA**

“Este exemplar corresponde á redação final da dissertação de mestrado defendida por **Valdomiro de Oliveira** e aprovada pela comissão julgadora em 20/12/2002.”

Doutor: Roberto Rodrigues Paes- Orientador

Doutor: Antonio Carlos Gomes

Doutor: Paulo Roberto de Oliveira

CAMPINAS – 2002

Dedicatória

“A minha família e aos seres superiores que nos conduzem nesta vida”

Aos maestros do desporto, senhores Professores Doutores:

Paulo Roberto de Oliveira e Antonio Carlos Gomes, por acreditarem e incentivarem alguém que nunca deixou de acreditar em vocês, abraços eternos e minha gratidão pois,

“Vocês tem missões importantes aqui, e suas capacidades, aliada a competência e serenidade nunca me deixaram duvidas, que eu deveria acreditar na educação física e no desporto, buscando dentro da alma toda a crença que os mais simples também podem vencer”

“A todos os meus professores, técnicos, atletas e amigos que, pela convivência de muitos anos nas quadras me motivaram a cursar educação física e me dedicar aos cursos de especialização e mestrado, conhecendo e admirado os maestros brasileiros das ciências do desporto e realizar este trabalho com muita dedicação e tranquilidade”

“A minha namorada Gislaine, pela paciência, dedicação e amor, que demonstrou durante todos os momentos difíceis, na qual vivi a espera deste título”

E por fim,

Ao meu orientador Professor Roberto Rodrigues Paes, que me conduziu como um filho, como um irmão mais novo, entendendo minhas dificuldades no início do curso e me incentivando sempre com elogios e palavras sabias.

“Seus elogios nos dão força para acreditar que somos capazes. Nunca me senti abandonado e depois de muito tempo, me sinto seguro nas minhas falas e acredito que posso agora, andar com minhas próprias pernas, “obrigado por tudo”.

Agradecimentos

A Universidade Estadual de Maringá e todos os professores do departamento de educação física pela convivência durante a licenciatura

A Pós-Graduação em ciências do desporto da faculdade de educação física da Universidade Estadual de Campinas e em especial aos funcionários que me receberam com muito carinho e atenção

Ao Professor Dr José Luis Vieira, que surgiu como uma luz, para que eu pudesse compreender as novas possibilidades de ensinar os jogos desportivos coletivos: obrigado pelos ensinamentos.

Aos queridos professores da Velha guarda: Joaquim, Umeda, Fred, Carraro, Jair, Celso e Macoto, pela convivência de muitos anos e troca de conhecimentos importantes para a vida acadêmica

Aos amigos do basquetebol de Cambé, que abriram as portas para o mundo desportista, técnico Saulo e jogadores: Pato, Tim, Nivaldo, Gláucio, Caico, entre outros daquela cidade, por muitos títulos e pela convivência de anos

Aos amigos do basquetebol Maringaense e Paranaense: Sergio Abujanrra, Cambará, Nino, Paraná, Profeta, Laurindo, Primo, Claudião, Rosa, Sergio prati, Luis

Aos amigos da jovem guarda: Eduardo, Tião, Renata, Marchi, Roger, Jéferson, Ricardinho, Rodrigo, e Graziela, Palpitz e Osler, pelos maravilhosos momentos, que vivemos juntos

Aos novos amigos Ge, Gilmar, Luizão, Ogawa, Ricardo e Marcelo, pela convivência e desenvolvimento do basquetebol veterano, que dá continuidade a prática do basquetebol

A família Tarhovi: Eugenio, Terezinha, Alessandra, Elton e Evandro pelo apoio e incentivo durante toda a minha caminhada em Maringá

Aos amigos de apoio: Flávio e Anie que colaboraram de forma decisiva para o término deste trabalho

Aos amigos apaixonados pelo basquetebol Neno e Luciana: Parabéns e muito obrigado por trocarmos informações todos esses anos

Aos amigos do mestrado: Ciro, Wilton, Laurita, Cris, Fernanda, Taninha, Roberto Alegria, Mauricio, Gustavo, Zé e Dê, pela amizade e momentos filosóficos, que vivemos juntos

Aos professores do Mestrado em especial, professor Miguel Arruda pelos ensinamentos que transmitiu durante a disciplina de crescimento, desenvolvimento e maturação.

Aos companheiros de orientação do professor Roberto Paes pelos momentos de discussão e aprendizagem: Wagner Bergamo e José Catrlos Moreno- Cacá

Aos companheiros, Paulo César Montagner, Hermes Balbino, que em nenhum momento deixaram de me incentivar positivamente na busca de uma melhor convivência transformando a vida das pessoas que nos rodeiam, “Obrigado por tudo Amigos”.

SUMÁRIO

LISTA DE QUADROS.....	xxi
LISTA DE FIGURAS.....	xxv
LISTA DE GRÁFICOS.....	xxvii
RESUMO.....	xxix
ABSTRACT.....	xxxi
APRESENTAÇÃO.....	xxxiii
INTRODUÇÃO.....	01
1. Caracterização do Tema.....	01
2. Justificativas do Estudo.....	04
3. A Problematização.....	06
4. Objetivos do Estudo.....	07
4.1. Objetivo Geral.....	07
4.2. Objetivos Específicos.....	07
5. Delimitação do Estudo.....	08
CAPÍTULO I	
A PEDAGOGIA DO DESPORTO NA INICIAÇÃO E ESPECIALIZAÇÃO	
DESPORTIVA	
1. Os Procedimentos de Ensino nos Jogos Desportivos Coletivos.....	09
2. A Pedagogia da Iniciação nos Jogos Desportivos Coletivos.....	10
3. A Pedagogia da Especialização nos Jogos Desportivos Coletivos.....	18
CAPÍTULO II	
ETAPAS DO DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO	
1. Etapa de Iniciação Desportiva e suas Fases de Desenvolvimento.....	24

2. Fase de Iniciação Desportiva I.....	25
2.1. Participação em Atividades Variadas com Caráter Recreativo.....	26
3. Fase de Iniciação Desportiva II	28
3.1. Aprendizagem Diversificada de Modalidades Desportivas.....	28
4. Fase de Iniciação Desportiva III.....	32
4.1. Automatização e Refinamento da Aprendizagem Anterior.....	32
5. Etapa de Especialização Desportiva nos Jogos Desportivos Coletivos e suas Fases de Desenvolvimento.....	37
5.1. Fase de Treinamento Especializado Nível I.....	38
5.1.1. Especialização na Modalidade Escolhida.....	39
5.1.2. O Treinamento e sua Relação com o Crescimento, Maturação e Desenvolvimento.....	41
5.1.3. Idade Cronológica e Biológica no Treinamento.....	42
5.1.4. O Treinamento Teórico: a Compreensão dos Objetivos e Metas no Processo de Aprendizagem.....	44
6. Fase de Treinamento Especializado Nível II.....	45
6.1. Aprofundamento e Aproximação do Treinamento Adulto.....	46
7. Fase de Treinamento Especializado Nível III.....	49
7.1. Manutenção dos Resultados Adquiridos: a Longevidade Desportiva.....	49

CAPÍTULO III

A PESQUISA

1. O Contexto da Pesquisa.....	56
2.Procedimentos Metodológicos.....	57
2.1.Caracterização do Estudo.....	57
2.2 Sujeitos do estudo	57
2.3Coleta de Dados.....	59
2.4 Instrumentos de Medida.....	59
2.41.Entrevista Semi-Estruturada.....	59
2.5 Contato com os Informantes.....	59

2.6 Análise dos Dados.....	60
----------------------------	----

CAPÍTULO IV

RESULTADOS E DISCUSSÃO

1. Análise e Discussão dos Resultados.....	61
2. O Processo de Iniciação e Especialização dos Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol.....	61
2.1. Etapa de Iniciação Desportiva dos Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol.....	61
3. Etapa de Especialização Desportiva dos Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol.....	68
4. Vivência dos Melhores Resultados dos Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol.....	75

CAPÍTULO V

INDICAÇÕES PEDAGÓGICAS PARA O ENSINO DO BASQUETEBOL NAS ETAPAS DE INICIAÇÃO E TREINAMENTO ESPECIALIZADO

1. O Processo de Iniciação e Treinamento Especializado em Basquetebol: uma Proposta em Pedagogia do Desporto.....	82
1.1. Introdução ao Basquetebol.....	82
1.2. A função do Técnico de Basquetebol.....	82
2. Sugestões Metodológicas para a Etapa de Iniciação em Basquetebol e suas Fases de Desenvolvimento.....	85
3. A Fase I.....	86
3.1. Conteúdos.....	87
3.1.1. O Domínio do Corpo.....	87
3.1.2. A Manipulação da Bola.....	87
3.1.3. Os Passes e Recepções.....	88
3.1.4. O Drible.....	88
4. A Fase II.....	89
4.1. Conteúdos.....	89

4.1.1. O Arremesso.....	89
4.1.2. O Rebote.....	90
4.1.3. Os Fundamentos Sincronizados.....	90
5. A Fase III.....	90
5.1. Conteúdos.....	91
5.1.1. Situações de Jogo.....	91
5.1.2. Transição.....	91
6. Sistemas Ofensivos nas Fases de Iniciação em Basquetebol.....	92
6.1. O Sistema Ofensivo.....	92
6.2. O Ataque Contra Sistemas Individuais.....	92
6.3. O Ataque Contra Sistemas por Zona.....	93
6.4. A Defensiva.....	93
6.5. A Defesa contra-individual.....	94
7. Sugestões Metodológicas para a Etapa de Treinamento Especializado em Basquetebol.....	95
7.1. O Desenvolvimento da Resistência.....	97
7.2. O Desenvolvimento da Força.....	98
7.3. O Desenvolvimento da Velocidade e Rapidez.....	99
7.4. O Desenvolvimento da Flexibilidade.....	100
7.5. O Desenvolvimento da Coordenação.....	101
8 Sugestões de Treinamento da Técnica dos Jogadores de Basquetebol nas Fases de Treinamento Especializado.....	104
9 A Preparação Tática dos Jogadores de Basquetebol nas Fases de Treinamento Especializado.....	105
9.1 Defensiva por Zona.....	106
9.2 Defensiva Individual.....	106
9.2.1 Características que Devem ser Desenvolvidas nos Jogadores de Basquetebol em Relação à Defesa Individual.....	107
9.2.2 A Defesa Combinada.....	108
9.2.3 A Defesa Individual Pressionada.....	109
9.2.4 A Defesa Individual Pressionada por Zona.....	109

9.2.5	O Sistema Defensivo Contra-Individual.....	110
9.2.6	O Sistema Ofensivo Contra Defesa por Zona.....	111
9.2.7	Situações Especiais de Jogo.....	112
9.2.8	O Contra Ataque nas Fases de Treinamento Especializado.....	113
9.2.9	Formas de Realização do Contra-Ataque.....	113
10	Novas Possibilidades para a Etapa de Treinamento Especializado em Basquetebol.....	115
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....		117
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....		120
ANEXOS.....		125

LISTA DE QUADROS

QUADRO 1 – Periodização do processo de ensino para os jogos desportivos coletivos na etapa de Iniciação, com um exemplo para o basquetebol.....	25
QUADRO 2 – Correlação da preparação geral e especial entre as fases de Iniciação I, II e III.....	35
QUADRO 3 – Periodização do processo de ensino dos jogos desportivos coletivos na etapa de especialização, com um exemplo para o basquetebol.....	38
QUADRO 4 – Percentual do volume de treinamento geral e especial nas fases de treinamento especializado I, II e III.....	53
QUADRO 5 – Perfil dos atletas da seleção brasileira de basquetebol adulto masculino que representou o Brasil no Campeonato Mundial (edição 2000).....	57
QUADRO 6 – Atividades motoras vivenciadas pelos atletas da seleção brasileira de basquetebol durante a infância.....	62
QUADRO 7 – Modalidades desportivas aprendidas pelos atletas da seleção brasileira de basquetebol, durante a etapa de iniciação desportiva.....	64
QUADRO 8 – Modalidade desportiva mais praticada pelos atletas da seleção brasileira de basquetebol na etapa de iniciação desportiva.....	66
QUADRO 9 – Perfil da trajetória da iniciação à especialização dos atletas da seleção brasileira de basquetebol na etapa de especialização em basquetebol.....	68
QUADRO 10 – Perfil dos conteúdos aprendidos e praticados pelos atletas da seleção brasileira de basquetebol na etapa de especialização em basquetebol.....	72
QUADRO 11 – Zonas etárias e os êxitos dos atletas do basquetebol internacional.....	78
QUADRO 12 – Sujeitos do estudo e entidades patrocinadoras.....	80
QUADRO 13 – Fases, categorias, idades cronológicas, faixas escolares, idades biológica e os objetivos para as fases de iniciação em basquetebol.....	86
QUADRO 14 – Fases, idades e conteúdos para o desenvolvimento das capacidades físicas e a aprendizagem da técnica nas fases de iniciação em basquetebol.....	95
QUADRO 15 – Fases, categorias, idade cronológica, faixas escolares, idade biológica.....	96

QUADRO 16 – Indicações pedagógicas para o desenvolvimento das capacidades físicas e aperfeiçoamento e aprofundamento dos aspectos técnicos e táticos nas fases de treinamento especializado em basquetebol.....	97
QUADRO 17 – Anos de prática, idade e a amplitude do estímulo para o treinamento da força, na preparação em vários anos dos jogadores de basquetebol.....	98
QUADRO 18 – Funções dos jogadores no basquetebol moderno.....	102
QUADRO 19 – Aperfeiçoamento e aprofundamento dos fundamentos do jogo de basquetebol “técnica com bola”.....	103
Quadro 20 – Aperfeiçoamento e aprofundamento da técnica sem bola.....	104
Quadro 21 – Sugestões para o desenvolvimento das capacidades físicas e aperfeiçoamento e aprofundamento da técnica e tática nas fases de treinamento especializado em basquetebol.....	116

LISTA DE FIGURAS

FIGURA 1 – Fluxograma construído para o modelo de estudo.....	58
FIGURA 2 – Indicações pedagógicas para o ensino na fase I.....	83
FIGURA 3 – Indicações pedagógicas para o ensino na fase II.....	84
FIGURA 4 – Indicações pedagógicas para o ensino na fase III.....	87
FIGURA 5 – Exercícios de alongamento para o basquetebol.....	89

LISTA DE GRÁFICOS

GRÁFICO 1 – Horas de treinamento semanal na etapa de treinamento especializado em basquetebol.....	69
GRÁFICO 2 – Idade dos melhores resultados dos atletas da seleção de basquetebol em nível estadual.....	75
GRÁFICO 3 – Idade dos melhores resultados dos atletas da seleção brasileira de basquetebol em nível nacional.....	76
GRÁFICO 4 – Idade dos melhores resultados dos atletas da seleção brasileira de basquetebol em nível internacional.....	77
GRÁFICO 5 – Idade de dedicação específica em uma função pelos atletas da seleção de basquetebol.....	79

RESUMO

Este estudo tem como objetivo principal apresentar uma proposta para o ensino dos jogos desportivos coletivos, em especial para o basquetebol, numa perspectiva longitudinal, considerando duas grandes etapas; iniciação e especialização desportiva. E como projeto-piloto, estudou-se a seleção brasileira de basquetebol, adulto masculino que representou o Brasil no campeonato mundial de 2002. Por intermédio de questionário semi-estruturado, buscou-se identificar como se desenvolveu, no curso da história de vida dos atletas, a vivência motora durante a infância; quais modalidades foram apreendidas na iniciação desportiva e como ocorreu a aprendizagem; e, além do basquetebol, quais modalidades eram praticadas e como se desenvolviam essas práticas. Analisamos o contexto e o período em que ocorreu a especialização no basquetebol e como foram aplicados os conteúdos do treinamento físico-técnico-tático durante as fases iniciais de especialização até a obtenção dos melhores resultados. O modelo de estudo foi o de Bronfenbrenner (1995), o qual trata das questões relacionadas à pessoa-processo-contexto-tempo. Utilizou-se, para a coleta de dados, fichas dos informantes, um gravador Panasonic, onze fitas cassetes marca TDK e entrevista semi-estruturada. Os sujeitos da pesquisa foram onze atletas pertencentes à seleção brasileira, convocados para o campeonato mundial, edição 2002. Para a interpretação dos dados, utilizou-se a análise de conteúdo sobre história de vida de Trivinos, 1987, p. 148. Os resultados demonstraram grande variedade nas experiências motoras dos sujeitos analisados. No que tange à iniciação desportiva, os sujeitos aprenderam e praticaram diversas modalidades além do basquetebol, com predomínio do futebol. Os sujeitos da pesquisa iniciaram a especialização na modalidade escolhida, basquetebol, por volta dos 15 anos de idade. Quanto aos conteúdos de treinamento físico, observou-se maior ênfase nas corridas de longa distância, escadarias e piques, dentro e fora da quadra; quanto aos aspectos do treinamento técnico, percebeu-se a presença dos fundamentos e exercícios; quanto aos conteúdos do treinamento tático, pôde-se perceber algumas movimentações ofensivas, e, principalmente, jogadas ensaiadas. O clube desportivo foi o principal local de treinamento e também de apoio financeiro patrocinador. Após análises quantitativas e qualitativas, observou-se que o desenvolvimento dos atletas não aconteceu de forma contínua e que também não ocorreu sistematização e periodização do ensino como processo pedagógico, no qual devem-se respeitar as fases sensíveis e críticas de desenvolvimento das capacidades físicas, cognitivas e da aprendizagem das habilidades motoras específicas do basquetebol.

ABSTRACT

This study has as a target investigate how the process of teaching the collective sport games was given, especially in the modality of basketball, with athletes of the adult Brazilian male team of 2002. Through semi-structured questionnaires, it was looked for the identification of how developed, in the course of the history of the athletes' life, the motory lived during the childhood; which modalities were apprehended in the sport initiation and how the learning happened; and, besides the basketball, which modalities were practiced and how those practices developed. We analyzed the context and the period that the specialization in basketball happened and how the contents of the physical-technician-tactical training were applied during the initial phases of specialization to the obtaining of best results. The study model was taken from the Bronfenbrenner (1995), which treats of the subjects related to the person-process-context-time. For the collection of data, it was used records of the informers, a Panasonic tape recorder, eleven cassette ribbons mark TDK and semi-structured interview. The individuals of the research were eleven athletes belonging to the Brazilian team, drafted for the 2002 World Championship. For the interpretation of the data, the content analysis was used from the history of the life of Trivinos, 1987, p. 148. The results demonstrated great variety in the motory experiences of the analyzed individuals. With respect to the sport initiation, the individuals learned and practiced several modalities besides the basketball, with prevalence of soccer. The individuals from the research began the specialization in the chosen modality, basketball, for about the 15 years old. As for the contents of physical training, larger emphasis was observed in the races of long distance, staircases and nick, inside and outside of the court; as for the aspects of the technical training, it was noticed the presence of the foundations and exercises; as for the contents of the tactical training, it could be noticed some offensive movements, and, mainly, rehearsed plays. The sport club was the main training place and also the financial support sponsor. After quantitative and qualitative analyses, it was observed that the athletes' development didn't happen in a continuous way and that it didn't also happen systemization and periodization of the teaching as pedagogic process, in which the sensitive and critical phases of the capacities physical development, cognitive and the learning of the specific moving abilities of the basketball should be respected.

APRESENTAÇÃO

No início da década de 80, estava na escola, na quinta série, e, em uma aula de educação física, um professor aplicou um jogo que ele chamava de basquetebol; esse jogo não era conhecido por mim, pois eu só brincava os jogos que aprendi na rua com os vizinhos. Após conhecer o basquetebol na escola, nas aulas de educação física, passei a praticá-lo nos intervalos, no recreio e também após o final das aulas, no quintal de casa. Ao final dos treze anos de idade estava passando em frente ao ginásio de desportos da cidade de Rolândia, no norte do Paraná, quando avistei um técnico ministrando treinamento de basquetebol. Ao me aproximar, ele me disse: por que você não treina? Respondi: não posso.... minha família quer que eu trabalhe para ajudar em casa. Todavia, não resisti e fui, às escondidas, no outro dia ao treino e, a partir daí, não mais abandonei o basquetebol, me especializando e me tornando jogador, participando de vários torneios nacionais e amistosos internacionais. Aos 16 anos, assumi o cargo de técnico na cidade Rolândia e comecei a estudar basquetebol nos cursos em vídeos, com diferentes técnicos do basquetebol brasileiro, espanhol, americano, entre outros. Participei também de eventos que contribuíram para a minha formação como técnico nas categorias mirim, infantil e infanto no estado do Paraná. Resolvi prestar o vestibular para o curso de Educação Física e acabei, após muita insistência, entrando na Universidade Estadual de Maringá. Graduei-me em quatro anos; o curso estava de encontro com meus interesses. Após a graduação, fiz especialização na cidade de Londrina, onde havia jogado em algumas temporadas. Em uma das disciplinas, conheci o professor Paulo Roberto de Oliveira, que me disse: “o basquetebol precisa de estudantes”. Essa frase simplesmente me deu asas para aprofundar mais ainda meus conhecimentos em basquetebol e procurei, ao final do curso de especialização, o professor Antônio Carlos Gomes, que havia voltado do doutorado, para discutir os problemas da preparação física dos basquetebolistas brasileiros. Naquela ocasião, a preocupação era a preparação física de nossos jogadores, visto que acreditava que poderíamos ser melhores se jogássemos mais rápido com e sem a bola, principalmente. Iniciei, então, a busca pelo mestrado em várias universidades, quando acabei, após três concursos seguidos, por entrar na Unicamp, sob a orientação do ilustre professor Roberto Rodrigues Paes, que, além de orientador, me tornei admirador, e o considero como um fiel

escudeiro e amigo. Compartilhamos o pensamento de que só a parte física não é suficiente, e que, juntos, poderíamos construir um trabalho ampliando as possibilidades; estruturamos uma proposta de ensino para os jogos desportivos coletivos, dividida em seis fases, visando, especificamente, à aprendizagem das habilidades e estratégias tático-cognitivas e também ao desenvolvimento das capacidades físicas específicas para o basquetebol na iniciação e no treinamento especializado, com a intenção de contribuir para a melhora do basquetebol no cenário mundial nas próximas décadas.

INTRODUÇÃO

1. Caracterização do Tema

Nos dias atuais, temos observado um aumento considerável nas discussões sobre as metodologias de ensino dos desportos; nos jogos desportivos coletivos, inúmeros são os assuntos a serem debatidos. Nossa intenção, neste estudo, refere-se ao diálogo relacionado à preparação desportiva, entendida como processo de ensino-aprendizagem, que ocorre desde que a criança inicia-se na atividade desportiva até sua dedicação exclusiva em uma modalidade. Objetivamos, com este trabalho, abranger os assuntos pertinentes ao ensino de habilidades e competências de estratégias táticas dos jogos desportivos coletivos bem como o desenvolvimento das capacidades físicas por intermédio dos estudos em pedagogia do desporto. Esses estudos, por sua vez, podem ser compreendidos em duas etapas: uma abrange a iniciação desportiva e a outra a especialização nos jogos desportivos coletivos, especificamente no basquetebol.

Os jovens, para alcançarem suas metas desportivas, sofrem influência de inúmeros fatores, entre estes os genéticos e os ambientais, oriundos do contexto social e cultural nos quais estão inseridos. Defendemos, neste estudo, a importância da iniciação desportiva precoce, pois entendemos que os jovens devem ter acesso ao desporto o mais cedo possível. Entretanto, somos críticos quanto ao procedimento de especialização da criança em uma prática apenas, antes dos doze anos e, além disso, acreditamos que deve-se estabelecer no desporto a função educacional, ou seja, o desporto é um dos mais importantes aliados da vivência infantil, considerando suas múltiplas dimensões, haja visto que o mesmo pode tornar-se um facilitador no processo de educação do cidadão. Para tanto, a prática do desporto deve ser balizada pelas seguintes instâncias: respeitar os períodos sensíveis de desenvolvimento, crescimento e maturação; respeito à idade biológica; à situação social, cultural, psicológica e fisiológica da criança.

Neste aspecto, concordamos com Gomes (1999), o qual afirma que:

“O treinador inteligente deve fundamentar seu trabalho por todos os princípios gerais do ensino e da educação, procurando, de maneira criadora,

adaptá-la à realidade do treino desportivo. Dessa forma, o trabalho inicial a ser desenvolvido pelo treinador não difere de outro professor em qualquer das mais diversas áreas de ensino” (Gomes, 1999, p. 10).

Entendemos, que deve-se, proporcionar às crianças e adolescentes o desenvolvimento multilateral, para que estes internalizem uma base sólida antes da especialização em uma modalidade. Bento (1989) aponta que o princípio fundamental do ensino deve vigorar da seguinte maneira:

“O desenvolvimento presente e futuro das crianças não pode ser sacrificado e hipotecado a sucessos de curto prazo de duração. Não é a obtenção eficaz de rendimento que as crianças buscam na iniciação. São inúmeros os exemplos que confirmam essa tese. As crianças, sobretudo, devem ser progressivamente introduzidas em rendimentos, que se realizarão plenamente da juventude até a fase adulta” (Bento, 1989, p. 25).

Seguindo esse raciocínio, acreditamos que o sucesso dos jovens no desporto dependerá amplamente da relação ensino-aprendizagem, de boas escolas, de treinamentos, de bons técnicos, de apoio familiar, entre outros. De qualquer forma, o potencial genético, o treinamento pedagogicamente sistematizado e a diversificação de atividades são fatores que podem influenciar diretamente na manutenção das crianças e adolescentes no desporto, possibilitando-lhes melhores resultados. Em relação ao fator diversificação – aprendizagem em várias modalidades desportivas –, fica evidente, em pesquisas realizadas por estudiosos, a relevância da participação das crianças e adolescentes nas mais diversas práticas desportivas antes da especialização em uma só modalidade.

Darido e Christofolletti (1994) procederam a uma análise das experiências anteriores no desenvolvimento da jogadora de basquetebol ‘Hortência’. Essa análise indicou uma continuidade na trajetória de seu desenvolvimento, o qual iniciou-se com brincadeiras

populares, passando pelas modalidades de handebol e atletismo em nível escolar, para, com quatorze anos de idade, começar sua especialização no basquetebol.

Outro exemplo é demonstrado por Vieira (1999) com um nadador brasileiro que especializou-se, aos quinze anos de idade, na natação, tendo antes passado pela aprendizagem das diferentes modalidades desportivas, como voleibol, natação, basquetebol, futebol e tênis, durante sua fase escolar fundamental. O autor constata que atletas com base sólida e diversificada de destreza e de habilidades motoras parecem ser melhor preparados para a especificidade.

Os jogos desportivos coletivos, especialmente o basquetebol, devem estar presentes na educação formal, que tem, na escola, seu principal ambiente e também na educação não formal, em que os clubes e as chamadas escolinhas ocupam espaços de maior relevância. Os dois ambientes, formal e informal, são cenários importantes para a prática desportiva. A escola deve tratar o desporto como um de seus conteúdos pedagógicos nas aulas de educação física, pois a prática do desporto escolar é fundamental, tendo em vista que há, hoje, no Brasil, 168 mil escolas públicas que atendem aproximadamente 36 milhões de alunos, tornando-se um grande foco de estudos. Não obstante, atender o clube desportivo e outras agências, como as escolinhas, também se faz necessário; mesmo atingindo um menor número de crianças, essas instituições também devem possuir um tratamento pedagógico, o que implica ter clareza nos objetivos e, sobretudo, organização e planejamento.

Com o intuito de organizar o estudo sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos, em especial o basquetebol, na iniciação e na especialização, optamos, por dividir o estudo, em, cinco capítulos, na qual apresentamos uma proposta, para o desenvolvimento das capacidades físicas, aprendizagem e treinamento dos aspectos técnico-tático. Foram abordados, no primeiro capítulo, os procedimentos pedagógicos de ensino para a iniciação e a especialização nos jogos desportivos coletivos. No segundo capítulo, abordamos aspectos referentes, as etapas e fases de desenvolvimento dos atletas e suas formas de organização em vários anos de treinamento, onde na etapa de iniciação desportiva, apresentamos a fase de iniciação desportiva I, na qual a participação em atividades variadas demonstra o envolvimento das crianças e a importância das atividades multifacetadas com acentuado caráter lúdico, facilmente verificadas nos jogos e brincadeiras pertencentes ao mundo infantil. Em seguida, estudamos a fase de iniciação desportiva II, que marca a importância

da aprendizagem diversificada de modalidades desportivas e a diversificação de atividades dentro da modalidade escolhida, ressaltando o valor da escola e do clube no processo ensino-aprendizagem, caracterizando a vivência através dos fundamentos específicos dos jogos. Na seqüência, abrangemos a fase de iniciação desportiva III, enfatizando a automatização e o refinamento do que foi aprendido anteriormente, oportunizando os pré-adolescentes reverem os conteúdos e aprenderem novas realidades, tais como situações de jogo, exercícios sincronizados, transição (contra ataque), sistemas ofensivos e defensivos. Dando continuidade, caracterizamos a fase de treinamento especializado nível I, que é o período de especialização na modalidade escolhida, em que os adolescentes buscam o aperfeiçoamento dos fundamentos técnicos, táticos e das capacidades físicas através dos treinamentos e competições em uma modalidade. O penúltimo item relaciona-se à fase de treinamento especializado nível II, que corresponde ao aprofundamento e aproximação ao treinamento adulto, cujos resultados, em competições, são determinantes para a continuidade do processo. E, para finalizar, verificamos a fase de treinamento especializado nível III, apontando o período de manutenção dos resultados adquiridos, os quais concretizam o treinamento na fase adulta.

O terceiro capítulo do estudo, ficou reservado para os procedimentos metodológicos, que compreende o contexto da pesquisa realizada com intuito de ter conhecimento de causa, sobre o processo de ensino desportivo dos atletas da seleção brasileira de basquetebol masculino que representou o Brasil no último campeonato mundial.

No quarto capítulo apresentamos a discussão dos resultados da pesquisa para enfim no quinto capítulo, apresentarmos sugestões metodológicas para o ensino do basquetebol, para as etapas de iniciação e treinamento especializado.

2. Justificativas do Estudo

O sucesso em nível internacional, segundo a literatura especializada do treinamento desportivo, depende de muitos fatores presentes em cada cultura (Zakharov e Gomes, 1992; Matveev, 1997).

No Brasil, na maioria das situações, procura-se o resultado em curto prazo. Esse procedimento, especificamente na modalidade basquetebol, tem ocorrido com frequência em todas as categorias. Na categoria adulto masculino, observando os últimos quatro campeonatos mundiais: 1990-quinto lugar, 1994-décimo quarto lugar, 1998-décimo primeiro e 2002-oitavo lugar (CBB, 2002), estes demonstraram a fragilidade do basquetebol brasileiro ante o cenário internacional. Várias são as razões dos resultados pouco expressivos em nível internacional; entretanto, uma delas, sem dúvida, é a busca da plenitude atlética a curto prazo; essa, todavia, torna-se cada vez mais preocupante. Uma outra situação é a não organização e aplicação dos conteúdos de forma permanente, ocasionando a estabilização da performance. Faz-se necessário, portanto, buscar mais embasamento científico nas propostas metodológicas para a iniciação e para o treinamento desportivo.

Bloom em (1985) afirmava que poucos são os estudos que visam compreender o processo de identificação e desenvolvimento do talento desportivo. Com a mesma apreensão Csikszentmihalyi (1997), investigou as razões pelas quais os adolescentes continuam em sua área de talento enquanto outros desistem, estudando atletas durante quatro anos, cujos estudos demonstraram que o desenvolvimento requer hábitos cultivados nos primeiros ambientes e que, eventualmente, começam e terminam como algo semelhante a traços de personalidade.

Winner (1998) ressalta que os estudos, nessa área, têm se voltado muito mais a traços de personalidade negativos, retardo e limites de habilidades, do que ao desenvolvimento tático-técnico, físico e/ou psicológicos vivenciados pelos talentos.

Diante de tais questionamentos, e levando-se em consideração a realidade brasileira, a temática cuja abordagem traça o eixo do estudo sobre o processo de treinamento, fases de desenvolvimento, jogos desportivos coletivos e basquetebol justifica-se pela necessidade de novas propostas metodológicas que transcendam as pedagogias tradicionais, visando ao oferecimento do desporto em diferentes níveis de atuação, de forma organizada, planejada e sistematizada. Desta forma, nossa proposta relaciona-se às fases de iniciação e especialização em basquetebol, referente aos conteúdos de ensino para o desenvolvimento das capacidades físicas e na aprendizagem técnico-tática.

3. A Problematização

O principal problema que pretendemos abordar relaciona-se à carência de planejamento no oferecimento de práticas desportivas em níveis de iniciação e de treinamento. A ausência de planejamento tem causado uma série de outros problemas, os quais também, direta ou indiretamente, serão abordados, como, por exemplo, o não respeito às fases sensíveis da aprendizagem segundo as teorias desenvolvimentistas; a especialização desportiva precoce; a ausência de resultados em nível internacional na modalidade de basquetebol masculino; o ensino tecnicista proposto de forma fragmentada; o treinamento tático realizado somente por jogadas, não valorizando as capacidades cognitivas, ou seja, a tomada de decisão frente às ações dos adversários, fazendo a leitura do jogo e agindo de acordo com a imprevisibilidade.

A valorização dos talentos precoces por suas capacidades motoras (habilidades) tem provocado o abandono do desporto pelos menos habilidosos (Vieira, 1999). Esse é um motivo para muitas apreensões entre os especialistas da área, o qual provoca reflexões profundas a respeito das metodologias de ensino-aprendizagem na iniciação e no treinamento desportivo. (Bayer, 1994; Garganta, 1999; Greco, 1999; Paes, 2001).

Paes (1989) apresenta, em seus estudos, que os jogadores da seleção brasileira adulta iniciaram a prática aos treinamentos em basquetebol após os 12 anos de idade, continuando a vida esportiva até a fase adulta, demonstrando, assim, que não houve excessos de cargas específicas antes dessa idade. Nessa perspectiva, acreditamos que somente pode-se propor um ambiente de ensino-aprendizagem e treinamento nos desportos coletivos na medida em que se considerar elementos indissociáveis e inerentes aos conteúdos de ensino no treinamento dos atletas, sendo o basquetebol, neste estudo, objeto específico. Tencionamos definir com clareza, em cada fase, a participação das crianças e adolescentes nas atividades, a fim de fundamentar teoricamente, com as bases pedagógicas do esporte, o processo da iniciação e especialização, limitando-nos às modalidades coletivas e aos conteúdos dos treinamentos tático, técnico, físico.

Face às postulações anteriores e para examinar o processo de desenvolvimento da história do curso de vida dos atletas da seleção brasileira de basquetebol masculino, inúmeras são as questões que poderiam ser levantadas. No entanto, considerando-se a

objetividade do estudo, estrutura-se a seguinte questão: como se deu o processo de desenvolvimento do ensino, no curso da história de vida dos atletas do basquetebol masculino, integrantes da seleção nacional?

A partir dessa questão, outras são formuladas, pois tornam-se necessárias para compreender as interações sociais e o ambiente nas diferentes fases de desenvolvimento dos atletas:

- Quais atributos pessoais influenciaram a vida dos atletas na prática do basquetebol?
- Como ocorreu a trajetória nas diferentes fases?
- Quais experiências desportivas e como estas ocorreram nas diferentes fases?
- Quais conteúdos apreendidos e treinados nas diferentes fases do processo nos aspectos físico e técnico-tático?

4. Objetivos do Estudo

4.1. Objetivo Geral

Nosso objetivo geral foi formular uma proposta pedagógica e metodológica que oriente o processo de iniciação e especialização dos jogos desportivos coletivos. Em seguida, investigou-se como se deu o processo de iniciação e especialização dos atletas da seleção brasileira de basquetebol masculino adulto que representaram o Brasil no campeonato mundial edição 2002.

4.2. Objetivos Específicos

Dentre nossos objetivos específicos, destacam-se a identificação de qual contexto e de como ocorreu a iniciação desportiva nos atletas da seleção brasileira masculino; o diagnóstico de como se desenvolveu a prática e quais as modalidades apreendidas pelos atletas. Objetivamos, também, analisar o contexto e o período em que ocorreram a especialização na modalidade escolhida e como foi o treinamento físico-técnico-tático naquela fase; a verificação de como acontece, na atualidade, o treinamento físico-técnico-tático; o conhecimento da história de vida desportiva dos atletas da seleção brasileira de

2002, especialmente em que momento ocorreram as primeiras práticas e em quais modalidades. Por fim estruturamos uma proposta de desenvolvimento das capacidades físicas e aprendizagem das ações técnico-tática no processo de iniciação e especialização na modalidade basquetebol.

5. Delimitação do Estudo

Nosso estudo, tem como principal objeto de análise a modalidade basquetebol. Os sujeitos analisados são os atletas que fazem parte da seleção brasileira de 2002. Nossa abordagem tem, como delimitação, os itens relativos aos conteúdos de treinamento físico técnico-tático. De forma introdutória, também serão discutidos os aspectos relativos à história de vida dos atletas entrevistados.

CAPÍTULO I

A PEDAGOGIA DO DESPORTO NA INICIAÇÃO E ESPECIALIZAÇÃO DESPORTIVA

1. Os Procedimentos de Ensino dos Jogos Desportivos Coletivos

O conjunto de jogos desportivos coletivos é constituído por várias modalidades desportivas – voleibol, futsal, futebol, handebol, pólo aquático, basquetebol – entre outros. Os jogos desportivos, desde sua origem, têm sido praticados pelas crianças e adolescentes dos mais diferentes povos e nações. Sua evolução é constante, ficando cada vez mais evidente seu caráter competitivo, regido por regras e regulamentos (Teodorescu, 1984). Por outro lado, os autores da pedagogia do desporto também têm constatado a importância dos jogos desportivos coletivos para a educação de crianças e adolescentes de todos os segmentos da sociedade brasileira, uma vez que sua prática pode promover intervenções quanto à cooperação, convivência, participação, inclusão, entre outros. A pedagogia do desporto intenciona estudar esse processo, e as ciências do desporto, em suas diferentes dimensões, identificaram vários problemas, os quais serão balizadores deste estudo: busca de resultados em curto prazo; especialização precoce; carência de planejamento; fragmentação do ensino dos conteúdos; e aspectos relevantes, que tratam da compreensão do fenômeno na sua função social. Para discutir o desporto em sua abrangência, um dos objetivos deste estudo, esses aspectos relevantes fazem-se necessários.

Assim sendo, o ensino dos jogos desportivos coletivos deve ser concebido como um processo na busca da aprendizagem. Esse pensamento faz-nos refletir acerca da procura por pedagogias que possam transcender as metodologias já existentes, a fim de inserir, no processo de iniciação desportiva, métodos científicos pouco experimentados. Dessa forma, é de fundamental importância discutirmos a pedagogia da iniciação desportiva, com o respaldo teórico de estudiosos do assunto.

2. A Pedagogia da Iniciação nos Jogos Desportivos Coletivos

Vários autores apresentam propostas, visando discutir a iniciação desportiva. No caso dos jogos desportivos coletivos, verificamos aumento crescente no diálogo, almejando a busca de novos procedimentos pedagógicos, com vistas a facilitar o aprendizado do desporto.

Mertens & Musch (1990) apresentam uma proposta para o ensino dos jogos coletivos, tomando como referência a idéia do jogo no qual as situações de exercícios da técnica aparecem claramente nas situações táticas, simplificando o jogo formal para jogos reduzidos e relacionando situações de jogo com o jogo propriamente dito. Essa forma de jogo deve preservar a autenticidade e a autonomia dos praticantes, respeitando-se o jogo formal. Sendo assim, deve-se manter as estruturas específicas de cada modalidade; a finalização, a criação de oportunidades para o drible, passe, e lançamentos nas ações ofensivas. O posicionamento defensivo é generalizado e almeja-se dificultar a organização ofensiva dos adversários, principalmente nas interceptações dos passes, estabelecendo uma dinâmica entre as fases de defesa-transição-ataque. No que tange às capacidades físicas, é de suma importância o controle do tempo entre os exercícios e jogos, mantendo a intensidade das atividades motoras através de curtos intervalos, privilegiando a velocidade de reação e a coordenação de movimentos.

Bayer (1994) afirma coexistir duas correntes pedagógicas de ensino para os jogos desportivos coletivos: uma utiliza os métodos tradicionais ou didáticos, decompondo os elementos (fragmentação), na qual a memorização e a repetição permitem moldar a criança e o adolescente ao modelo adulto. A outra corrente destaca os métodos ativos, que levam em conta os interesses dos jovens e que, a partir de situações vivenciadas, iniciativa, imaginação e reflexão possam favorecer a aquisição de um saber adaptado às situações causadas pela imprevisibilidade. Essa abordagem pedagógica, chamada de pedagogia das situações, deve promover aos indivíduos a cooperação com seus companheiros, a integração ao coletivo, opondo-se aos adversários, mostrando, ao aprendiz, as possibilidades de percepção das “situação de jogo”, interferindo na tomada de decisão, elaborando uma “solução mental”, buscando resolver os problemas que surgem com

respostas motoras mais rápidas, principalmente nas interceptações e antecipações, frente à atividade dos adversários.

Ainda nesse raciocínio, Gallahue e Osmum (1995) apregoam uma abordagem desenvolvimentista, que, ao ensinar as habilidades motoras (técnicas) para a faixa etária de 7 a 10 anos, a aprendizagem deve ser totalmente aberta, ou seja, os conteúdos do ensino são aplicados pelo professor e praticados pelos alunos, sem interferência e correções dos gestos motores. Para a faixa etária de 11 a 12 anos, o ensino é parcialmente aberto, isto é, há breves correções na técnica dos movimentos. Na faixa de 13 a 14 anos, o ensino é parcialmente fechado, pois inicia-se o processo de especificidade dos gestos de cada modalidade na procura da especialização desportiva, e somente após os 14 anos de idade deve acontecer o ensino totalmente fechado, específico de cada modalidade coletiva, e também o aperfeiçoamento das capacidades motoras físicas e sistemas táticos que cada modalidade necessita. Entendemos que, nessa forma de ensino–aprendizagem, a técnica (habilidade motora) estará sendo desenvolvida em situações que acontecem na maior parte do tempo nos jogos coletivos. Isso nos faz crer que a assimilação por parte dos alunos/atletas seja beneficiada, e, posteriormente, a prática constante poderá predispor a especialização dos gestos motores que permanecerão para o resto da vida.

Nesse contexto, Greco (1998) sugere o ensino através do método situacional, em situações de 1x0–1x1–2 x 1, em que as situações 1, isoladas dos jogos, são aprendidas com números reduzidos de praticantes. Este autor também defende que a técnica desportiva é praticada na iniciação aos conceitos da tática, ou seja, aliando o “como fazer” à “razão de fazer”. Não se trata de trabalhar os conteúdos da técnica apenas pelo método situacional, mas sim de utilizá-lo como um importante recurso, evitando o ensino somente pelos exercícios analíticos, os quais, como vimos anteriormente, podem não garantir sucesso nas tomadas de decisão frente às situações, por exemplo, de antecipação, que ocorrem imprevisivelmente nos jogos desportivos coletivos.

Garganta (1998), nos estudos sobre pedagogia do desporto, enumera duas abordagens pedagógicas de ensino: a primeira é mecanicista, centrada na técnica, na qual o jogo é decomposto em elementos técnicos: passe, drible, recepção, arremesso. Os gestos são aprimorados, especializados, e suas conseqüências mostram o jogo pouco criativo, com comportamentos estereotipados e problemas na compreensão do jogo, com leituras

deficientes do ponto de vista tático. As situações-problemas, ocasionadas pelas reais situações de jogo, são pobres e podem provocar desvios na evolução do aluno/atleta.

A segunda abordagem de Garganta (1998) é a das combinações de jogo contidas na tática por intermédio dos jogos condicionados, voltados para o todo, nos quais as relações das partes são fundamentais para a compreensão do jogo, facilitando o processo de aprendizagem da técnica. O jogo é decomposto em unidades funcionais sistemáticas de complexidade crescente, nas quais os princípios do jogo regulam a aprendizagem. As ações técnicas são desenvolvidas com base nas ações táticas, de forma orientada e provocada.

Cabe-nos ressaltar que, nesse contexto, o objetivo principal é a iniciação aos jogos desportivos coletivos, nos quais acontecem os primeiros contatos das crianças e adolescentes com as atividades desportivas. Dessa forma, as fases seguintes não devem limitar-se exclusivamente a esse método, ou seja, tornam-se necessárias outras possibilidades de ensino, que contemplaremos neste capítulo.

Em relação à pedagogia da iniciação desportiva, Paes (2001) arrola experiências práticas em situações de jogo, também em 1x1-2x2-3x3, e ainda o “jogo possível” como uma possibilidade de ensinar jogos desportivos coletivos, pois o mesmo pode propiciar aos alunos o conhecimento e a aprendizagem dos fundamentos básicos das modalidades coletivas, considerando seus valores relativos e absolutos, e também aprenderem de acordo com suas possibilidades materiais (locais de aprendizagem). Almeja-se, nesse procedimento, a motivação por parte dos alunos ou praticantes, para que os mesmos tomem gosto e possam usufruir da prática desportiva como benefício para melhor qualidade de vida, caso seus talentos pessoais não despertem o sucesso atlético.

Uma nova possibilidade metodológica de ensino que em uma visão mais ampla tem feito parte das discussões acerca da pedagogia do desporto é o desenvolvimento das inteligências múltiplas. Essa temática, amplamente estudada no campo da educação, é apresentada de diferentes maneiras pelos estudiosos, entre eles Gardner (1994), (1995), com a teoria das inteligências múltiplas, Goleman (1996), com a teoria da inteligência emocional, e Campbell (2000), com a teoria das inteligências múltiplas para o ensino fundamental. Esse tema, obviamente, estará cada vez mais presente nos debates nos quais o desporto é foco, pois o desenvolvimento das inteligências pode ser uma das variáveis explicativas do sucesso de inúmeros atletas que não se destacaram por outras competências

do treinamento, como aspecto físico, técnico e tático. Nesse contexto, fortemente embasado nos estudos de Gardner (2000), Balbino (2001) apresenta uma proposta para estruturar positivamente e facilitar as intervenções pedagógicas no processo de ensino-aprendizagem dos jogos desportivos coletivos.

Dentre as inteligências supracitadas, a intra-pessoal enfatiza a capacidade da pessoa se conhecer, de ter de si o próprio modelo individual, o auto-conhecimento, a compreensão, o equilíbrio, a imaginação e planejamento para resolver problemas. Nos jogos desportivos coletivos, a inteligência intra-pessoal torna-se determinante, pois, no momento da aprendizagem, na iniciação e na especialização, ou até mesmo no treinamento profissional, o indivíduo terá condições de se auto-avaliar e de fazer uso dessa inteligência para minimizar conflitos internos gerados pela incerteza e imprevisibilidade das situações ocorridas no ambiente de treinamento e jogos.

A inteligência inter-pessoal compreende a capacidade de entender as intenções, motivações e os desejos do próximo. Nos jogos desportivos coletivos, a relação positiva entre os integrantes do grupo pode facilitar o desenvolvimento do trabalho de forma geral. Essa inteligência inter-pessoal deve, então, promover, na prática, a interação com os companheiros da equipe, a manutenção dos relacionamentos em equipe e a formação de novos relacionamentos em diferentes vias de acesso dos companheiros da equipe, a participação nas ações coletivas, tomando o espírito coletivo como conceito de jogo, a influência nas ações dos companheiros de equipe, de forma construtiva, a compreensão e a comunicação das múltiplas formas em diferentes vias de acesso durante um jogo, de modo a se fazer entender; e as habilidades na mediação de conflitos entre os companheiros de equipe.

A inteligência cinestésico-corporal é a capacidade do indivíduo utilizar o corpo ou parte dele para resolver problemas. Nas possíveis manifestações nos jogos desportivos coletivos, principalmente nas fases iniciais de aprendizagem, o atleta pode explorar o ambiente com o corpo para aprender a melhorar a execução, ensinando o próprio companheiro a motivar-se para participar de jogos; demonstrar equilíbrio, graça, destreza e precisão nas tarefas físicas; integrar corpo e mente no trabalho corporal; buscar sempre novos movimentos, visando a melhorar suas habilidades.

A inteligência espacial enfatiza o reconhecimento e domínio dos espaços, os quais, nos jogos coletivos, devem ser bem desenvolvidos, pois os deslocamentos são freqüentes e as ações técnicas, combinadas com a tática, dependem totalmente da busca do espaço livre para a finalização ou a finta. Esta última, tanto ofensiva como defensiva, torna possível desenvolver a inteligência espacial nos jogos coletivos através da visualização mental por meio de imagens das orientações técnicas e táticas; interpretação de gráficos, tabelas e esquemas táticos em prancheta e/ou em vídeo; percepção de padrões sutis e desvios na formação tática; compreensão dos espaços a serem disputados com os adversários, antecipando as ações de forma imprevisível.

A inteligência verbal-lingüística envolve a capacidade de comunicação para atingir os objetivos. Nos jogos desportivos coletivos, as manifestações podem ocorrer no recebimento de ordens verbais, nas instruções de aprendizagem de técnica e tática, codificando-as e recordando do que foi feito. Deve-se aprender a interpretar as instruções e orientações do técnico ou professor; compreender a utilização da fala construtiva nos momentos adequados com os companheiros da equipe, evitando constrangimentos e agressões verbais; aprender a utilizar a escuta e a fala para refletir sobre as orientações verbalizadas pelo técnico.

A inteligência lógico-matemática é a capacidade de analisar os problemas em operações matemáticas. Na aprendizagem dos jogos desportivos coletivos, torna possível reconhecer e quantificar objetos e equipamentos no ambiente de treinamento e de competição. Visa também à assimilação com os conceitos de tempo de jogo e regras e regulamentos; à compreensão da contagem diversificada nas finalizações; ao pensar lógico antes do tempo ou do placar no momento da decisão; e à interpretação da estatística e gráficos dos jogos.

A inteligência musical é a habilidade na atuação, composição e apreciação de padrões musicais. Para os jogos coletivos, destaca-se como respostas variadas aos sons dirigidos do ambiente, como os provocados pela platéia, de forma favorável ou não, cabendo ao técnico trabalhar essa questão com outros tipos de sons positivos ou negativos nos treinamentos. Enfatiza ainda a percepção, reação corporal e emocional na presença da música nos locais de treinamento, relaxamento e competição, as quais, nos treinamentos,

podem ser utilizadas para diagnosticar a reação positiva ou negativa individualmente, e, assim, estabelecer um ambiente agradável e estimulante à equipe.

A inteligência naturalista refere-se ao conhecimento sobre o mundo vivo, identificando e classificando os grupos. Nos jogos desportivos coletivos, percebe-se o interesse pelo ciclo de transformação que os exercícios dos jogos podem provocar no organismo, a questão fisiológica e morfológica. Constata-se, também, a observação do ambiente com interesse e curiosidade, visando ao entendimento de si próprio e dos companheiros sobre o cansaço dos treinos e dos jogos, bem como a percepção da interdependência entre os participantes do sistema tomado nos jogos.

A utilização dos estímulos das inteligências múltiplas na aprendizagem e na prática nos jogos coletivos visa à otimização do ambiente, ampliando, assim, os limites da participação de quem aprende e pratica freqüentemente o desporto. Cabe-nos ressaltar que, desde que a criança inicia a prática sistematizada de treinamento na escola ou no clube, não é garantida sua formação atlética simplesmente por seus domínios técnicos ou físicos. Deve-se levar em consideração sua totalidade, sua vida social, mental e espiritual. Caso a criança opte pela especialização em uma determinada modalidade, pode utilizar-se de tais conhecimentos, fortalecendo o direcionamento na busca do profissionalismo. Toma-se valioso também, o cuidado do técnico em diagnosticar, durante a prática, quais crianças e adolescentes necessitam mais de um ou outro estímulo, a fim de promover um melhor ambiente de aprendizagem.

Até esse momento, discutimos assuntos que tratam de questões relacionadas ao ensino das capacidades e habilidades, embasados nos autores até aqui citados, os quais referem-se à pedagogia da iniciação nos jogos desportivos coletivos. Pretendemos, nesse momento, abordar o pensamento de autores que discutem a iniciação em basquetebol.

Ferreira e Derose (1987), apresentam, para o início do ensino do basquetebol, a prática dividida em três momentos: a) fase de aprendizagem; b) fase de fixação; e c) fase de aperfeiçoamento.

Sobre a fase de aprendizagem, os autores afirmam que:

“Essa fase é considerada ideal para o ensino das habilidades motoras. Aqui os métodos se diferem, mas, a literatura apresenta

metodologias contraditórias. Para o autor essa fase deve ocorrer a aprendizagem dos fundamentos simples; Controle do corpo, manejo da bola, drible, passes e fundamentos individuais de defesa: Arremessos de bandejas, jump em movimento, rebote” (Ferreira e Derose, 1987).

Em relação à fase de fixação, os autores ponderam que “essa fase consolida o período em que o aluno jogador deve possuir uma bagagem motora necessária para a realização dos gestos específicos do basquetebol de forma mais dinâmica e fluente. O aprendizado desenvolve-se através dos exercícios, nos quais o gesto é global, consolidando mais uma evolução na aprendizagem” (Ferreira e Derose, 1987).

No que tange à fase de aperfeiçoamento, os autores enfatizam que, “nessa fase, o objetivo principal consiste em dar ao aluno/jogador a oportunidade de praticar os fundamentos aprendidos e automatizados em situações que se aproximam do jogo propriamente dito/competição. Em função disso, os exercícios, são apresentados em maior grau de dificuldade no desenvolvimento dos fundamentos e acontece o aperfeiçoamento das capacidades físicas do basquetebol; resistência, força, velocidade, flexibilidade, coordenação, equilíbrio dinâmico e recuperado, agilidade e ritmo” (Ferreira e Derose, 1987).

Outro autor que trata da iniciação em basquetebol e apresenta como cenário de proposta a escola é Almeida (1998), para quem o ensino do basquetebol deve passar por três fases distintas: a)desenvolvimento da coordenação grossa; b)desenvolvimento da coordenação fina; e c) estabilização da coordenação fina. Para o autor, não há divisão distinta entre as fases, elas representam a estrutura básica do processo de aprendizagem motora, independentemente da idade e do nível motor inicial.

Almeida (1998) define a coordenação grossa como “caracterizada pelo seguinte quadro de manifestação na execução do movimento; força excessiva, paradas que interrompem o movimento, insatisfação, movimento afoito, desarmônico e oscilante” (Almeida, 1998).

A fase de coordenação fina é definida pelo autor como “o praticante executa o movimento apreendido com poucos erros, manifestando-se da seguinte forma: movimento harmônico satisfatório, movimento fechado, o equilíbrio desejado ainda não é contínuo há, a necessidade de motivação para o progresso” (Almeida, 1998).

A fase de estabilização da coordenação fina é conceituada pelo autor como “o aluno aplica com sucesso o movimento aprendido, mesmo sob condições dificultadas. A execução do movimento aprendido apresenta em todas as características o aperfeiçoamento: a técnica é aperfeiçoada, há o acompanhamento dos acontecimentos táticos, e previne-se de dificuldades causadas pela imprevisibilidade do jogo” (Almeida, 1998).

Oliveira e Graça (1998) apresentam uma proposta para o ensino do basquetebol objetivando o desenvolvimento de três domínios, a saber: a) social: no qual os alunos devem apreciar o jogo; b) estratégico: desenvolvimento das capacidades de tomada de decisões; e c) técnico: a técnica deve ser utilizada no contexto do jogo com grau de dificuldade crescente e integridade física e psicológica na execução das habilidades.

De acordo com Oliveira e Graça (1998), deve-se observar quais os pré-requisitos básicos dos alunos, tendo como referência a capacidade de receber, passar, driblar, lançar a bola e desmarcar. Em relação ao jogo de 5 contra 5, os pré-requisitos devem ser: capacidade de não centrar a bola, não aglomerar nos espaços, procurar a melhor linha de passe, driblar e fugir para espaços livres, passar a bola com facilidade, utilizar-se da comunicação verbal.

Sendo assim, o ensino, na iniciação, é dividido em duas fases: a) nível 1: nessa fase, o aprendizado visa a estabelecer ótima relação com o jogo em seu sentido amplo, isto é, visa a dominar os espaços da quadra de basquetebol, evitando aglomerações sem nenhum tipo de organização tática. Os alunos/jogadores jogam na frente da linha da bola, buscando interceptar o passe; quando ocorrer violações, o jogo deve continuar. Deve-se driblar, após a leitura das situações do jogo, passar a bola antes e depois do drible. O esquema defensivo deve ser individual; e b) nível 2: nessa fase do ensino do basquetebol, o aprendizado busca ocupar-se racionalmente do espaço, com dispositivo de ataque organizado, procurando manter a integridade coletiva. O jogo passa a ser estruturado, tendo a defesa-transição-ataque, um mesmo objetivo organizacional. Acontece, nessa fase, o equilíbrio entre as ações táticas individuais 1x1, grupo 2x2, 3x3 e de equipe 5x5. Melhora-se,

conseqüentemente, o desenvolvimento dos sinais de comunicação corporal ou verbal, nos quais o aspecto defensivo é controlado pelo domínio da bola, jogador, adversário e cesta.

Podemos constatar que as propostas são divergentes em sua pedagogia: a primeira está centrada na fragmentação do gesto técnico, conforme pondera Garganta (1998). Nesse procedimento de ensino, a capacidade de jogo se torna pobre e mecanizada, reproduzindo os gestos dos adultos. A segunda proposta metodológica, que tem a coordenação do movimento como principal objetivo, também está centrada nas ações técnicas motoras, tornando o jogo previsível, com grandes possibilidades de leitura das ações táticas por parte dos adversários. A terceira proposta transcende as pedagogias tradicionais e possibilita aos praticantes aprenderem as técnicas na iniciação em basquetebol aliadas às ações táticas. A cada nível de aprendizado os alunos desenvolvem-se, tendo uma melhor compreensão da leitura do jogo e reagindo de forma imprevisível (Teodorescu, 1984).

Vimos, até aqui, aspectos que relacionam formas de ensinar os jogos desportivos coletivos referentes aos períodos da iniciação desportiva e métodos pedagógicos diferenciados para o ensino do basquetebol. Em seguida, abordaremos assuntos pertinentes ao ensino, na especialização desportiva, o qual delinea o treinamento específico em uma modalidade.

3. Pedagogia da Especialização dos Jogos Desportivos Coletivos

Após uma breve discussão sobre os procedimentos pedagógicos de ensino na iniciação dos jogos desportivos coletivos, especificamente no basquetebol, contemplaremos, nesse momento, tópicos relativos ao ensino da especialização desportiva. Uma das preocupações, em pedagogia do desporto, são os procedimentos de ensino dos conteúdos na etapa de preparação especializada, na qual a formação atlética é o principal objetivo. Acreditamos que, nesse momento do processo, os alunos/atletas já se definiram por uma modalidade, no entanto, estes devem receber estímulos diferenciados, em uma aprendizagem específica e constante, para evitar a estabilização da performance através dos treinamentos e competições.

No começo da etapa de especialização desportiva, acredita-se que os jovens dominem as bases técnicas da modalidade escolhida, cuja tarefa é o aperfeiçoamento da

técnica individual, a qual permanecerá pelo resto de suas vidas (Gallahue, 1985). Para Shimitd, (1983) e Gallahue (1985), a etapa de especialização desportiva percorre estágios diferentes no aprendizado, e o trabalho desportivo especializado deve acontecer após os 14 anos de idade, em que os movimentos relacionados às habilidades desportivas passa do estágio específico geral para o estágio especializado. Dessa maneira, na especialização do basquetebol ocorre o aperfeiçoamento do aprendizado anterior, porém, com maior intensidade e dedicação exclusiva nos treinamentos e competições.

Astrand (1992) postula que a especialização desportiva deve ocorrer após o pico de velocidade crescimento da estatura, tomando por base a idade biológica da criança. O pico de velocidade da estatura, tem, para os meninos, a idade aproximada de 14 a 15 anos e para as meninas, 13 a 14 anos. Deste modo, ao especializar os atletas, o professor/técnico tem uma tarefa difícil e delicada para identificar o momento ideal na aplicação dos métodos de treinamento. A especificidade do gesto técnico ou a definição de uma função na quadra, como o pivô no basquetebol, deve estar de acordo com a idade biológica e com as experiências vividas anteriormente.

Zakharov e Gomes (1992) reiteram que, a partir dos 15 a 16 anos, cresce intensamente a motivação frente ao treinamento da modalidade escolhida, criando premissas para o treinamento especializado. Em relação à especialização precoce, Gomes (2002) afirma que:

“a especialização extremamente estreita quando se ignora o necessário desenvolvimento multilateral, contradiz o desenvolvimento natural do organismo principalmente nas idades infantis e juvenis” (Gomes, 2002, p. 57).

No início da especialização, uma preparação física generalizada é de suma importância antes da preparação específica, não havendo necessidade, no caso dos jogos desportivos coletivos, de serem realizadas corridas longas. Por outro lado, podem ser desenvolvidas, além das aulas especiais de musculação com pesos adicionais, outras formas de treinamento, aliando os elementos físico e técnico-tático específico de cada modalidade coletiva desportiva.

Do ponto de vista pedagógico, destacam-se, na etapa de especialização, os exercícios rigorosamente regulamentados, os quais constituem a base da especialização dos atletas e são apontados como exercícios competitivos, especiais e gerais.

Os exercícios gerais não apresentam semelhança com os principais gestos realizados nas competições, e, mesmo sabendo, que o desenvolvimento de algumas qualidades não ocorrem isoladamente de outras, os mesmos podem ser desenvolvidos fora do campo de jogo, tanto em uma sessão de treinamento como em um período de preparação.

Os exercícios especiais abarcam parâmetros muito semelhantes aos da competição. A especialização inicial na modalidade escolhida tem, nos exercícios especiais, o principal meio que condiciona a busca dos resultados desportivos. Assim, os exercícios especiais podem ser aplicados em várias situações na preparação física e também serem desenvolvidos junto com o treinamento dos fundamentos específicos (técnica), e ainda nas situações táticas de 2x2, 2x1, 3x2, inclusive no jogo de cada modalidade desportiva coletiva.

Os exercícios competitivos são idênticos aos da competição, todavia, nos treinamentos, estes são realizados com base nas regras de cada modalidade. No treinamento do basquetebol, por exemplo, as situações de jogo de 5 contra 5 é caracterizada com uniforme de jogo-treino, árbitro, o tempo pode ser maior do que o da competição, podem ser criadas situações de inferioridade numérica – ex. 6x5 –, a intensidade pode ser maior e o tempo de recuperação entre um jogo ou exercício pode ser menor em relação ao tempo real de competição.

Greco (1998) define a especialização nos jogos desportivos coletivos como uma fase contínua na evolução do jovem adolescente, iniciando-se aos 15 anos de idade e percorrendo até a fase adulta. Nesse período, as atividades extracurriculares devem ser programadas de forma sistematizada, pois é imprescindível a busca do alto rendimento.

Para o ensino, Greco (1998) adota a pedagogia das intenções, na qual as técnicas são trabalhadas em situações representadas por exercícios nos seus parâmetros particulares de execução e aplicação. O autor adota também o método situacional, com situações de jogo de 2x2, 3x3, servindo para o aperfeiçoamento físico e técnico-tático, as quais contribuem para comportamentos táticos posteriores. No aspecto físico, há um aumento

gradativo das cargas de treinamento, mas é só na fase adulta que devem aparecer as condições máximas de performance.

Oliveira (1998) assinala que a etapa de especialização delinea o treinamento na modalidade escolhida e os objetivos devem transcender as atividades desenvolvidas na etapa de iniciação desportiva generalizada, na qual busca-se o movimento mais rápido, mais preciso e mais forte em direção ao nível máximo de perfeição da técnica e tática, sendo cada vez mais apurado o desenvolvimento das capacidades físicas.

Assim sendo, a especialização deve levar a um conjunto de informações sobre os fatores inerentes ao desenvolvimento da educação e do aprimoramento físico e técnico-tático, como também a outros fatores que complementam o treinamento: preparação psicológica, alimentação, horas de sono, estudos sobre os procedimentos metodológicos, dentre outros.

Sendo a especialização desportiva uma etapa subsequente à iniciação desportiva, acreditamos em uma pedagogia que abarque o treinamento específico para levar o atleta à alta performance desportiva. Defendemos, contudo, que no instante em que ocorre a decisão por uma modalidade deve haver diversificação dentro da especialização, isto é, no treinamento; devendo coexistir várias formas ou métodos para ensinar habilidades ou desenvolver as capacidades, oportunizando uma gama de conhecimentos, proporcionando aos jovens praticantes um enriquecimento motriz, evitando a especialização precoce em uma só função no início da especialização. Desta maneira, o pivô, no basquetebol, terá experiências diversas antes da dedicação exclusiva na sua função, tais como dominar muito bem os fundamentos do drible, passes, arremessos de longa distância etc., e, quando necessário, o atleta saberá utilizar esses recursos nas competições.

Nos jogos desportivos coletivos, principalmente nos aspectos físicos, técnicos e táticos, enfatiza-se essa pedagogia, a qual diverge nos objetivos e metas em relação à iniciação desportiva. Propomos, para o treinamento físico, o desenvolvimento das capacidades físicas – força, velocidade, resistência, coordenação, flexibilidade – e nos procedimentos pedagógicos utilizados no treinamento propomos a busca do aperfeiçoamento no próprio campo de jogo, procedendo à interligação com a preparação técnica-tática, e fora do campo de jogo, utilizando-se dos aparelhos da sala de musculação, pistas etc.

No treinamento técnico deve ocorrer o aperfeiçoamento dos fundamentos específicos de cada modalidade. No basquetebol, o passe, o drible, o rebote e o arremesso podem ser treinados com a utilização dos seguintes métodos:

- Método de ensino integral das ações motoras técnicas, utilizando-se de exercícios e jogos de forma global;
- Método de ensino analítico sintético – o ensino da técnica é realizado por partes;
- Método situacional – situações de jogo em 2X2, 3X3, 2X1, 3X2.

Tais métodos ainda são muito discutidos na literatura especializada do treinamento desportivo, especialmente para os jogos desportivos coletivos; todavia, reiteramos que todos os métodos são relevantes e devem ser utilizados pelos professores/técnicos, e ainda outros métodos podem ser criados, para propiciar aos atletas maior número de informações através de práticas não repetitivas e motivacionais.

No treinamento tático, busca-se desenvolver os sistemas mais complexos, tanto ofensiva quanto defensivamente, por intermédio das estratégias. Sobre esse assunto, recorremos aos estudos de Garganta (2000), nos quais o autor enfatiza alguns fatores imprescindíveis para o treinamento da tática nos jogos desportivos coletivos: a necessidade de analisar a estrutura e a dinâmica interna de cada jogo desportivo coletivo, no sentido de configurar a sua especificidade; e também determinar as linhas de força que permitem moldar o treinamento de acordo com a competição. Em relação a essa análise, busca-se o desenvolvimento complexo dos mais diferentes planos, físico, técnico-tático, aliado às reais condições de competições, nas quais a tática é dependente das competências físicas, técnicas e da filosofia objetivada pelos técnicos, com base no pensamento estratégico. Essa relevância é atribuída à definição de um quadro prévio dos princípios, ações e regras da gestão do jogo que balizem o direcionamento do treinamento e possam regular a competição.

Outro fator relevante é a crescente importância atribuída à dimensão cognitiva do desenvolvimento do rendimento dos atletas. A relevância dos aspectos cognitivos se dá na medida em que os hábitos de cada jogador voltam-se para a leitura do jogo, evitando, assim, jogadas estereotipadas, que impedem a criatividade nas ações táticas. Nos jogos desportivos coletivos, torna-se importante desenvolver, nos jogadores, competências que

transcendam a execução propriamente dita, centrando suas capacidades cognitivas nos princípios das ações que regem o jogo, ou seja, comunicação entre os jogadores, obtenção de ótimos posicionamentos nos espaços vazios e a percepção antecipada das ações dos adversários.

Há crescente relevância atribuída ao erro, com ocorrência contrastante em relação aos comportamentos desejados que movem a harmonia entre os elementos de uma mesma equipe. Um dos problemas freqüentes, nos jogos desportivos coletivos, é quando algum jogador ou grupo de jogadores comete um erro, interferindo no desempenho da equipe. Ora, o pensamento coletivo não pode ser penalizado por erros individuais. Deve-se, então, utilizar o erro para treinar a recuperação defensiva, promover a integração dos jogadores e novamente buscar a exploração dos contra-ataques e elaboração do ataque, partindo da desorganização ocasionada pelo erro até a organização coletiva.

Há crescente relevância, também, em controlar e verificar a sintonia do discurso do técnico com o percurso da equipe na competição. A relação entre treinador e atleta deve acontecer em um projeto de treinamento-tático, desde o início da preparação até o final das competições, visando à obtenção dos objetivos centrados e destinados ao bom relacionamento entre jogadores e comissão técnica. No que tange à tática, várias são as formas de comunicação – verbal, gestual e visual – nas quais são exauridas todas as possibilidades para adquirir os conhecimentos das estratégias propostas pela comissão técnica. Essas estratégias devem ser direcionadas às vias de acesso de cada jogador, diferenciadas, tendo em vista o princípio da individualidade, no qual um só método poderia comprometer a aprendizagem em um ambiente heterogêneo.

Com base nas discussões anteriores sobre os procedimentos de ensino dos jogos desportivos coletivos, tanto em uma pedagogia voltada para a iniciação como para a especialização, entendemos que há necessidade de estabelecer uma diferenciação da aprendizagem dos conteúdos durante o processo. Dessa forma, estudaremos no próximo capítulo, como se dá, no processo de desenvolvimento, a etapa de iniciação e especialização nos jogos desportivos coletivos e a aplicação dos conteúdos de ensino, haja vista que deve haver uma organização pedagógica dos conteúdos em suas respectivas fases de desenvolvimento.

CAPÍTULO II

ETAPAS DO DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO

1. Etapa de Iniciação Desportiva e suas Fases de Desenvolvimento

Nos dias atuais, para atingir resultados desportivos superiores, os atletas dedicam-se à atividade desportiva durante muitos anos de suas vidas. Por isso, tornou-se necessária uma sub-divisão metodológica rigorosa em longo prazo, relacionada à preparação dos atletas, na qual as etapas e fases não têm prazos definidos de início e finalização, pois dependem não só da idade, mas também do potencial genético do desportista e do ambiente no qual ele está inserido, das particularidades de seu crescimento, maturação, desenvolvimento, da qualidade dos técnicos, entre outros, e também das características de cada modalidade escolhida. Os pais e demais envolvidos com o contexto no qual os atletas estão inseridos podem contribuir para que os atletas possam incorporar alguns princípios, haja vista que serão submetidos ao processo de treinamentos específicos.

Toda proposta que visa ao planejamento da prática do desporto em seus diferentes significados prioriza o desenvolvimento dos seus praticantes em etapas e fases que percorrem desde a iniciação até o profissionalismo. Destacamos, neste estudo, alguns autores que demonstraram esta preocupação: Carl (1988), Hahn (1989), Krieb's (1992), Zakharov e Gomes (1992), Gallahue e Osmun (1995), Bomba (1995, 2001, 2002), Filin (1996), Matveev (1997), Greco (1998), Weineck (1999), Schimidt (2001) e Paes (2001).

A etapa de iniciação nos jogos desportivos coletivos é um período que abrange desde o momento em que as crianças iniciam-se nos esportes até a decisão por praticarem uma modalidade. Desta maneira, no início do treinamento especializado com os jovens, sugerimos propostas para o ensino dos conteúdos com bases pedagógicas de forma orientada, desde as fases iniciais do desporto até o treinamento especializado. Os conteúdos devem ser ensinados respeitando-se cada fase do desenvolvimento das crianças e dos pré-adolescentes.

Optamos por dividir a etapa de iniciação desportiva em três fases de desenvolvimento: a) fase iniciação desportiva I; b) fase de iniciação desportiva II; e c) fase de iniciação desportiva III, sendo que cada fase, possui objetivos específicos, para o ensino

formal e está de acordo com as idades biológica, escolar, cronológica e com as categorias disputadas nos campeonatos municipais e estaduais, diferenciando-se de modalidade para modalidade. No quadro 1, visualizamos essas características, com um exemplo para as disputas nos campeonatos de basquetebol no ensino não formal.

QUADRO 1 - Periodização do Processo de Ensino Para os Jogos Desportivos Coletivos na Etapa de Iniciação, com um Exemplo para o Basquetebol

Idade Biológica	Idade Escolar	Fases do Desenvolvimento esportivo, desenvolvidas para o estudo	Idade Cronológica	Categorias Disputadas no Basquetebol
Pubescência	Sétima e Oitava Séries	Iniciação Desportiva III	13-14- anos	Mirim e Infantil
Primeira Idade Puberal	Quinta e Sexta Séries	Iniciação Desportiva II	11-12- anos	Pré-mini e mini.
Primeira e Segunda Infância	Primeira, Segunda, Terceira e Quarta Séries	Iniciação Desportiva I	7-10 anos	Atividades recreativas.

2. Fase de Iniciação Desportiva I

A fase de iniciação desportiva I corresponde da 1.^a à 4.^a séries do ensino fundamental, atendendo crianças da primeira e segunda infância, com idades entre 7 e 10 anos. O envolvimento das crianças nas atividades desportivas deve ter caráter lúdico, participativo e alegre, a fim de oportunizar o ensino das técnicas desportivas, estimulando o pensamento tático. Todas as crianças devem ter a possibilidade de acesso aos princípios educativos dos jogos e brincadeiras, influenciando positivamente o processo ensino-aprendizagem. Compreendemos que deve-se evitar, no basquetebol, as competições antes dos 12 anos, as quais exigem a perfeição dos movimentos ou gestos motores e também grandes soluções táticas.

2.1. Participação em Atividades Variadas com Caráter Recreativo

Paes (1989) pontua que, no processo evolutivo, essa fase – participação em atividades variadas com caráter recreativo – visa à educação do movimento, buscando-se o aprimoramento dos padrões motores e do ritmo geral, que pode ser por meio das atividades lúdicas ou recreativas. Hahn (1989) propõe, com base nos estudos de Grosser (1981), o desenvolvimento das capacidades coordenação, velocidade e flexibilidade, pois esse é o período propício para o início de desenvolvimento. As crianças encontram-se favorecidas, aproximadamente entre 7 a 11 anos, em função da plasticidade do sistema nervoso central, e as atividades devem ser desenvolvidas sob diversos ângulos: complexidade, variabilidade e continuidade durante todo o seu processo de desenvolvimento.

Weineck (1991) pontua que as crianças dessa faixa etária 7 a 11 anos demonstram grande determinação para as brincadeiras com variação de movimentos e ocupam-se de um percentual significativo de jogos, que formam de maneira múltipla. Esse fato nos faz acreditar que deve-se proporcionar, então, um ambiente agradável para que o desenvolvimento ocorra sem maiores prejuízos, ou seja, as crianças devem aprimorar o padrão de movimento cuja execução objetiva apenas a estimulação para que, assim, a criança construa o seu próprio repertório motor, sem nenhuma sobrecarga.

Desta maneira, ao relacionar a participação da criança em atividades motoras na infância, constatou-se que as mesmas gostavam de brincar, o que pode ser comprovado nos estudos de Vieira (1999) e Oliveira (2001), os quais, ao entrevistar talentos da modalidade de atletismo e basquetebol, confirmaram que os atletas, quando crianças, gostavam de caçar, brincar de super-herói, cabo de guerra, amarelinha, demonstrando, assim, interesse pelas atividades lúdicas.

Nesse contexto, Greco (1999) e Paes (2001) afirmam que a função primordial é assegurar a prática no processo ensino-aprendizagem, com valores e princípios voltados para uma atividade gratificante, motivadora e permanente, reforçada pelos conteúdos desenvolvidos pedagogicamente, respeitando-se as fases sensíveis do desenvolvimento, com carga horária suficiente para não prejudicar as demais atividades como o descanso, a escola, a diversão, dentre outras; caso contrário, será muito difícil atingir os objetivos em cada fase do período de desenvolvimento infantil.

Oliveira (1997) corrobora com essa tese ao afirmar que, nessa fase, as principais tarefas são os gestos motores, necessários à vida, e deve-se procurar assegurar o desenvolvimento harmonioso do organismo por meio de atividades como escalonamento, saltos, corridas, lançamentos, natação etc., não se devendo, nesse período, apressar a especialização desportiva. Os iniciantes praticam aproximadamente 150 a 300 horas anuais, sendo que o trabalho geral deve predominar em relação às cargas específicas. Isso significa que a especialização precoce, nesse momento, pode não ser adequada.

Os conteúdos desenvolvidos nessa fase, em conformidade com Paes (2001), devem ser o domínio do corpo, a manipulação da bola, o drible, a recepção e os passes, podendo utilizar-se do jogo como principal método para a aprendizagem. Concordamos com o autor e sugerimos ainda o lançamento, o chute, o saque, o arremesso, quicar e cortar, típicos dos jogos coletivos. Os espaços, todavia, podem ser reduzidos, para adequar as capacidades físicas das crianças; e os alvos podem ser menores, a exemplo do gol do futsal, do futebol, do handebol; e nos casos do basquetebol e do voleibol, a tabela, o aro e a rede podem ser baixadas. Essas modificações também podem ser feitas em outros jogos e brincadeiras. Acreditamos que, com isso, as crianças poderão motivar-se para a prática em função do aumento de possibilidades.

Em relação aos jogos desportivos coletivos, as atividades lúdicas em forma de brincadeiras e pequenos jogos podem contribuir para desenvolver, nas crianças, as capacidades físicas, tais como a coordenação, a velocidade e a flexibilidade – propícias nessa fase – e também habilidades básicas para futuras especializações, como agilidade, mobilidade, equilíbrio e ritmo. Não deve haver apreensão com a execução errônea do gesto técnico, pois cada forma diferente de movimento em relação ao modelo técnico pode ser aceita, deixando para a fase posterior as cobranças em relação à perfeição dos gestos motores.

A educação física escolar tem função primordial nessa fase, aumentando a quantidade e a qualidade das atividades, visando a ampliar a capacidade motora das crianças, a qual poderá facilitar o processo de ensino-aprendizagem nas demais fases. De qualquer modo, seja na escola ou no clube, a efetividade da preparação e da formação geral que constituirão a educação motora dos atletas no futuro só poderá ser maximizada na

interação professor/técnico, escola, aluno/atleta e demais indivíduos que têm influência no desenvolvimento dos jovens.

Sendo assim, o sucesso da educação das crianças e adolescentes depende muito da capacidade do professor/treinador e de cada cenário onde o trabalho é desenvolvido. A literatura especializada do treinamento infantil demonstra que, nessa fase, devem-se observar as condições favoráveis para o desenvolvimento de todas as capacidades e qualidades na aplicação dos conteúdos do ensino por meio de uma ação pedagógica sistemática. A prática profissional e as avaliações frequentes sobre a maturação, crescimento e desenvolvimento podem expressar o grau etário em que se encontram os atletas, e, a partir daí, estabelecer cargas contínuas de trabalho.

A seguir, abrangearemos os conteúdos do ensino e as considerações gerais sobre a segunda fase da etapa de iniciação desportiva, a qual denominamos fase de iniciação desportiva II.

3. Fase de Iniciação Desportiva II

A fase de iniciação desportiva II é marcada por oportunizar os jovens à aprendizagem de várias modalidades desportivas, atendendo crianças e adolescentes da 5ª à 7ª séries do ensino fundamental, com idades aproximadas de 11 a 13 anos, correspondente à primeira idade puberal. No caso do basquetebol, essa fase, nos campeonatos do ensino não formal, corresponde às categorias pré-mini e mini. Partindo do princípio de que a fase de iniciação desportiva I visa à estimulação e à ampliação do vocabulário motor por intermédio das atividades variadas específicas, mas não especializadas de nenhum desporto, a fase de iniciação desportiva II dá início à aprendizagem de diversas modalidades desportivas, dentro de suas particularidades.

3.1. Aprendizagem Diversificada de Modalidades Desportivas

Abordaremos, nesse momento, a importância da diversificação, ou seja, a prática de várias modalidades desportivas que contribui para futuras especializações. Defendemos, também, a diversificação dos conteúdos de ensino em uma modalidade, evitando, todavia,

a repetição dos mesmos, repetição essa que leva à estabilização da aprendizagem, empobrecendo o repertório motor dos praticantes.

Em relação à diversificação e à aprendizagem de várias modalidades desportivas, Bayer (1994) entende que, em nível de aprendizagem, o “transfer” é admitido, ou seja, a transferência encontra-se facilitada logo que um jogador a perceba na estrutura dos jogos desportivos coletivos. Assim, os praticantes transferem a aprendizagem de um gesto como o arremessar ao gol no handebol, a cortada do voleibol ou o arremesso da cesta no basquetebol. Trata-se, então, de isolar estruturas semelhantes que existem em todos os jogos coletivos desportivos para que o aprendiz reproduza, compreenda e delas aproprie-se. Entretanto, o autor adverte: “ter a experiência duma estrutura não é recebê-la passivamente, é vivê-la, retomá-la e assumi-la, reencontrando seu sentido constantemente” (Bayer, 1994, p. 629).

De acordo com a literatura os iniciantes devem participar de jogos e exercícios, advindos dos desportos específicos e de outros, que auxiliem a melhorar sua base multilateral e no preparo com a base diversificada para o esporte escolhido. As competições devem ter caráter participativo e podem ser estruturadas para reforçar o desenvolvimento das capacidades coordenativas e das destrezas, melhorando a técnica do movimento competitivo, vivenciando formações táticas simples. No entanto, ainda não se deve objetivar o produto final (resultado) nesse momento.

Deve-se buscar, na iniciação desportiva, a aprendizagem diversificada e motivante, visando ao desenvolvimento geral. Essa fase caracteriza a passagem da fase da iniciação desportiva I para a fase de iniciação desportiva II, na qual se confere, muita importância à auto-imagem, socialização e valorização por intermédio dos princípios educativos na aprendizagem dos jogos coletivos (Kreb's, 1992; Greco, 1998; e Paes, 2001).

Nesse período, consolida-se o sistema de preparação a longo prazo, pois é importante não se perder tempo para evitar a estabilidade da aprendizagem, utilizando-se dos períodos sensíveis do crescimento, maturação e do desenvolvimento do organismo na elaboração das cargas de treinamento. Para Weineck (1991), além da ótima fase para aprender, na qual as diferenças em relação à fase anterior são graduais e as transições são contínuas, as capacidades coordenativas dão base para futuros desempenhos. Por outro lado, deve se evitar a especialização precoce, como afirma Vieira (1999), haja vista que

pode levar ao abandono do esporte. Montagner (1993) argumenta que o resultado precoce nas fases inferiores pode, além de promover o abandono, influenciar na formação da personalidade das pessoas, levando-as a atividades inseguras, tornando-as inconscientes de seu papel perante a sociedade.

Em se tratando de evitar a especialização precoce, concordamos com Paes (1989), o qual assinala essa fase como generalizada, na qual pretende-se a aquisição das condições básicas de jogo ao lado de um desenvolvimento psicomotor integral, possibilitando a execução de tarefas mais complexas. Essa fase, porém, não deverá ser utilizada para a firmamento obrigatória da especialização desportiva dos atletas. Neste sentido, Gallahue (1995) pondera que esse momento é importante para os aprendizes passarem do estágio de transição para o de aplicação, ou seja, aprender com relativa instrução do professor a liberdade dos gestos técnicos. Vieira (1999) corrobora com essa idéia, afirmando que, nessa fase, a atenção está direcionada para a prática bem como para as condições de promover o refinamento da destreza, planejando situações práticas progressivamente mais complexas, ressaltando que o sistema de ensino é parcialmente aberto, no qual as atividades são também parcialmente definidas pelo professor/ técnico.

De qualquer forma, todas as fases estão em estreita interdependência; as fases posteriores são estruturadas nas anteriores. Essa importância é discutida por Gomes (2002) quando aponta que o ex-campeão do mundo, M.Gross, praticou, paralelamente à natação, futebol, tênis, cross-country e as técnicas de natação eram realizadas por meio de jogos pré-selecionados, melhorando a capacidade coordenativa antes da especialização e do sucesso na natação.

Segundo Paes (2001), os conteúdos de ensino a serem ministrados nessa fase são os conceitos técnicos e táticos dos desportos: basquetebol, futebol, futsal, voleibol e handebol, nos quais devem ser contemplados, além desses conteúdos, finalizações e fundamentos específicos. Em nosso ponto de vista, deve-se, ainda, trabalhar os exercícios sincronizados e o “jogo”, que ainda deve tomar a maior parte do tempo nos treinamentos. Como o tempo maior de trabalho é dedicado a enfatizar o jogo, o ensino-aprendizagem contempla as regras; estas, portanto, devem ser simplificadas, nas quais a tática “razão de fazer” contribui para a aprendizagem da técnica “modo de fazer” e vice-versa.

Teodorescu (1984) afirma que os aspectos físicos do desenvolvimento morfofisiológico e funcional podem ser desenvolvidos com as influências positivas do jogo no processo de aprendizagem e prática. Deve-se, então, apropriar-se do aumento da intensidade nas aulas e nos treinamentos em relação aos espaços dos jogos, visando ao desenvolvimento da capacidade aeróbia, base para outras capacidades. A velocidade de reação, mudança de direção e parada brusca, já desde a fase anterior, deve ser aprimorada, melhorando o controle do corpo. A flexibilidade deve ser desenvolvida de forma agradável, sempre antes das sessões de treinamento, pois alcança-se, nessa fase, períodos ótimos de sensibilidade de desenvolvimento. O tempo dedicado ao treinamento, segundo Gomes (1997), gira em torno de 300 a 600 horas anuais, das quais apenas 25% do tempo é dedicado a conteúdos específicos e 75% aos conteúdos da preparação geral.

Nos conteúdos de ensino, a ênfase deve se dar no desenvolvimento da destreza e habilidades motoras, sem muita preocupação para as performances de vitórias, haja vista que a capacidade de suportar as experiências nos jogos na infância e início da adolescência é facilitada pela compreensão simplificada das regras e pelo valor relativo dos resultados das ações e não simplesmente pelos títulos a serem alcançados.

No processo de formação desportiva, além dos dirigentes, pais e árbitros, o técnico é o responsável pela estruturação do treinamento. Ele deve conhecer os fatores que envolvem a iniciação desportiva e a especialização dos jovens praticantes, contribuindo decisivamente na existência de um ambiente formativo-educativo na prática desportiva (Mesquita, 1997). Dessa forma, o desporto, como conteúdo pedagógico na educação formal e não formal, deve ter caráter educativo (Paes, 2001). O apoio familiar, as necessidades básicas, as capacidades volitivas, as competições, as possibilidades de novos amigos e as viagens são motivos pelos quais muitos adolescentes continuam na prática desportiva após a aprendizagem inicial, que marca a fase de iniciação desportiva I.

Deste modo, a fase de iniciação desportiva II requer uma instrução com base no modelo referente ao desporto culturalmente determinado. Neste sentido, torna-se imprescindível, para a prática dos jogos desportivos coletivos, uma sistematização dos conteúdos periodizados pedagogicamente, no qual o professor/técnico desempenha papel fundamental no processo de aprendizagem e na busca do rendimento.

Nessa fase, a escola é o melhor local para a aprendizagem, pois, são inúmeros os motivos no qual crianças e adolescentes procuram os desportos, entre eles: encontrar e jogar com outros garotos, diversão, aprender a jogar e ainda na escola, o professor terá controle da frequência e da idade dos alunos, facilitando as intervenções pedagógicas. No âmbito informal, como no clube desportivo, isso pode não ocorrer, mas a função do professor/técnico do clube deve propiciar à criança o mesmo tratamento pedagógico que esta recebe na escola, para facilitar o desenvolvimento dos alunos/atletas.

Abordaremos, a seguir, a última fase de iniciação desportiva, na qual destacamos a preparação final para a especialização desportiva, a qual denominamos iniciação desportiva III.

4. Fase de Iniciação Desportiva III

Entendemos que, nesse momento do processo, a iniciação desportiva III é a fase que corresponde à faixa etária aproximada de 13 a 15 anos, às 7ª e 8ª séries do ensino fundamental e no primeiro colegial do ensino médio, passando os atletas pela pubescência. No caso específico do basquetebol, essa fase corresponde, nos campeonatos do ensino não formal, como nos clubes, à categoria mirim e infantil. Enfatizamos, no desenvolvimento dessa fase, para os alunos/atletas, a automatização e o refinamento dos conteúdos aprendidos anteriormente, nas fases de iniciação desportiva I e II, e a aprendizagem de novos conteúdos que são fundamentais nesse momento de desenvolvimento desportivo.

4.1. Automatização e Refinamento da Aprendizagem Anterior

Nessa fase do processo, o jovem procura, por si só, a prática de uma ou mais modalidades desportivas por gosto, prazer, aplicação voluntária e pelo sucesso obtido nas fases anteriores. Neste sentido, os atributos pessoais parecem ser fundamentais para o aperfeiçoamento das capacidades individuais. A idade, o biótipo, além da motivação, são características determinantes para a opção por uma ou outra modalidade na busca da automatização e refinamento da aprendizagem dos conteúdos das fases anteriores, buscando a fixação em uma só modalidade.

Weineck (1991) reconhece que a seleção dos atletas adolescentes é feita com base nas dimensões corporais e na qualificação técnica, além dos parâmetros fisiológicos e morfológicos. As condições antropométricas, além dos fatores afetivos e sociais, exercem uma influência significativa na detecção de futuros talentos. Desta forma, a preparação das capacidades técnico-táticas recebe uma parte relevante do treinamento, contudo, consideramos o seu desenvolvimento dos atletas aliado a outros fatores, como o desenvolvimento das capacidades físicas. O objetivo é desenvolver, de forma harmônica, todas as capacidades, preparando os adolescentes para a vida e para posteriores práticas especializadas.

Gallahue (1995) pontua que, nessa fase, acontece a passagem do estágio de aplicação para a estabilização, a qual fica para o resto da vida. Nesse contexto, Vieira (1999) afirma que ocorre, nessa fase da aprendizagem, um ensino por sistema parcialmente fechado (prática). Assim, o plano motor que caracteriza o movimento a ser executado, bem como as demais condições da tarefa, já estão prioritariamente definidos, e almeja-se o aperfeiçoamento. Isso significa que, a partir da aprendizagem de múltiplas modalidades, a prática motora é uma atividade específica. O basquetebol, por exemplo, requer dos indivíduos alguns requisitos relacionados à demanda das tarefas solicitadas por essa modalidade.

O fenômeno, aqui, é a automatização do movimento, isto é, todas as aquisições que aconteceram de forma consciente e com muito gasto de energia podem, agora, ser executadas no subconsciente, com menor gasto energético, ou seja, de forma automatizada.

Em relação aos conteúdos de ensino, Paes (2001), em sua abordagem escolar, propõe que, além das experiências anteriores, sejam apreendidas, pelos atletas aprendizes, as situações de jogo, transição e sistemas ofensivos como também os exercícios sincronizados, cujo principal objetivo é proporcionar aos alunos a execução e a automatização de todos os fundamentos aprendidos, isolando algumas situações de jogo. Com base nesse pensamento, deve iniciar-se as organizações táticas, ofensivas e defensivas sem muitos detalhes. As “situações de jogo” devem ser trabalhadas em 2x1, 2x2, 3x3 e 4x3, possibilitando aos alunos/atletas a oportunidade de praticar os fundamentos aprendidos em situações reais de jogo, com vantagem e desvantagem numérica.

Outro conteúdo específico nessa fase é a “transição”, entendida como contra-ataque nos jogos desportivos coletivos. Paes (2001) define essa fase “como a passagem da ação defensiva para a ação ofensiva” (Paes, 2001, p. 113). Constatamos que a evolução técnica e tática e as mudanças na regras do jogo transformaram a transição ou contra-ataque em objeto de estudo de várias escolas esportivas em todo o mundo. Assim, deve-se dar atenção especial aos aspectos fundamentais que envolvem o treinamento da transição ao ensinar esportes para adolescentes, pois estes aspectos, desenvolvidos com vantagem e desvantagem numérica, podem aperfeiçoar em reais situações de jogo a técnica, a tática, o físico e o psicológico dos alunos/atletas na busca da maestria, ou seja, da autonomia e do conhecimento teórico e prático sobre o contexto dos jogos.

Em relação às habilidades motoras, a fase de automatização e refinamento enfatiza a prática do que foi aprendido e acrescenta as situações de jogo, transição (contra-ataque) e sistemas táticos de defesa e ataque, os quais, aliados à técnica, visam ao aperfeiçoamento das condições gerais da formação do atleta, na qual os conteúdos de ensino equilibram-se entre exercícios e jogos com o objetivo de ensinar habilidades “técnicas específicas”, que são o modo de fazer aliado à “tática específica”, a razão de fazer.

Para uma melhor compreensão sobre a tática, Konzag (1983) a divide em individual e de grupo, tanto no ataque quanto na defesa. Bota e Evulet (2001) acrescentam que a tática de equipe são ações coletivas, indicando os princípios de ações ofensivas que estão nas bases dos sistemas dos jogos desportivos coletivos; posicionamento rápido, contra ataque, ataque e defesa. As ações táticas em grupos entre dois e três atacantes ou defensores com e sem bola são subordinações dos princípios do jogo. As ações individuais com e sem bola são utilizadas somente por jogadas de um só jogador.

O desenvolvimento das capacidades físicas deve acontecer logo que a criança inicia as atividades em forma de brincadeiras nas ruas ou jogos recreativos na pré- escola e na 1.^a à 4.^a séries do ensino fundamental, e também a partir do momento que entra na 5.^a e 6.^a séries, nos jogos coletivos desportivos específicos. O próprio jogo coletivo, por meio de seus conteúdos, tem a finalidade de aperfeiçoar a velocidade de reação, a coordenação, a flexibilidade e a capacidade aeróbica dos pré-adolescentes. Isso se torna necessário para uma preparação física generalizada através de exercícios e jogos.

Na fase de automatização e refinamento dos fundamentos – exercícios sincronizados e sistemas aprendidos – e o desenvolvimento das capacidades físicas, volta-se para o aperfeiçoamento do que já foi conseguido anteriormente, fortalecendo a estrutura física, destacando as capacidades físicas específicas de um determinado desporto; como exemplo, a resistência de velocidade, muito utilizada no basquetebol.

De qualquer forma, torna-se necessário dividir a preparação dos atletas em geral e especial, na qual a geral corresponde às necessidades básicas generalizadas através dos exercícios e jogos em uma só modalidade (ou também em várias outras modalidades). A preparação especial visa ao desenvolvimento, aproximando ao máximo das situações específicas de cada modalidade.

Deve-se programar o treinamento de forma periodizada e planejada, a fim de se conseguir ganhos, potencializando o desenvolvimento de todas as capacidades dos atletas. O quadro 2 demonstra as sugestões da relação entre os percentuais de carga que podem ser aplicados nas diferentes fases do processo de iniciação desportiva, no desenvolvimento da preparação geral e especial.

QUADRO 2 – Correlação da Preparação Geral e Especial Entre as Fases de Iniciação I, II e III

Preparação		Geral	Especial
FASE	Iniciação I	90%	10%
	Iniciação II	80%	20%
	Iniciação III	60%	40%

Fonte: Adaptado de Filin (1996).

A preparação física geral, nos jogos desportivos coletivos, pode ser desenvolvida tomando parte dos treinamentos, visando, principalmente, à robustez dos adolescentes, utilizando-se os próprios atletas para o desenvolvimento, além das bolas de medicinibol e outros pesos adicionais. A preparação física especial, por sua vez, pode ser desenvolvida juntamente com os exercícios e jogos situacionais, nos quais são treinadas as capacidades em conjunto com a técnica-tática, reforçando a motivação, aumentando o interesse dos praticantes. No próprio jogo, como o basquetebol, manifestam-se as capacidades físicas em

curtos intervalos de tempo em regimes máximos e sub máximos, com predominância de velocidade e força (Kirkov, 1984).

A competição também é utilizada para desenvolver as capacidades gerais e específicas, oportunizando aos atletas o aperfeiçoamento das capacidades físicas em real situação competitiva.

No caso das habilidades (técnicas), como exposto anteriormente, os jogos e as brincadeiras, nas fases de iniciação desportiva I e II, objetivam à aprendizagem da manipulação de bola, passe-recepção, entre outras, e no domínio corporal, a agilidade, mobilidade, ritmo e equilíbrio; dando início à formação tática e ao aperfeiçoamento das capacidades físicas – coordenação, flexibilidade e velocidade – que constituem as bases para a fase de iniciação desportiva III, a qual possui, como conteúdos, a automatização e o refinamento da aprendizagem, preparando os alunos/atletas para a especialização.

Na fase iniciação desportiva III, a automatização e o refinamento da aprendizagem inicial possibilitam ao praticante optar por uma outra modalidade após as experiências vividas e depois da aprendizagem de várias modalidades desportivas. Acreditamos que os movimentos desorganizados aos poucos vão se coordenando, e os jovens, por sua própria natureza e interesse, vão se decidindo em qual modalidade se especializarão.

Nesse período do processo de desenvolvimento dos atletas, os técnicos de cada modalidade utilizam suas experiências e competência profissional como instrumento de seleção desportiva. Outras possibilidades são necessárias para auxiliar os técnicos, como o apoio dos pais, das prefeituras, dos estados, das instituições, federações e confederações, a fim de promover os talentos (Oliveira, 1997).

Vimos anteriormente assuntos relevantes sobre a etapa de iniciação desportiva e suas fases de desenvolvimento. Apresentamos as divergências de pensamento de estudiosos no ensino dos conteúdos para cada fase. Abordaremos, a seguir, os aspectos relacionados aos conteúdos do treinamento especializado, desenvolvidos na etapa da especialização desportiva e em suas fases de desenvolvimento.

5. Etapa de Especialização Desportiva nos Jogos Desportivos Coletivos e Suas Fases de Desenvolvimento

A etapa de especialização nos jogos desportivos coletivos é marcada pela dedicação exclusiva do aluno/atleta em apenas uma modalidade, durante muitos anos. Neste sentido, concordamos com Böhme (2000), o qual postula que a atividade desportiva mundial demonstra que, para atingir o sucesso em nível internacional, deve-se organizar e planejar o treinamento de forma sistematizada a longo prazo. O processo de treinamento especializado, planejado e sistematizado tem duração média de seis a dez anos até atingir os melhores resultados na fase adulta, em nível internacional, variando de modalidade para modalidade, e também dos objetivos de cada país ou cultura.

Deste modo, a exemplo de como procedemos na etapa de iniciação desportiva, e visando à melhor explanação, dividimos a etapa de especialização desportiva em três fases: a) fase de treinamento especializado nível I; b) fase de treinamento especializado nível II; e fase de treinamento especializado nível III. Cada fase, como vimos na etapa de iniciação desportiva, tem suas características em relação à idade biológica, idade escolar, idade cronológica e as respectivas categorias, disputadas nos campeonatos nacionais e internacionais, diferenciadas de modalidade para modalidade.

No quadro 3 apresentamos, de acordo com nosso entendimento sobre o desenvolvimento desportivo, a etapa de especialização nos jogos desportivos coletivos, com as suas respectivas fases, e também um exemplo para as categorias disputadas no basquetebol, tanto para o ensino formal quanto para o ensino não formal.

QUADRO 3 - Periodização do Processo de Ensino dos Jogos Desportivos Coletivos na Etapa de Especialização, com um Exemplo para o Basquetebol

Idade biológica	Idade escolar	Fases do desenvolvimento desportivo especializado	Idade cronológica	Exemplo de categorias disputadas nos campeonatos de basquetebol
Adulta	Universitário Profissional	Treinamento Desportivo especializado nível III	Acima de Vinte anos	Adulto
Adolescência	Universitário	Treinamento Desportivo Especializado nível II	18-19-20 anos	Juvenil e Sub-Vinte um
Segunda Idade Puberal	Primeiro, Segundo Terceiro Colegial	Treinamento Desportivo Especializado nível I	15-16-17 anos	Infante e Cadete

5.1. Fase de Treinamento Especializado Nível I

A fase de treinamento especializado nível I corresponde ao ensino médio, também conhecido como colegial, o qual atende alunos/atletas entre 15 a 17 anos, que estão passando pela segunda idade puberal. No caso do basquetebol, nos campeonatos promovidos pelo ensino não formal, como pelas prefeituras, federações e confederações, os alunos/atletas enquadram-se nas categorias infante-juvenil e cadete.

Abordaremos, nessa fase, primeiramente os aspectos que tratam da especialização na modalidade escolhida; em seguida, os fatores que relacionam o treinamento, como o crescimento, a maturação e o desenvolvimento. Destacamos, ainda, o treinamento e sua relação com a idade biológica e cronológica. Para finalizar essa fase, contemplaremos o treinamento teórico, o qual entendemos como a compreensão dos objetivos e metas do processo de especialização.

5.1.1. Especialização na Modalidade Escolhida

A especialização na modalidade escolhida é caracterizada pela dedicação exclusiva dos adolescentes em uma modalidade. Busca-se, nos treinamentos e competições, o direcionamento visando à obtenção de resultados elevados. Gomes (2002) aponta que, nesse momento, a quantidade de horas de treinamento anual deve ser entre 600h e 1000h, nas quais 50% do tempo é destinado à preparação específica dos conteúdos do treinamento.

Para Krieb's (1992), o grande objetivo, no movimento técnico, é torná-lo personalizado. Nessa fase, o especializado (aluno/atleta) irá, passo a passo, ou, ainda, ano a ano, buscando, nos treinamentos e competições, atingir a perfeição. É por isso que as capacidades volitivas para suportar cargas físicas e psíquicas devem ser estimuladas. Sendo assim, fatores socioculturais envolvidos no processo de rendimento são decisivos. Entretanto, sabemos que esses fatores estão reservados apenas para uma minoria dos alunos/atletas.

Para Schimidt (2001), o sistema passa a ser totalmente fechado, no qual a especialização é inevitável, aperfeiçoando as ações físicas e técnicas para compor a tática individual de grupo e coletiva. A evolução do processo parece ser imprescindível para o sucesso do atleta na vida adulta. Essa fase de aperfeiçoamento desportivo é a procura da obtenção dos resultados superiores em nível estadual, nacional e internacional nos jogos desportivos coletivos. A duração dessa fase coincide com os limites de idade ótima propulsora dos resultados desportivos.

No desenvolvimento das capacidades físicas, a resistência de velocidade, a força e a velocidade/força devem ocupar um local preponderante no treinamento, o que permite a influência nos grupos musculares específicos da modalidade praticada. Além de exercícios com pesos adicionais, os exercícios analíticos – habilidades, coordenação, jogos situacionais e sistemas de ataque e defesa – almejam manter a motivação nos jovens atletas, a qual já desenvolveu-se até esse período.

O aperfeiçoamento da resistência especial deve ser aprimorado, utilizando exercícios e jogos com bola dentro do próprio espaço de jogo e competições, evitando a estabilização e a desmotivação causadas pelo trabalho não específico.

As tarefas de aperfeiçoamento da técnica acontece de forma mais detalhada, aliadas às estruturas táticas com situações específicas de 1x1 2x2 3x3, fortalecendo, também, os aspectos físicos e psíquicos dos atletas dos jogos desportivos e coletivos.

Paes (1999) ressalva que a eficiência na execução de qualquer gesto técnico será melhor aplicada durante um jogo se aliada às condições físicas de ótimas qualidades. Desta maneira, as condições físicas dos atletas são objetos de preocupação, haja vista que constituem bases para o aperfeiçoamento técnico-tático.

Os exercícios sincronizados e as situações de jogo de 1x1 até 5x5, utilizando-se de outras possibilidades para a resolução de problemas específicos, como o domínio do corpo e do espaço, pode facilitar o entendimento tático, o que é fundamental nessa fase, tanto individual como em grupo ou coletivo.

Os sistemas táticos ofensivos e defensivos aprendidos e praticados anteriormente sem muitos detalhes agora são aperfeiçoados e tomam grande parte das horas de treinamento. O pensamento tático, não obstante, deve ser livre para desenvolver a criatividade junto às ações técnicas, nas quais a tática base é a resolução de problemas com base na movimentação corporal e espacial, utilizando-se da comunicação verbal e das inter-relações entre os jogadores.

Weineck (2001) aponta alguns fatores como determinantes para a continuidade, enfatizando a coerência entre treinamento físico e técnico-tático, sobretudo em relação às disponibilidades do treinamento intenso. Dessa maneira, ao especializar os atletas, deve-se ter diagnóstico preciso, obtido por intermédio das avaliações médico-fisiológicas, sobre o crescimento e a maturação biológica. Assim, acompanha-se de perto o desenvolvimento dos atletas e não sobrepõem-se, as cargas.

Constatamos, em nosso estudo, que um dos fatores de pouca atenção, por parte dos agentes que dirigem o treinamento especializado, é a observação constante dos estudos sobre o crescimento, maturação e desenvolvimento. Abrangeremos, a seguir, tais estudos, destacando sua relevância para o processo de especialização desportiva, principalmente nos jogos desportivos coletivos.

5.1.2. O Treinamento e sua Relação com o Crescimento, Maturação e Desenvolvimento

Para uma melhor compreensão da relação entre as fases do desenvolvimento do atleta e suas respectivas faixas de maturação biológica relacionadas às idades cronológicas aproximadas, torna-se necessário um breve entendimento sobre crescimento, maturação e desenvolvimento do organismo humano durante o processo de desenvolvimento do treinamento a longo prazo.

O crescimento, para Tani (1988), é o aumento do número e/ou tamanho das células que compõem os diversos tecidos do organismo, sendo que sua mensuração pode ser realizada através das medidas antropométricas de estatura, massa corporal, dobras cutâneas, circunferências e diâmetro. Malina e Bouchard (1991) ponderam que o crescimento é fruto de um complexo mecanismo celular que envolve basicamente três fenômenos: a) hiperplasia – aumento no número de células a partir da divisão celular; b) hipertrofia – aumento no tamanho das células a partir da elevação das unidades funcionais destas, como relação principal entre proteínas e substratos; e c) agregação – aumento na capacidade das substâncias intercelulares em agregar células. Nesse contexto, Nahas (1991) ressalta o crescimento físico como um fenômeno complexo e dependente de inúmeros fatores, como a bagagem genética, o estado nutricional, o nível sócio-econômico, as doenças na infância e adolescência, a atividade física, a região geográfica e as condições climáticas.

Malina (1994) argumenta que a maturação apresenta-se como sendo o andamento, a seqüência e o processo em direção ao estado biológico maduro. Entretanto, reiteramos que, apesar da maturação ser um fenômeno essencialmente biológico, não deve-se descartar a possibilidade desse fenômeno sofrer influência do contexto sócio-cultural e ambiental no qual vivem os seres humanos.

Em relação ao ambiente, Guedes e Guedes (1997), entendem que a “experiência”, fator originado do meio ambiente, pode alterar ou modificar o surgimento de algumas características pré-determinadas geneticamente do desenvolvimento por meio do processo de aprendizagem. Neste sentido, revela-se a existência da interação entre maturação e aprendizagem, tida como um processo proveniente da prática e dos esforços realizados pelos indivíduos. Enfim, é importante destacarmos que os aspectos relacionados ao

crescimento, maturação e experiência estão intimamente ligados, sendo que sua percepção separadamente no treinamento é praticamente impossível.

Para Guedes e Guedes (1997), o desenvolvimento é definido como um conjunto de fenômenos que, de forma inter-relacionada, permitem ao indivíduo uma seqüência de modificações evolutivas, da maturidade até a morte, em toda a complexidade do desenvolvimento humano. Isso nos leva a pensar que, apesar das fases de desenvolvimento serem cartesianas, seqüenciais ao desenvolvimento de cada fase, as experiências e o ambiente de cada aluno/atleta são diferenciados.

Outro fator de preocupação, por parte dos técnicos, deve ser a relação do treinamento com as idades cronológica e biológica, as quais, na maioria das vezes, diferem de atleta para atleta.

5.1.3. Idade Cronológica e Biológica no Treinamento

Com base nos conceitos de crescimento, maturação e desenvolvimento, outros dois conceitos são imprescindíveis para a compreensão das cargas de treinamento no processo de desenvolvimento dos atletas: a idade cronológica e biológica.

Gallahue (1995) apresenta a idade cronológica como determinada pela diferença entre determinado dia e a data do nascimento do indivíduo, apresentando a seguinte classificação para a idade cronológica: vida pré-natal: concepção a 8 semanas de nascimento –; primeira infância: um mês a 24 meses do nascimento –; segunda infância: 24 meses a 10 anos –; adolescência: 10-11 a 20 anos –; adulto: de meia idade – 40-60 anos –; e adulto mais velho: acima de 60 anos.

Para o autor, a idade biológica corresponde à idade determinada pelo nível de maturação dos diversos órgãos que compõem a formação corporal do ser humano. Dessa forma, a determinação da idade biológica, quesito relevante para o treinamento na adolescência, pode ser efetuada por meio da avaliação da idade óssea, morfológica, neurológica, dental e sexual, o que possibilita a compreensão do fenômeno, possibilitando a classificação em grupos pré-púbere, púbere e pós-púbere, facilitando, para os técnicos, a compreensão do fenômeno ao aplicarem as cargas de treinamento.

Malina e Bouchard (1991) sugerem para os técnicos a estimativa da maturação biológica por meio da maturação sexual proposta por Tanner (1975), a qual faz uso das características sexuais secundárias: pêlos auxiliares, pêlos pubianos e desenvolvimento escrotal para o sexo masculino e desenvolvimento mamário para o sexo feminino, podendo ser de grande valia para a prescrição do treinamento. Essa classificação, em função da idade biológica, é positiva na distribuição das cargas de treinamento para crianças e adolescentes, possibilitando a distinção de forma mais clara e segura das adaptações fisiológicas e morfológicas resultantes do programa de trabalho e das transformações que ocorrem no organismo principalmente durante a puberdade, haja vista que o início da adolescência é marcado por um período de aumento acelerado no peso e na estatura. A idade de início, duração e intensidade do estirão de crescimento é determinada geneticamente e varia consideravelmente de indivíduo para indivíduo. Isso ocorre porque o genótipo estabelece limites com o crescimento individual, e as condições de aprendizagem e experiências, no ambiente em que a pessoa vive, tem influência primordial sobre esse fator (Gallahue, 2000).

Em conformidade com os estudos do crescimento, maturação e desenvolvimento, podemos afirmar que os treinamentos de crianças e jovens devem ser diferenciados dos adultos, tendo em vista que cada faixa etária possui determinada função didática e pedagógica para o desenvolvimento das capacidades do organismo. Concordamos com Weineck (2001), que os estímulos e as possibilidades do aprendizado podem ser avaliados de acordo com a fase sensitiva, ou seja, existe um período ótimo ou sensível do desenvolvimento das pessoas para receberem cargas específicas de treinamento.

A especialização na modalidade escolhida pelos adolescentes estabelece o direcionamento e a busca de resultados através do aperfeiçoamento físico, técnico-tático. Os percentuais dos pesos gerais e específicos das cargas assemelham-se a cada indivíduo em função da fase de desenvolvimento. As cargas horárias devem abarcar entre 600 a 1000 horas semanais, nas quais os atletas dedicam-se aos treinamentos e competições. No entanto, esses treinamentos não podem acarretar, aos alunos/atletas, prejuízos escolares (Gomes, 2001).

Uma das contribuições com a preparação física e técnico-tática dos atletas é a utilização dos conhecimentos teóricos que norteiam o treinamento. Esses podem auxiliar

na compreensão dos objetivos e metas no decorrer do processo, durante uma ou mais temporadas.

5.1.4. O Treinamento Teórico: a Compreensão dos Objetivos e Metas no Processo de Aprendizagem

O processo de desenvolvimento físico e técnico-tático dos atletas, principalmente nos jogos desportivos coletivos, ocorre com a utilização, por parte do técnico e do atleta, de muitas informações teóricas. Essas informações, por sua vez, compõem um conjunto de conhecimentos necessários ao atleta, completando as atividades práticas. Nas informações são contemplados os conhecimentos sobre a história de cada jogo coletivo, como os jogos situam-se socialmente, sobre as técnicas e metodologias adotadas nos treinamentos e competições, sobre a filosofia dos técnicos em relação às formas de jogar, a higiene, o controle médico, a alimentação, as regras específicas, a periodização do trabalho, entre outros.

Referindo-se a esse assunto, Matveev (1997) pondera que a preparação teórica contribui para o desenvolvimento intelectual dos atletas e confirma que:

“As leis da atividade vital e do desenvolvimento do organismo, e um elevado nível intelectual convertem-se cada vez mais não só em premissas, mas também em fatores diretos aos resultados desportivos. A preparação teórica é por sua vez, uma das condições, mais importantes da eficácia do desporto como meio de aperfeiçoamento harmônico da personalidade” (Matveev, 1997).

Em conformidade com a prerrogativa do autor, e analisando o contexto do ensino dos jogos desportivos coletivos no Brasil, constatamos que os aspectos teóricos que permeiam o treinamento físico e técnico-tático, principalmente na etapa de especialização, pouco ou nada são contemplados, e o valor atribuído à inter-relação entre os conhecimentos dos atletas com os dos técnicos são insuficientes, prejudicando sobremaneira a evolução

intelectual dos atletas, importante para as tomadas de decisão exigidas pela atividade competitiva. Acreditamos, então, que desde as fases iniciais do treinamento deve-se desenvolver, por intermédio dos meios didático-pedagógicos, a autonomia dos atletas. Esses conhecimentos teóricos podem ser apresentados através de filmes, conferências, palestras, seminários, estudo individual, dentre outros, possibilitando o crescimento intelectual e facilitando a compreensão dos conteúdos que norteiam a preparação física e técnica-tática bem como a inter-relação entre os atletas do grupo, melhorando, também, o ambiente complexo da atividade competitiva desportiva, o árbitro, a torcida, o técnico, o adversário e a imprensa. Os conhecimentos oportunizam, também, aos atletas serem autônomos em suas decisões e não reproduzirem sempre o que técnico fala, contribuindo, assim, para o desenvolvimento de sua autonomia e de sua personalidade.

Constatamos, deste modo, que todos os itens fundamentais do treinamento físico, técnico-tático e psicológico estão estreitamente inter-relacionados (mesmo este último – psicológico – não sendo objeto deste estudo). A preparação física cria premissas para a técnica e a tática. O próprio processo de treinamento técnico-tático, por sua vez, pode ser usado para desenvolver o potencial físico. A atitude do atleta, sua motivação, inter-relação, vontade, determinação e tenacidade são quesitos determinantes para o sucesso no desenvolvimento de suas capacidades físicas e no aperfeiçoamento técnico-tático em toda a atividade que envolva o processo de treinamento competições.

6. Fase de Treinamento Especializado Nível II

A fase de treinamento especializado nível II corresponde, no ensino formal, ao nível universitário, atendendo atletas de 17 a 20 anos que estão na adolescência. No caso do basquetebol, essa fase corresponde, nos campeonatos do ensino não formal, às categorias juvenil e sub-21. Trataremos, nessa fase, dos conteúdos que delineiam o aprofundamento no desporto específico. Nesse momento, deve ocorrer a aproximação das cargas, no treinamento da fase adulta.

6.1. Aprofundamento e Aproximação ao Treinamento Adulto

A fase de treinamento especializado nível I efetiva os atletas em uma só modalidade, direcionando-os para as proximidades do treinamento profissional, no qual o treinamento das capacidades físicas, técnico-tática e os conhecimentos teóricos sobre a modalidade escolhida são passo a passo aperfeiçoadas. No período de aprofundamento e aproximação ao treinamento adulto, os atletas deverão estar com a base sólida, já constituída nas fases anteriores. Nessa fase, os resultados em competições internacionais, nacionais e estaduais parecem ser o grande objetivo das comissões técnicas, dos patrocinadores, dos técnicos e dos atletas. Sendo assim, a profundidade dos detalhes, do treinamento físico e técnico-tático aproximam-se dos níveis máximos nos treinamentos e competições. Greco (1998) pondera que essa fase abrange o período de 18 a 21 anos. O autor a considera o momento crucial na transição do jovem para uma provável carreira desportiva, pois são definidos os caminhos e visa-se ao desporto de alto rendimento, o qual denominamos profissionalização. Nessa fase, Greco (1998) reitera que são definidos os limites e a possível projeção concreta de êxito no desporto profissional.

A fase de crescimento, nesse período, encontra-se quase finalizada, pois são determinados o biótipo corporal e os traços do perfil psicológico que constituem a personalidade, e que, somados aos outros fatores, levam ao alto nível do esporte (Weineck, 2001). Em nosso entendimento, leva-se muito tempo para a transmissão dos valores sociais promovidos pelos resultados obtidos em nível internacional, expondo os atletas ao público com muita responsabilidade. Assim, a otimização das capacidades física e técnico-tática são extremamente necessárias.

Matveev (1997) corrobora esse pensamento afirmando que essa fase é encontrada na maioria dos desportos, no diapasão entre 17 a 20 anos. Esse período é o mais ativo da prática, pois nele acontece o florescimento das capacidades, o que possibilita o treinamento de alto nível. Gomes (1997) argumenta que, nessa etapa, os atletas dedicam-se entre 1000 a 1500 horas de treinamento por ano, das quais 75% são destinadas aos conteúdos específicos.

Podemos afirmar, então, que no processo de treinamento aumenta consideravelmente a parte da preparação especial e específica. O volume e intensidade total

das cargas anuais devem ser aproximados e iguados aos aspectos competitivos durante os jogos preparatórios e nos treinamentos, ou seja, igual ou o mais próximo possível do modelo da competição (Gomes, 2000).

Nessa fase segundo Dantas (1985) é enfatizada, por muito treinamento, onde as capacidades físicas são desenvolvidas em função da técnica e da tática. Esta pode ser desenvolvida com aparelhos especiais, fortalecendo os músculos específicos de cada modalidade. A resistência da velocidade nos jogos como o basquetebol, futebol e o handebol tomam caráter especial, e a resistência aeróbia e anaeróbia, altamente exigidas nos jogos desportivos coletivos, também devem ser treinadas em situação real de competição. A força física é imprescindível e determinante para o incremento de outras capacidades. A nosso ver, os atletas podem continuar seu desenvolvimento com base nas fases anteriores, com os exercícios sendo trabalhados dentro da quadra ou campo de jogo, juntamente com os elementos técnicos e táticos que envolvem cada modalidade desportiva coletiva; e fora da quadra ou campo de jogo, nos aparelhos de musculação.

Para o treinamento da técnica (fundamentos ou habilidades) especializada, nessa fase, os exercícios gerais – aqueles que não possuem semelhança com os principais gestos motores, e que foram treinados desde as fases anteriores por intermédio dos exercícios sincronizados, analíticos, jogos, entre outros – permanecem; porém, com destaque às exigências específicas das competições. Já os exercícios especiais – aqueles muito parecidos com os executados nas competições – representam, nessa fase, um meio que condiciona os melhores ritmos de crescimento dos resultados desportivos. Esses exercícios (especiais) podem ser desenvolvidos no basquetebol, por exemplo, associando os elementos dos sistemas táticos através dos jogos coletivos e das situações de jogo 1x1, 2x3, 3x3, 2x1, com inferioridade numérica tanto na defesa como no ataque e contra-ataque, para condicionar os atletas em situações reais de competição. As competições, por sua vez, promovem as reais condições de jogo, nas quais os aspectos psico-fisiológicos são diretamente acionados. Somente com uma organização pedagógica planejada de treinamento dos conteúdos técnico-táticos pode ser possível aproximar níveis ótimos, quando os objetivos são os resultados superiores.

Os sistemas táticos, nessa fase, constituem os mais importantes instrumentos que o técnico tem para aprofundar os conhecimentos dos atletas de forma bastante detalhada, no

que tange às estratégias defensivas e ofensivas, direcionando e aproximando as leituras sobre as ações dos adversários, formando as competências necessárias para a fase adulta.

Além desses fatores, outros são de alta relevância para a otimização dos resultados; torna-se necessária, assim, a organização técnico-material, ou seja, o apoio dos fatores que complementam o treinamento. Os atletas, nessa fase, treinam em centros, clubes profissionais e devem contar com o apoio de médicos, fisioterapeutas, nutricionistas, preparadores físicos e psicólogos, além de outros influenciadores do processo, a fim de obter e manter os resultados superiores.

Para nós, essa fase corresponde ao nível universitário do ensino formal, na faixa etária de 18 a 21 anos. Sendo assim, torna-se imprescindível o investimento das universidades, sejam privadas ou estatais, para contribuir com o ensino informal, visando manter e promover os atletas até a fase profissional.

Para Vidal (1991), sem o apoio universitário o desporto torna-se um problema muito sério no Brasil, pois o clube exige resultados a curto prazo, havendo pressão da torcida e dos dirigentes. Esse período é marcante para o desenvolvimento intelectual e social do indivíduo, e um fator determinante na prática dos jogos coletivos.

Nesse contexto, Vieira (1999) corrobora com a idéia supracitada argumentando que a continuidade dos atletas no processo depende de vários fatores, tais como o apoio dos pais, dos clubes, das federações, das confederações, do interesse do próprio atleta, das características genéticas, da qualidade do técnico e do incentivo privado. Destacamos, neste estudo, além dos clubes desportivos, principalmente o apoio das universidades como principal ambiente para o desenvolvimento do desporto juvenil e adulto, pois acreditamos que muitos atletas desistem dos treinamentos nessa fase, por outros motivos além dos citados por Vieira (1999): falta de apoio financeiro, estudo, trabalho, limitação técnico-tática, características físicas, deficiências nas metodologias do treinamento, falta de planejamento a longo prazo, entre outros.

A partir das considerações tecidas até aqui sobre as fases de treinamento especializado nível I e II, tidas como bases especializadas para o desporto de ótimas possibilidades, apresentamos, a seguir, a terceira e última fase, a qual compreendemos como fase de treinamento especializado nível III, na qual pretende-se a manutenção dos resultados adquiridos e a longevidade desportiva.

7. Fase de Treinamento Especializado Nível III

Entendemos esse período do processo como a fase de treinamento especializado nível III. Essa fase corresponde à idade adulta, acima dos 20 anos de idade. Devemos compreender esse momento como o vivenciado por estudantes universitários ou profissionais que dedicam-se, em um tempo muito grande de suas vidas, aos treinamentos e competições. No caso do basquetebol, esse período corresponde à fase adulta nos campeonatos do ensino não formal.

Posteriormente à preparação prévia das fases anteriores, almeja-se, nessa fase, manter os resultados adquiridos e a forma desportiva dos atletas durante muitos anos.

7.1. Manutenção dos Resultados Adquiridos: a Longevidade Desportiva

A literatura especializada do treinamento desportivo divide-o, como de alto nível, de alta performance, de alto rendimento e de alta competição. Entendemos o treinamento de alto nível como aquele que visa à performance, ao rendimento e à competição em toda a atividade humana; como exemplo, alto rendimento em uma aula no ensino superior, ou ainda o alto nível em uma aula de basquetebol, na iniciação desportiva. Por outro lado, concordamos com Paes (1998) quando este postula que o treinamento, nos dias atuais, que visa aos resultados superiores, em nível juvenil e adulto, é totalmente profissional, haja vista que o mesmo tornou-se uma mercadoria, sendo consumido de diferentes formas, “como espetáculo esportivo através dos meios de comunicação especializada, utilização de materiais esportivos que promovem empresas, entre outras maneiras” (PAES, 1998).

Temos ciência de que o esporte profissional visa, na modalidade específica, à dedicação exclusiva; e, para alguns atletas, um meio de sobrevivência. Cabe-nos salientar, contudo, que o sistema de formação desportiva no Brasil carece de organização e planejamento em longo prazo, considerando que o mesmo tornou-se, no âmbito profissional, dependente do apoio privado.

Paes (1998) destaca que o desporto “vem se profissionalizando, aproximadamente desde a década de 70; até então o profissionalismo ocorria em apenas algumas modalidades, mais notoriamente o futebol, automobilismo, ténis de campo e basquetebol da NBA, entre outras” (Paes, 1998, p. 33). A profissionalização é o motivo que contribui para que o desporto tenha novos rumos quando se trata de resultados superiores, porque a visão mercadológica muda seu significado singular, ou seja, deve-se entender o desporto em uma complexidade que vai além da preparação dentro dos espaços de jogo. Bompa (2002) corrobora com essa idéia ao ressaltar que o atleta passa a ser objeto de estudo dos cientistas do desporto, tornando-se uma vasta fonte de informações. Entretanto, alertamos que, na maioria dos casos, ainda não são atribuídos os devidos valores aos aspectos de alta relevância que fundamentam o desporto, principalmente como função social. O desporto está sendo consumido por empresas, patrocinadores, apenas por interesses próprios, pela divulgação de suas marcas, entre outros, deixando à mercê a função educativa do esporte, almejando o resultado final vitorioso como único e exclusivo objetivo.

Nessa linha de raciocínio, Tani (1998) enfatiza que o treinamento profissional visa ao sucesso apenas com a obtenção de vitórias, motivo pelo qual os atletas dedicam suas vidas. Esse motivo, por sua vez, pode ser cultural, econômico, político e/ou ideológico. Sendo assim, o autor entende o desporto profissional como:

“O objetivo é máximo, e visa a competição, ocupando-se dos talentos e preocupando-se com o potencial total, submetendo-os, ao treinamento orientado para a especialidade enfatizando o produto” (Tani, 1998, p. 117).

Não acreditamos, porém, que são somente esses os objetivos do desporto profissional. Compreendemos que o desporto contribui eficazmente na sociedade contemporânea, gerando empregos, capacitando profissionais, incluindo atletas jovens, permitindo a realização de sonhos na conquista de medalhas, entre outros. Mas, independentemente das formas de suas manifestações, o desporto da fase de treinamento especializado nível III não pode ser desqualificado em sua legitimidade, mesmo sendo entendido como função mercadológica e ou meio de especulação científica. Devemos

considerar que no desporto há seres humanos, os quais devem ser tratados com seriedade, dignidade e respeito, respeitando sua função social, tão importante como qualquer outra.

Greco (1998) afirma que a estabilização social, por parte dos atletas profissionais, que está sendo atingida desde as fases anteriores, é aprimorada nessa fase. Houve um significativo aumento das cargas de treinamento, o que, conseqüentemente, será dirigido à otimização dos processos cognitivos em relação à situação do desportista de alto rendimento, relacionada ao estilo de sua vida profissional. Dessa forma, entendemos que a fase de treinamento profissional é marcada por fatores relevantes, mas ainda pouco discutidos nas áreas das ciências do desporto, e para não fugir dos objetivos deste estudo, preocupamo-nos em discutir, a seguir, os aspectos físicos e técnico-táticos que consolidam a última fase do que entendemos como processo de ensino dos jogos desportivos coletivos.

As fases de treinamento especializado nível I e II buscam, respectivamente, o direcionamento e a aproximação ao treinamento na fase adulta, no que se refere à otimização dos conteúdos do treinamento físico e técnico-tático, consolidando-se como treinamento profissional. Nessas fases, o treinamento almeja ótimas possibilidades, visando aos resultados nacionais e internacionais.

Algumas considerações, no entanto, devem ser feitas para melhor compreendermos o desporto atual, são as mudanças rápidas ocorridas nas tendências modernas do treinamento desportivo. Para essa discussão, recorreremos aos estudos de Zakharov e Gomes (1992), os quais afirmam que, nos anos 60 e 70, uma das principais tendências era o aumento dos parâmetros quantitativos gerais das influências das cargas de treinamento, mas nas duas últimas décadas, 80 e 90, esse fator perdeu seu significado metódico, estendendo-se até os dias atuais, pois o aumento do volume das cargas não produziu mais efeito. A busca metódica moderna concentrava-se nos aspectos qualitativos da preparação dos desportistas profissionais:

“Houve Intensificação e elevação do grau de especialização das cargas. A otimização da estrutura de preparação dos desportistas, a elevação da eficácia do sistema de seleção e o início oportuno de especialização mais estreita do atleta na modalidade optada. O

aperfeiçoamento dos meios e métodos de controle dos parâmetros de cargas e de efeitos de treinamento. A criação de um sistema complexo de aproveitamento do treinamento na própria competição pelos atletas e a introdução de computadores, e programação de treinamentos com equipamentos sofisticados” (Zakharov e Gomes, 1992, p. 328).

Diante desse pensamento, o treinamento, nos jogos desportivos coletivos, não é diferente. As preocupações aumentam; revela-se cada vez mais importante a qualificação dos técnicos para acompanhar os avanços e as novas tendências e metodologias, anunciadas no início da década de 90. Dessa forma, os conteúdos dos treinamentos físico e técnico-tático, desde o início das fases de treinamento especializado I e II, devem ter, nos treinamentos e competições, propostas a longo prazo, visando, no desenvolvimento do trabalho, aos resultados superiores na idade adulta.

A atividade competitiva passou a ser fator importantíssimo de influência sobre a performance dos atletas, pois acredita-se que apenas nas competições, na presença de adversários e de espectadores, e sentindo os estímulos externos, como o clima, a arbitragem e outros, é que o atleta será capaz de mobilizar suas reais capacidades máximas competitivas relacionadas aos fatores físico e técnico-tático aliadas aos outros que complementam os treinamentos e competições.

Em uma discussão atual sobre as novas tendências do desporto moderno no treinamento dos atletas profissionais, abordando as mudanças ocorridas nas regras, as quais visaram apenas ressaltar o caráter dos jogos desportivos coletivos como mercadoria de consumo, os especialistas puderam refletir sobre os novos rumos do desporto profissional. Paes (1998) pontua que o espetáculo desportivo tornou-se mais atraente, pois as modificações efetuadas nos jogos desportivos coletivos aumentaram seus níveis de imprevisibilidade, incertezas e melhor visualização, entre outros. As conseqüências das mutações podem ser constatadas nas transformações das cores dos uniformes dos atletas e dos árbitros de futebol, futsal etc. No jogo de voleibol, todos os *sets* são em forma de *tie-break*, o que o tornou mais intenso e dinâmico. No futsal, a reposição do lateral, que era com

as mãos, passou a ser com os pés, o gol pode ser feito de dentro da área, o tempo agora é cronometrado, os limites de faltas coletivas também elevam a novos conceitos na preparação dos atletas. Todas essas mudanças obrigam os especialistas desportivos a reverem os conceitos que envolvem a preparação física e técnico-tática atual.

No caso do basquetebol, as mudanças nas regras, como a redução do tempo de posse de bola de 30 para 24 segundos para efetuar um ataque; a redução do tempo da passagem da zona de defesa para a zona ofensiva de 10 para 8 segundos e a redução do número de faltas coletivas de 7 para 5, deixou o jogo mais dinâmico e imprevisível, acarretando efeitos que refletem nas metodologias tradicionais do treinamento. Em se tratando de preparação física, deve-se atentar para o aumento na rapidez das ações motoras na passagem da defesa para o ataque, e quando estiver no ataque, movimentações velozes para conseguir espaços livres para a execução das infiltrações e arremessos. Por causa do menor tempo de execução dos arremessos e infiltrações, também tornou-se necessário maior velocidade nas tomadas de decisão frente às ações técnico-táticas.

O quadro 4 apresenta os percentuais das cargas geral e especial no processo de especialização dos jogos desportivos coletivos.

QUADRO 4 – Percentual do volume de treinamento Geral e Especial nas diferentes fases do Treinamento Especializado Nível I, II, III

Fases	Geral	Especial
Treinamento Especializado nível I	40%	60%
Treinamento Especializado nível II	25%	75%
Treinamento Especializado nível III	15%	85%

Fonte: Adaptado de Filin (1996).

Cada modalidade desportiva deve organizar os percentuais de cargas, desde as fases de treinamento especializado nível I até a fase de treinamento especializado nível III, a fim de atender às exigências do desporto atual. A preparação física, técnico-tática geral, na fase de treinamento especializado I tem por objetivo assegurar o desenvolvimento multilateral, no qual as atividades desenvolvidas são priorizadas, a formação dos hábitos motores

generalizados, todavia, específicos de cada modalidade. A preparação especial leva a maior parte do tempo no treinamento dos conteúdos, na fase de treinamento especializado nível II e III, aproximando-se ao máximo das exigências das competições.

No caso da preparação física, a intenção deste estudo é compor, no próprio campo de jogo, a complexidade do trabalho, no qual, abre-se exceção para os exercícios específicos dos grupos musculares, nos aparelhos de musculação, para o desenvolvimento da força e da resistência geral muscular, bases para o treinamento técnico. O desenvolvimento da velocidade, rapidez, da resistência especial, das capacidades coordenativas e da flexibilidade é realizado com exercícios especiais, aliados à técnica e à tática de cada desporto.

Os objetivos dos técnicos no quesito técnico-tático são vários, contudo, desenvolver a autonomia nos atletas facilita a compreensão do fenômeno nos jogos desportivos coletivos, desde as fases iniciais até o treinamento na fase adulta, por intermédio dos conhecimentos teóricos sobre todas as possibilidades de aprendizagem.

Jackson (1997) desenvolveu uma filosofia de trabalho na qual todos os atletas são importantes. Estes deixam de ser as bases do treinamento físico e técnico-tático, devendo-se compreender sua complexidade e treiná-la em uma perspectiva de evidências científicas. Isso nos faz crer que a criação de um ambiente positivo, integrando todos os fatores fundamentais do treinamento passa a ser uma missão trabalhosa para os técnicos na preparação dos atletas. Dessa forma, o estudo sobre a especialização nos jogos desportivos coletivos visa contribuir para a inclusão de vários atletas, sejam estes do ensino formal ou informal, e principalmente visam a uma melhor organização das cargas físicas e técnico-tática, estruturadas em muitos anos de treinamento, fornecendo aos técnicos um material que possibilite uma visão longínqua dos resultados desportivos, contribuindo principalmente para a ampliação dos seus conhecimentos.

A fundamentação teórica por nós abordada visa à construção da proposta para a organização dos conteúdos para os jogos desportivos coletivos, em especial o basquetebol, a longo prazo, considerando duas etapas e seis fases de desenvolvimento desportivo, nas quais devem-se respeitar os períodos sensíveis e críticos do desenvolvimento, periodizar os conteúdos com base nas idades escolares do ensino formal, tendo a idade cronológica como

suporte nas disputas que envolvem o basquetebol. Essa proposta também pode ser utilizada em outras modalidades do ensino não formal.

Destinamos, para consolidar nossa proposta, um capítulo, para realizar um estudo com os atletas de basquetebol da seleção nacional, para investigar como ocorreu a trajetória de desenvolvimento do processo de treinamento a longo prazo de acordo com suas histórias de vida.

CAPÍTULO III

A PESQUISA

1. O Contexto da Pesquisa

Esta pesquisa, de caráter exploratório, quase experimental, tem como objetivo investigar as “histórias de vida” dos atletas da seleção brasileira adulta de basquetebol masculino, e foi realizada no decorrer da preparação para o campeonato mundial, edição 2002, em Indianápolis, nos Estados Unidos, no período de 28 de agosto a 08 de setembro. Foi realizada entrevista com onze dos doze atletas convocados para a seleção brasileira de basquetebol, nos intervalos dos treinamentos, no período de 22 a 26 de julho de 2002, no Rio de Janeiro, no Ginásio de Esportes do Vasco da Gama e na quadra esportiva da Escola de Educação Física do Exército.

Optou-se pelos atletas da seleção brasileira, tendo em vista que estes, são considerados os melhores atletas do país, e representaram a nação, alcançando o oitavo lugar no último campeonato mundial. Entretanto, o resultado atingido pela seleção não agradou aos especialistas, haja vista que o Brasil, nos últimos quatro campeonatos mundiais, não obteve medalha, apresentando um declínio de performance. Uma vez que os procedimentos para a convocação estão nas competências técnicas, táticas e físicas, delimitamo-nos a discuti-las para investigar alguns problemas existentes no sistema de treinamento, apoiados pela literatura especializada dos jogos desportivos coletivos, em especial as do basquetebol, e das experiências vivenciadas como técnico e atleta durante muitos anos. Embasados nos estudos em pedagogia do desporto e preocupados com esse declínio, buscamos apresentar a investigação, discuti-la e, em seguida, apresentar uma proposta pedagógica para a iniciação e o treinamento especializado em basquetebol para as seleções de base, com o intuito de contribuir para que dirigentes e técnicos adquiram maiores informações sobre o quadro atual do basquetebol brasileiro. Acreditamos que, com as mudanças severas no sistema desportivo de preparação dos nossos atletas, possamos melhorar os resultados, principalmente das categorias juvenil e adulto, iniciando o trabalho já nas seleções infanto-juvenis, com permanência até a fase adulta.

Para melhor compreensão do contexto da pesquisa, apresentamos, no quadro 5, o perfil da seleção de basquetebol brasileira que representou o país no último campeonato mundial realizado em Indianápolis, Estados Unidos, em 2002.

QUADRO 5 - Perfil dos Atletas da Seleção de Basquetebol Adulto Masculino que representou o Brasil no campeonato mundial edição 2002

Sujeito Estudo	Função na Quadra	Idade Anos	Peso Kg	Estatura metros	Formaçã o escolar	Equipe atual	País origem
A ₁	Armador	29	90	1,93	2.º grau completo	Universo Minas	Brasil
A ₂	Ala	31	100	1,98	2.º grau completo	Universo Ajax	Brasil
A ₃	Ala	29	91	1,98	2.º grau completo	Bauru Tilibra	Brasil
A ₄	Pivô	30	110	2,11	2.º grau completo	Universo Ajax	Brasil
A ₅	Pivô	19	100	2,07	2.º grau completo	Barcelona	Brasil
A ₆	Ala/Armador	22	92	1,91	2.º grau completo	COC	Brasil
A ₇	Armador	19	80	1,91	2.º grau incompleto	Bauru Tilibra	Brasil
A ₈	Armador	27	80	1,86	3.º grau incompleto	Vasco	Brasil
A ₉	Ala	24	95	2,03	2.º grau completo	COC	Brasil
A ₁₀	Ala	22	99	2,04	2.º grau completo	COC	Brasil
A ₁₁	Pivô	23	102	2,08	2.º grau completo	Universo Minas	Brasil
	Média	25anos	94,04k	1,98mts			

Fonte: CBB 2002 (Confederação Brasileira de Basquetebol).

2. Procedimentos Metodológicos

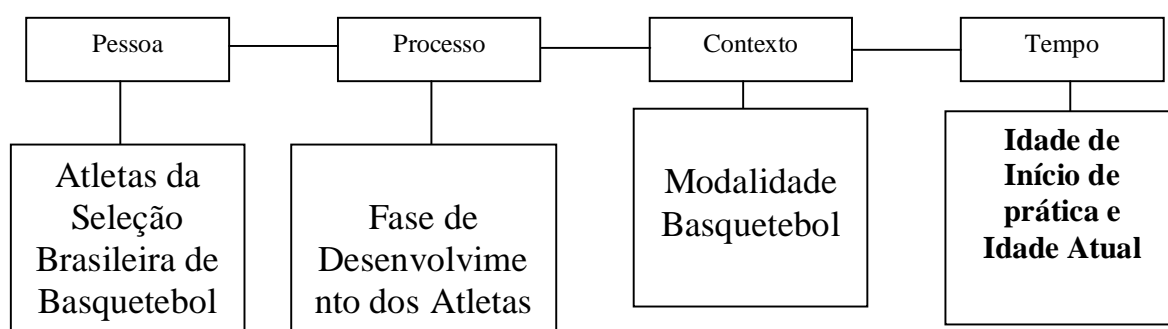
2.1. Caracterização do Estudo

Para compreendermos o processo de desenvolvimento dos atletas do basquetebol brasileiro, é necessário um modelo de pesquisa quantitativo e qualitativo, que abranja a

relação entre a pessoa, o processo, o contexto e o tempo (Bronnfen Brenner, 1995). A pessoa refere-se às características pessoais; o processo, no qual o desenvolvimento emerge; o contexto, no qual o desenvolvimento ocorre; o tempo é a dimensão temporal ao longo da qual o desenvolvimento acontece (idade cronológica).

Nessa perspectiva, este estudo utilizará os elementos caracterizados pela relação pessoa-processo-contexto-tempo, procedendo a uma investigação da trajetória do desenvolvimento do curso de vida dos atletas que compõem, na atualidade, a Seleção Brasileira de Basquetebol Adulto Masculino.

FIGURA 1 - Fluxograma construído para o estudo



Fonte: Adaptado de Vieira (1999).

Foram selecionados onze atletas adultos do sexo masculino, integrantes da seleção brasileira de basquetebol no ano de 2002 (como pessoa). No processo, foram exploradas as trajetórias de desenvolvimento nas diferentes fases adotadas, da iniciação até a especialização esportiva. No contexto, foi verificada a vivência motora e a prática de modalidades até a opção pelo basquetebol, e como aconteceu o treinamento físico, técnico, tático e os reforçadores psicológicos nas fases de especialização no basquetebol. No tempo, buscou-se compreender as idades referentes às categorias do início das práticas até o momento atual.

2.2. Sujeitos do Estudo

Os sujeitos do estudo foram onze atletas pertencentes à Seleção Brasileira de Basquetebol Adulto Masculino do ano de 2002.

2.3. Coleta de Dados

A coleta de dados foi realizada no período de 21 a 26 de julho de 2002, na cidade do Rio de Janeiro, durante os treinamentos visando à preparação para o campeonato mundial, edição 2002.

2.4. Instrumento de Medida

2.4.1. Entrevista Semi-Estruturada

Em função das questões norteadoras do estudo, e com base nas fases de desenvolvimento propostas no estudo, foram utilizadas fichas com dados pessoais e atuais e questionário com perguntas semi-estruturadas. Para gravar os depoimentos, foi utilizado um mini-gravador, marca Panasonic, e fitas cassete TDK, em um total de onze fitas, uma para cada atleta entrevistado. As informações foram anotadas em um formulário preestabelecido e, posteriormente às gravações, foram feitas as transcrições das entrevistas em fichas individuais.

2.5 Contato com os Informantes

Foram utilizados, para contatar os informantes, os meios virtuais, como e-mail, telefone e fax. Os responsáveis pela seleção brasileira (confederação), técnico, assessor de imprensa e os atletas, justificando os motivos da pesquisa e sua importância para o basquetebol nacional. Posteriormente, foram marcados horários e local previamente determinados nos quais foi explicitado o roteiro da entrevista e procedida à coleta dos dados.

2.6. Análise dos Dados

Para analisar os resultados da história de vida dos atletas da seleção brasileira de basquetebol de 2002, utilizou-se a técnica de análise de conteúdo das entrevistas (Trivinos 1987, p. 148), tendo como referência a investigação das histórias de vida de onze atletas do sexo masculino, na categoria adulta do basquetebol da seleção brasileira, que participaram do campeonato mundial edição 2002.

CAPÍTULO IV

RESULTADOS E DISCUSSÃO

1. Análise e Discussão dos Resultados

Os dados coletados são apresentados em quadros e gráficos. Posteriormente, apresentamos a discussão dos resultados em cada etapa. Em seguida, discorremos sobre os resultados da primeira etapa – etapa de iniciação desportiva. Na segunda parte, apresentamos os resultados da etapa de especialização desportiva – basquetebol.

2. O processo de Iniciação e Especialização dos atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol

Para discutir como ocorreu o processo de ensino das competências técnicas e táticas no desenvolvimento das capacidades físicas dos atletas convocados para a Seleção Brasileira de Basquetebol Adulto Masculino do ano de 2002, foram agrupados, tendo como referências categoriais comuns, em duas etapas no período de desenvolvimento: a primeira etapa, iniciação desportiva, corresponde ao período completo do desenvolvimento dos atletas na iniciação ao desporto, a qual é dividida em três fases; vivência de atividades variadas, aprendizagem diversificada de modalidades coletivas, e prática automatizada e refinada – aprendizagem inicial em uma ou mais modalidades. A segunda etapa é a especialização desportiva, a qual mostra o treinamento especializado no basquetebol em três níveis: dedicação exclusiva ao basquetebol, aprofundamento e aproximação ao treinamento adulto e manutenção dos resultados superiores.

2.1. Etapa de Iniciação Desportiva dos Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol

No período da infância, compreendida, pela literatura especializada, como sendo até os 10 anos de idade, questionou-se os jogadores da seleção brasileira sobre quais atividades

motoras foram praticadas por eles. O quadro 6 apresenta participação dos atletas nas diversas atividades motoras praticadas durante a infância.

QUADRO 6 - Atividades Motoras Vivenciadas Pelos Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol Durante a Infância

<p>Pega-pega, esconde-esconde, taco, bets, joguinho de futebol na rua, queima, pipa</p>

De acordo com os depoimentos dos atletas, essa fase – infância – foi repleta de brincadeiras, as atividades eram livres, recreativas, a prática de desportos não o objetivo; as brincadeiras eram relacionadas aos padrões motores do lançar, correr, saltar e arremessar, predominantes do basquetebol. Essa fase propiciou, aos atletas, uma infância rica em movimentos, e está de em conformidade com o que apregoa alguns autores, como Paes (1989), que afirmou que essa é a fase de educar o movimento através das atividades lúdicas em forma de jogos e brincadeiras; Weineck (1991), que postulou que as crianças, nessa faixa etária, demonstram alto ímpeto para movimentos através de brincadeiras, ocupando-se de um grande número de jogos constituídos de maneira variada e múltipla, Kreb's (1992) caracteriza essa fase como a primeira no processo de especialização motora, a qual, segundo o autor, deve ser livre para prevalecer as atividades em formas de brincadeiras. Zakharov e Gomes (1992) corroboram com as opiniões apresentadas e apontam a relevância da variedade de movimentos com atividades diferenciadas, considerando esse momento do processo como etapa de preparação preliminar.

Gallahue e Osmun (1995) defendem o desenvolvimento de movimentos fundamentais por intermédio das atividades motoras variadas, objetivando o prazer, a alegria, a interação, sempre aprendendo novos movimentos básicos.

A seguir, transcrevemos alguns depoimentos de atletas da seleção brasileira de basquetebol masculino sobre suas atividades motoras na infância:

A₂... *“É. Eu participei de tudo que é tipo de brincadeira, esconde-esconde, exercícios de rua, coisas desse tipo”.*

A₄... *“Bom, durante a minha infância eu tive uma vida bem ativa em termos de esporte e também batia uma pelada com a molecada, futebol, pega-pega, gostava de mergulhar. A gente brincava de pique em baixo d’água, mergulhando, Brincadeiras de subir em árvore e se equilibrar nos galhos, com outros garotos da minha idade.*

A₈... *“Sempre brinquei muito de esconde-esconde, jogava muito futebol, bola, bets na rua de casa, sempre com os vizinhos, primos e amigos da escola . Sempre estávamos reunidos para fazer essas brincadeiras”.*

A₁₁... *“Ah! Eu comecei jogando futebol na rua, rodava pião, bolinha de gude, taco, bets, esconde-esconde, fiz de tudo na minha infância, graças a ‘Deus’, eu consegui aproveitar ela bastante para que eu tivesse uma vida normal hoje...”*

Constamos, pelos depoimentos, que os atletas da seleção de basquetebol, na infância vivenciaram diversificação de atividades, as quais foram realizadas com gosto, prazer e alegria, importante para o desenvolvimento infantil. Outro fator relevante foi a presença dos amiguinhos e parentes na realização das atividades. O ambiente para a prática de atividades físicas restringiu-se às aulas de educação física da escola e aos arredores de suas residências.

Dessa forma, verificamos a importância da educação física no processo de desenvolvimento e na aquisição de habilidades, por meio das atividades motoras, brincadeiras e pequenos jogos, em uma quantidade e qualidade ótima para contribuir com o desenvolvimento motor, intelectual e social das crianças. Nesse contexto, defendemos que os conteúdos da educação física, no âmbito formal do ensino, sejam aplicados também fora dele, no ensino não formal, uma vez que os mesmos contribuem diretamente para a formação, educação e gosto das crianças pelo desporto. Ressaltamos, todavia, que é fácil vislumbrar, nas aulas de educação física na escola, a falta de novidade nas atividades,

pelo não empenho dos professores, pela falta de materiais, dentre outros, mesmo sabendo da sua importância e do prazer que ela proporciona. Consideramos que a escola não poderá, sozinha, dar conta da necessidade de movimento das crianças nessa fase em função da quantidade reduzida do número de horas/aula no currículo, mas um programa pedagógico com conteúdos diversificados propiciará aos alunos conhecimentos básicos, que eles próprios poderão ampliar em outros locais de prática, rua, clube, praças, centros culturais e desportivos.

Parece-nos que as atividades praticadas pelos atletas na infância, em forma de brincadeiras e jogos, serviram como suporte para seu interesse em iniciar a aprendizagem dos desportos coletivos. Podemos constatar essa afirmação quando os inquirimos sobre quais modalidades desportivas eles aprenderam.

QUADRO 7 - Modalidades Desportivas Aprendidas pelos Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol, Durante a Etapa de Iniciação Desportiva

<p>Atletismo Futebol Handebol Natação</p>	<p>Basquete</p>	<p>Karatê Vôlei Tênis de mesa</p>
---	------------------------	---

O quadro 7 demonstra as modalidades desportivas que os atletas da seleção de basquetebol adulto masculino aprenderam; o que pode também ser comprovado de acordo pelas experiências relatadas pelos atletas em seus depoimentos:

A₁₀... “Eu comecei fazer escolinhas de outros esportes, eu fiz escolinha de futebol, escolinha de karatê, natação, um pouco de tênis de mesa, esses foram os esportes que eu cheguei a fazer, e karatê eu fui da faixa amarela até a laranja não lembro. Futebol eu jogava com os companheiros do clube”.

A₁₁... *“modalidade desportiva que eu aprendi foi, além do basquete, futebol dos 10 aos 15 anos”.*

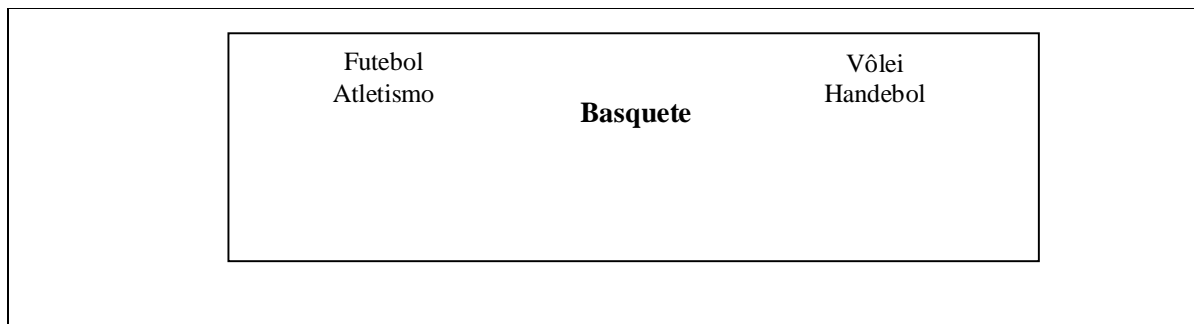
Os atletas demonstraram grande interesse, nessa fase, em conhecer e aprender várias modalidades desportivas: praticaram vôlei, basquete, handebol, natação, tênis de mesa, atletismo, futebol e karatê, indo de acordo com o pensamento de muitos autores, os quais que postulam que a diversificação deve ocorrer para aumentar o repertório motor dos praticantes antes da especialização (Kreb's (1992), Gallahue e Osmun (1995)).

Diante desses resultados, podemos dizer que a diversificação de modalidades desportivas, com o processo de desenvolvimento, equivale, para os selecionados brasileiros, às experiências de movimento, que podem ter sido transferidas para a especialização dos gestos específicos do basquetebol no futuro.

Paes (2001) caracteriza a aprendizagem dos fundamentos específicos das modalidades desportivas aos 11 e 12 anos na idade cronológica, correspondendo às 5.^a e 6.^a séries na idade escolar. Nesse sentido, acreditamos que as experiências específicas devem ser generalizadas, devendo, no ensino-aprendizagem, prevalecer os conteúdos dos movimentos básicos dos diferentes desportos, visando à aprendizagem de várias modalidades desportivas e, aos poucos, descobrir vocações para a especialização em uma só modalidade. Entretanto, caso o aluno/atleta pratique apenas uma modalidade nesse período, por várias razões já delimitadas por esse estudo, sugerimos que deva acontecer a aprendizagem de forma diversificada quando se trata de conteúdos, para evitar a prática fragmentada e estereotipada, causando estresse nos aprendizes e caracterizando a especialização precoce, principalmente em uma determinada função, como o pivô no basquetebol nunca ter jogado em uma outra função.

Após a aprendizagem de várias modalidades desportivas caracterizadas nos depoimentos dos atletas da seleção brasileira, apresentamos as modalidades mais praticadas pelos atletas durante a etapa de iniciação desportiva. Questionamos os atletas: das modalidades que eles aprenderam, quais eles mais se identificaram e praticaram? O quadro 8 demonstra as modalidades mais praticadas pelos atletas.

QUADRO 8 - Modalidades Desportivas mais Praticadas pelos atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol na Etapa de Iniciação Desportiva



O basquetebol, nessa fase, obteve predomínio sobre as outras modalidades, a prática do futebol, natação, handebol, vôlei, atletismo, ainda eram evidentes nos depoimentos dos atletas. Cratty (1984) afirma que, nesse período do desenvolvimento, os adolescentes atribuem ao desporto importância à percepção de competência em uma ou outra modalidade.

Paes (1989) assinala que busca-se, nessa fase, a aquisição básica ao lado de um desenvolvimento psicomotor integral, para possibilitar a execução de tarefas mais complexas; no entanto, isso não significa que essa fase deva ocorrer para a formação obrigatória de atletas. Essa fase deve compreender, na escola, as 7^a e 8.^a séries, e 13 a 14 anos na idade cronológica.

Em relação à prática das modalidades, a opção pelo basquetebol pode ser percebida nesse momento, segundo as afirmações dos atletas.

A₃... “Era uma coisa legal, graças a Deus eu tive professores que eu considero até hoje. Então até os 15-16 anos, foi uma coisa bem gostosa... completamente por lazer e diversão”.

A₅... “Era só de brincadeira na escola com amigos, às vezes em alguma quadrinha a gente reunia os amigos, a molecada toda, e a gente era acostumado a brincar assim”.

A₆... *“Não tinha muita competição, na natação era por lazer, gostava muito e no futebol a gente disputava entre bairros lá na minha cidade e basquete é o que eu mais me dediquei e pratico até hoje”.*

A₇... *“Ah. Eu gostava muito de futebol e me identificava muito com o futebol, tanto que nem tinha esperança com o basquete”.*

A₈... *“Fazia escolinha na clínica de basquete, sempre numa turma um pouco mais velha que a minha, e a gente fazia bastante fundamento e coordenação motora e o futebol de rua na escola fora da escola com os amigos”.*

A₁₁... *“Meu pai tentou ser jogador de futebol e me incentivava bastante para levar uma carreira de jogador de futebol, tanto eu como meu irmã, só que fui vendo o que não era pra ser, foi onde eu comecei a andar com muitos jogadores que jogavam basquete que eram da rua onde eu morava, eles sempre jogava basquete e todos dias a noite um amigo meu falava, você é grande vamos jogar basquete” e daí comecei a jogar .*

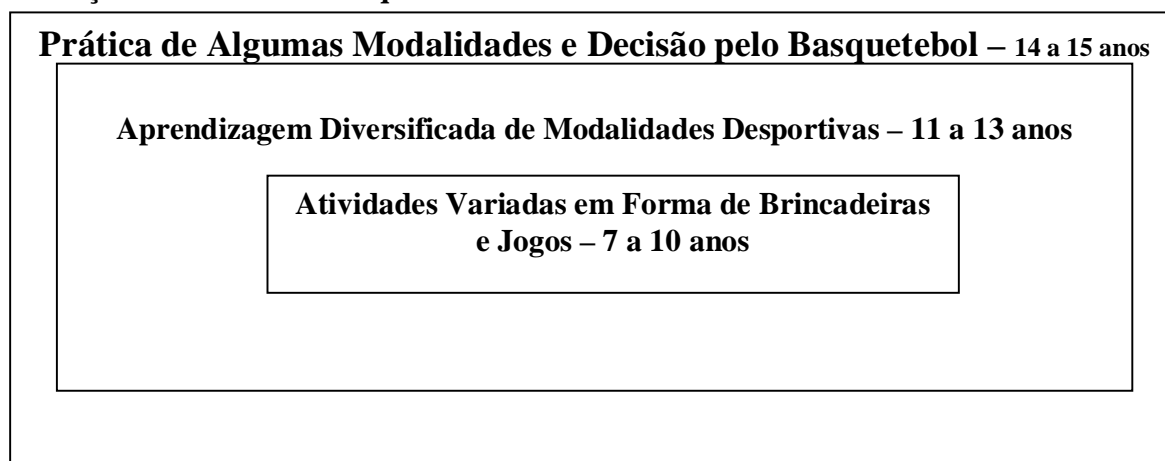
Na falácia dos atletas o basquetebol é destaque, acompanhado pelo futebol. No Brasil, nossa cultura propicia a prática do futebol em todas as camadas sociais e regiões. O basquetebol, contudo, é praticado em menor proporção, pois sua aprendizagem é mais complexa e não está tão incorporada em nossa cultura. A escola, como principal local, e o clube desportivo, em práticas especializadas, não garantem, por si só, o sucesso; esses locais necessitam de outros agentes: de técnicos, professores, bem como do apoio da família e das agências desportivas.

No caso dos atletas da seleção brasileira, vários foram os motivos para decidirem pelo basquetebol; o principal, todavia, foi o gosto pelo jogo seguido da competência dos técnicos, do apoio dos amigos e dos familiares. Na escola, através das aulas de educação física, o ensino dos desportos coletivos deve ser sistematizado para atribuir aos alunos uma aprendizagem sequencial, que possa contribuir para o treinamento realizado em outras agências específicas de promoção do desporto, como o clube desportivo, que ainda é o

principal local, no Brasil, para a especialização nos desportos, e que, em muitos casos, não seus dirigentes não se preocupam com os aspectos educacionais que o desporto pode contribuir na formação dos jovens.

Após apresentarmos e discutirmos os dados das histórias de vida dos atletas da seleção brasileira de basquetebol na etapa de iniciação desportiva, apresentamos, no quadro 9, a trajetória da iniciação até a especialização, período em que os atletas passaram a se dedicar somente no basquetebol, aperfeiçoando, aprofundando e atingindo resultados superiores.

QUADRO 9 - Perfil da Trajetória da Iniciação a Especialização dos atletas Da Seleção Brasileira De Basquetebol



Discutiremos a seguir os dados coletados na etapa de especialização desportiva em basquetebol no que refere-se, aos aspectos físicos e técnico-tático durante três fases distintas: uma delas é destacada pela dedicação exclusiva em basquetebol, a outra mostra os resultados superiores alcançados e na seqüência mostra-se a manutenção destes resultados.

3. Etapa de Especialização desportiva dos Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol

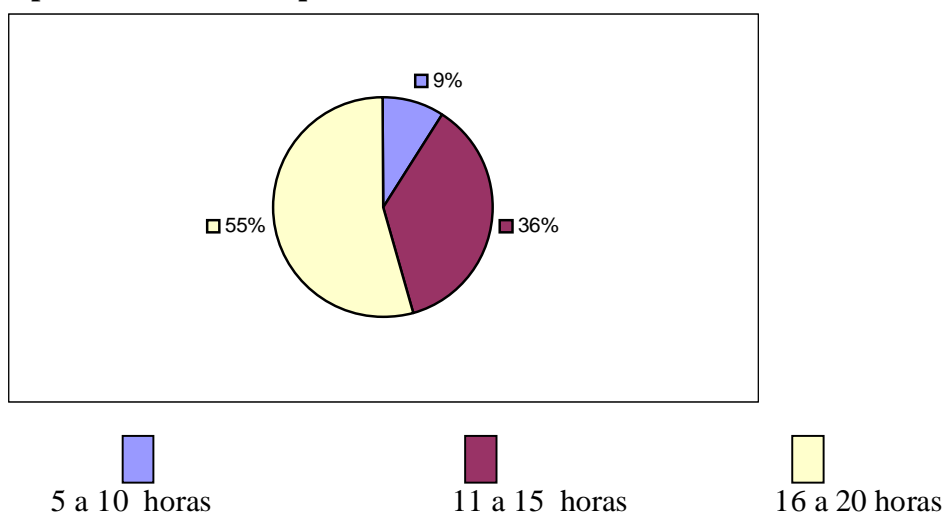
A etapa de especialização desportiva pode ser definida pela passagem pelas experiências da etapa de iniciação desportiva, generalizada e diversificada, para o

treinamento especializado, específico e próprio de uma modalidade desportiva. Para enumerar os conteúdos específicos dos aspectos fundamentais de preparação dos atletas da seleção brasileira sobre técnica, tática e física, recorreremos aos estudos de Kreb's (1992) Bompa (1995) Filin (1996) Matveev (1997) Paes (2001). E, no caso específico do basquetebol, aos estudos de Daiuto (1974) Luz (1984), Ferreira e Rose (1987) e Almeida (1998).

No gráfico 1 estão a etapa de iniciação e a fase de treinamento especializado nível I, que caracteriza o início da etapa de especialização desportiva, no qual aconteceu a dedicação exclusiva dos atletas da seleção brasileira no basquetebol, concretizando a passagem da etapa de iniciação desportiva para o início da especialização em basquetebol.

Segundo Bompa (1995), a especialização é inevitável. Sendo assim, para alcançar a alta performance, os gestos próprios e específicos do basquetebol tomam grande parte do treinamento e das competições. Para Filin (1996), essa fase é a do aperfeiçoamento desportivo, e dá-se início à preparação especial, física, técnica e tática, voltada para a especificidade do basquetebol. Dessa forma, busca-se apresentar e discutir como ocorreu o treinamento dos atletas em relação à quantidade de horas de treinamento e idade de dedicação exclusiva no basquetebol. No gráfico 1, mostramos como se deu esses fatores na etapa de especialização em basquetebol para os atletas da seleção brasileira de basquetebol.

GRÁFICO 1 - Horas de Treinamento Semanal na Etapa de Treinamento Especializado Em Basquetebol



De acordo com o gráfico 1 - 9% dos atletas treinavam entre 5 e 10 horas por semana; 36% em torno de 11 a 15 horas e 55% por volta de 16 a 20 horas. Essa fase, de acordo com a literatura internacional, inicia-se próximo aos 15 anos e finaliza-se por volta dos 17 anos de idade, e ocorre, no processo de aprendizagem, o aprofundamento aos conhecimentos específicos do basquetebol e a intensificação dos treinamentos nos aspectos fundamentais da preparação; física-técnica-tática.

Relacionamos os depoimentos dos atletas da seleção brasileira, enfatizando a etapa de especialização em basquetebol.

A₂... “Tinha 13 anos e treinava no club Sogipa 4 horas e meia por semana. Alguns fatores foram importantes para decidir pelo basquete, era bem alto para a idade e eu fui muito motivado pelos amigos do bairro e os treinadores gostavam da minha movimentação e achavam que eu tinha coordenação para poder jogar basquete e comecei a me destacar, e não havia apoio financeiro do clube”.

A₈... “Minha família que sempre teve jogador de basquete, meus tios, meus pais e Franca sempre com tradição muito grande e eu sempre acompanhava a equipe de Franca e me motivou e me levou a jogar basquete a partir dos 15 anos treinava 2 horas e meia por dia. Sempre no poli-esportivo e só recebia apoio financeiro da minha família”.

A₉... “Comecei a treinar só basquete com 13 anos na quadra do club, mas já disputava campeonatos, etc., era muito grande e onde eu jogava futebol tinha uma quadra de basquete, e o treinador de basquete, sempre me chamava para treinar, por causa da altura e eu resolvi ir gostei, e não voltei mais, para o futebol...”.

A₁₁... “Tinha 16 anos quando fui jogar no basquete, antes do profissional em Fernando Vasconcelos treinava com o técnico lá... o professor Adão, aí eu depois fui para o club regatas Tiete em São Paulo, joguei infante no club depois fui para o palmeiras jogar o cadete. Nessa época a gente treinava 2.^a, 4.^a, 6.^a, 2 horas por dia

fora jogo no final de semana. A gente não recebia apoio financeiro. Só lanche e passes de ônibus”.

Segundo os depoimentos dos atletas, as horas de treinamento aumentaram significativamente; inclusive, um grupo treinava até 20 horas semanais. De acordo com a formação escolar dos atletas (Quadro 1) podemos afirmar que o excesso de carga horária pode ter sido prejudicial nessa fase do processo, pois acreditamos que o esporte deva ser o fator de complemento para o cidadão, e não a única forma de vida. Torna-se necessário, portanto, um aumento significativo na quantidade de horas de treinamento semanal, o qual, em conformidade com Gomes (1999), seria de aproximadamente 11 a 18 horas semanais. Greco (1999) sugere aumento de horas no treinamento, mas ressalta que este deve contemplar aproximadamente 12 horas semanais, para não ocorrer prejuízos ou deficiências escolares.

Dando seqüência à apresentação e discussão dos resultados da pesquisa na etapa de especialização no basquetebol, demonstramos a idade em que ocorreu a dedicação exclusiva por parte dos atletas da seleção brasileira de basquetebol.

A idade de início de dedicação exclusiva aconteceu aproximadamente entre 14 e 15 anos, destacando a idade aproximada para a opção pelo basquete. Os atletas tiveram bastante força de vontade e dedicação, as quais foram fatores determinantes na fase de dedicação exclusiva nos treinamentos em basquetebol, seguido pelas características físicas, apoio da família e incentivos dos técnicos.

Autores como Kreb's e Vieira (1999) e Paes (2001) afirmam ser o momento correto para iniciar a especialização em um determinado esporte coletivo. A sugestão deste estudo é que a idade, na fase inicial de dedicação exclusiva no basquetebol, deve acontecer após os 14 anos de idade biológica; e, na faixa escolar, no início do ingresso no colegial. A partir da fase de identificação com a modalidade escolhida, acontece uma mudança no estilo de vida dos atletas em função da dedicação exaustiva nos treinamentos e competições, pois o treinamento especializado requer requisitos psicológicos, como determinação e persistência, como ficou evidenciado nos atributos pessoais dos atletas entrevistados.

Kreb's (1992) pontua que os fatores socioculturais dessa fase, além da dedicação exclusiva, está reservado apenas para uma minoria. Esse fator situa uma das perguntas a

serem respondidas neste estudo, visto que acreditamos que, para o início de especialização, e os conteúdos devem ser apreendidos de forma sistemática, organizados e planejados em muitos anos de prática.

Na seqüência, apresentamos os conteúdos do treinamento físico e técnico-tático na etapa de especialização, os quais denominamos fase de aprofundamento e aproximação ao treinamento adulto.

QUADRO 10 - Perfil Dos Conteúdos Aprendidos e Praticados pelos Atletas da Seleção Brasileira de Basquete na Etapa de Especialização Em Basquetebol

Sujeitos	CONTEÚDOS		
	Físico	Técnico	Tático
A ₁	Corrida em volta do campo e subir escada	Fundamentos, exercícios 1x1, giro, habilidade	Sistema de jogo, contra-ataque, marcação individual, zona 3 x two-one
A ₂	Corrida, muita corrida, subia escada	Fundamento, arremesso, rebote, movimentos dos pés	Defesa, movimentação defensiva na quadra
A ₃	Pega-pega, corrida no Ibirapuera	Treino forte	Noção de marcação, homem a homem
A ₄	Corrida longa, piques, interna lado	Arremesso, gancho, giros	Jogadas simples, tipo pepino
A ₅	Piques e corridas	Técnica individual	Jogadas simplificadas
A ₆	Corrida em volta do ginásio	Fundamentos de 1x1	1x1, 2x2, 3x3
A ₇	Corrida em volta do club	Arremesso, manejo de bola, exercício de habilidade	3x3, 4x4, 5x5
A ₈	Trabalho nas pistas e na quadra	Exercícios individuais, coletivos	Coletivo, jogadas sincronizadas
A ₉	Na quadra e no coletivo	Fundamento, arremesso, habilidade	Jogadas, contra-ataque, marcação individual, fundamentos coletivos
A ₁₀	Corrida 15-20 minutos, salto, coordenação	Fundamentos técnicos	Jogadas
A ₁₁	Forte específico, salto arquibancada, corria na escada entre pistas zig-zag	Separado pivô-ab, armador	Diferente do que é hoje, hoje tem mais pra aprender

O quadro 10 mostra a fase de treinamento especializado dos atletas da seleção brasileira de basquetebol em relação aos conteúdos do treinamento físico, técnico, tático. Constatamos nos depoimentos que:

A₈... “Era um treinamento físico bom, normal, a gente fazia uma pré-temporada na pista de atletismo, fazia trabalho na quara, voltado para o treinamento físico, era bem puxado uma vez por dia... o técnico a gente fazia exercícios individuais e também coletivos, exercícios de mudança de direção, era um treinamento bem sincronizado e sério e no tático aprender jogadas, não havia treinamento psicológico”.

A₃... “O treinamento físico era uma coisa light graças a “Deus” eu tive professores bons e era de pega-pega, até corridas no Ibirapuera... o treina técnico aí a coisa já pegava e o campeonato é bem competitivo com a minha técnica levava bastante a sério. Nas coisas táticas, noção de marcação e principalmente homem a homem a gente aprendeu bastante nessa época.

A₇... “Ah... físico era mais corridas em volta do clube, pra dá mais resistência. No aspecto técnico era mais arremesso, e manejo de bola, muito exercício com habilidade, tático era 3 x 3, 4 x 4, 5 x 5.

Nos depoimentos dos atletas da seleção brasileira de basquetebol, quadro 10, o treinamento físico, na segunda fase de especialização, foi realizado com corridas longas fora da quadra, tiros, piques, saltos em escadarias, não havendo concordância com a literatura específica da preparação física nos desportos coletivos e em basquetebol. Filin (1996), por exemplo, aponta que, para esse período do processo, a preparação física dos atletas deve ser realizada de forma progressiva, organizada pedagogicamente para o desenvolvimento das capacidades físicas específicas de cada desporto. E, nessa fase do processo, deve-se fortalecer todas as estruturas do organismo: orgânica, anatômica e fisiológica dos atletas, objetivando a maiores cargas na fase adulta.

Hercher (1982) destaca, nessa fase de treinamento das capacidades físicas no basquetebol, o treinamento da velocidade, velocidade-força, utilizando-se cargas

progressivas com halteres, bolas de medicinibol, pesos adicionais de forma geral e especial. Para o trabalho da resistência, deve-se potencializar o funcionamento do sistema cardiovascular para posteriores cargas exigidas pelos sistemas do jogo do basquetebol, utilizando vários métodos de treinamento, tais como intervalados, corridas variativas, com os exercícios técnicos com e sem bola também aliados à tática.

A resistência aeróbia deve ser desenvolvida junto com exercícios técnicos e de coordenação motora adaptados às regras do jogo com intensidades mais baixas e a resistência anaeróbia com intensidades mais altas no próprio contexto dos treinamentos e jogos competitivos.

O treinamento da força exige muitos anos de treinamento, partindo de estímulos médios, os quais devem ser aumentados ano a ano, de acordo com as experiências vividas no trabalho com peso nas fases anteriores. A flexibilidade, condição elementar para uma melhor execução do movimento, deve ser desenvolvida de forma generalizada nas fases de iniciação esportiva, mais especificamente aos grupos musculares dos jogadores de basquetebol nas fases de especialização.

Em relação aos conteúdos do treinamento técnico, os exercícios de desenvolvimento das habilidades, segundo os depoimentos, foram diferenciados para cada jogador, oscilando entre exercícios individuais, de grupo e coletivos. Sobre o desenvolvimento da técnica nas fases de especialização, segundo Paes (1998-1999), deve ter caráter específico para cada função exercida na quadra, utilizando-se de vários métodos de trabalho. Situações de jogo 1x1, 2x2, individual, drible, manejo de bola sincronizado, em superioridade e inferioridade numérica 3x2, 2x1, 4x3 específico para ala, armador e pivô.

De acordo com os depoimentos dos jogadores, não foi possível perceber organização metodológica durante a vivência dos conteúdos, mas sim uma possível especialização precoce em uma determinada função.

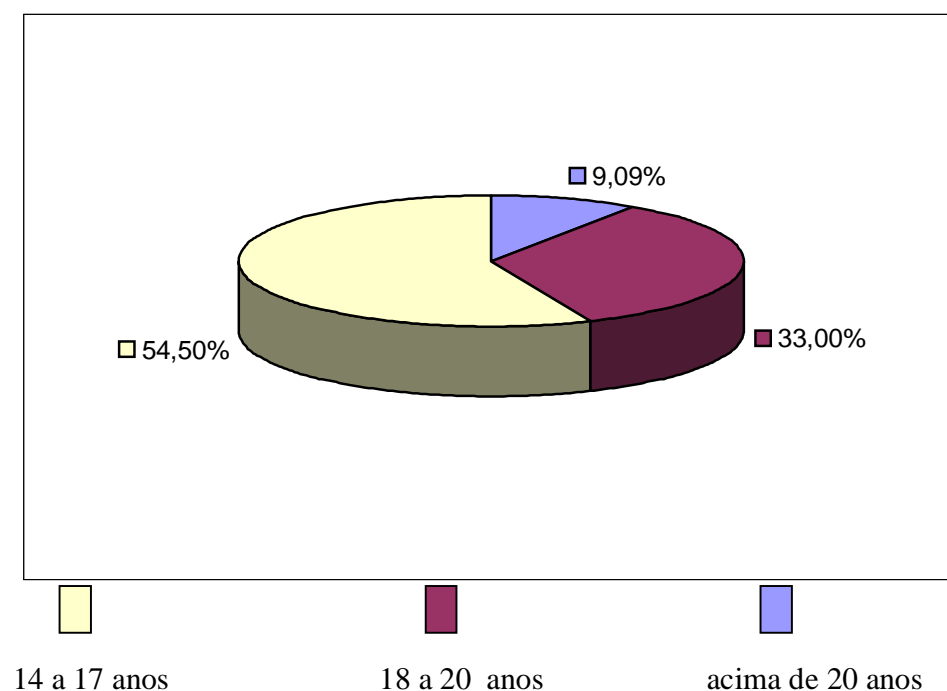
No aspecto tático, constatamos que a compreensão sobre a tática – estratégias utilizadas pelos técnicos de defesa, transição e ataque – nos depoimentos dos jogadores nas fases de iniciação, foram deficientes do ponto de vista pedagógico. Paes (1998) propõe a aprendizagem sem muitos detalhes nos sistemas de ataque e defesa individual, zonas 3:2, 2:1:2, 1:2:2 e aperfeiçoamento e aprendizagem de novos sistemas de treinamento nas fases iniciais de especialização como 1:3:1 pressões quadra toda, meia quadra e $\frac{1}{4}$ de quadra,

defesas combinadas *Box one*, *Box two*, diamante e jogadas especiais de fundo bola início de jogo final de tempo, tanto no ataque como na defesa. Sobre os aspectos psicológicos, muitos são os estudos para a fase de especialização, porém, no basquetebol, pouco se sabe sobre assuntos específicos. Balbino (2001) propõe o ambiente de trabalho favorável à prática com possibilidades de promover oportunidades a todos os elementos do grupo, com base na capacidade de cada um. Paes (1998-1999) sugere, para motivar a prática, uma pedagogia na qual os integrantes do grupo possam vivenciar o movimento técnico, físico, a compreensão tática e os reforçadores, tais como os princípios e valores pessoais, através de dinâmicas que valorizam o movimento, o pensamento e o sentimento, tomando gosto pela atividade, ou seja, encontrar motivação para a prática.

4. Vivência dos Melhores Resultados dos Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol

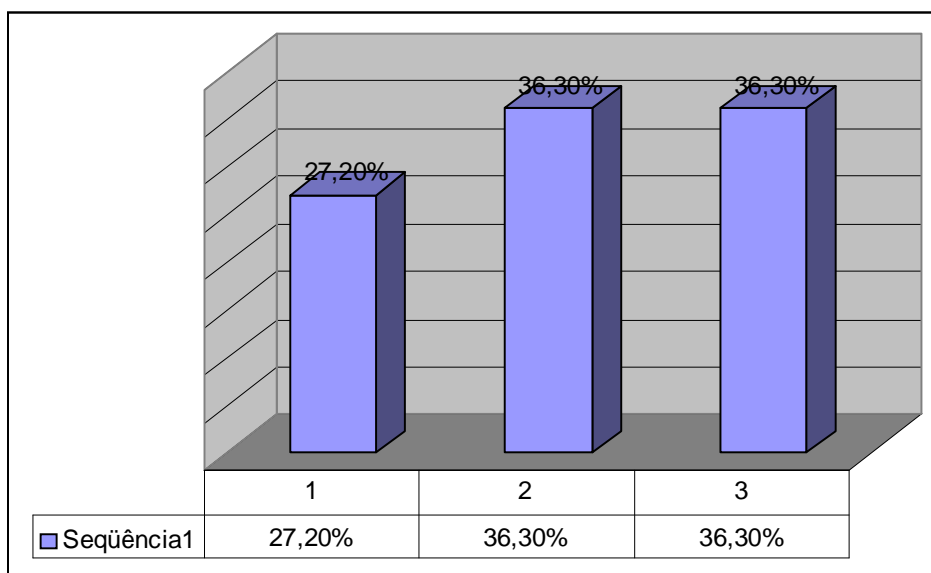
Para uma melhor compreensão sobre os resultados conquistados pelos atletas da seleção de basquetebol, dividimos a apresentação dos dados em três níveis: estadual, nacional e internacional.

GRÁFICO 2 – Idade dos melhores resultados dos atletas da Seleção de Basquetebol em Nível Estadual



Nos primeiros resultados em nível estadual dos atletas da seleção brasileira de basquetebol, estes possuíam idades diferenciadas: 54,5% dos atletas obtiveram seus primeiros êxitos entre 14 e 17 anos; 33% entre 18 e 20 anos e apenas 9,09% acima de vinte anos, em campeonatos da categoria adulta. Isso significa que, mesmo sendo os atletas das categorias inferiores, estes já disputavam campeonatos de contexto adulto. A idade de competição adulta de basquetebol, a nosso entender, deve acontecer após os dezenove anos para atletas masculinos, a qual, segundo Weineck (1999) é correspondente à idade biológica adulta. As idades entre 14 e 17 anos correspondem às categorias infantil e infanto-juvenil nos campeonatos de basquetebol brasileiro. Dessa forma, a participação de atletas muito jovens em competições adultas, em nível nacional, pode não ser de grande valia; êxitos são posteriores quando se fala em participações internacionais.

GRÁFICO 3 - Idade dos melhores resultados dos atletas da Seleção de Basquetebol mm nível nacional

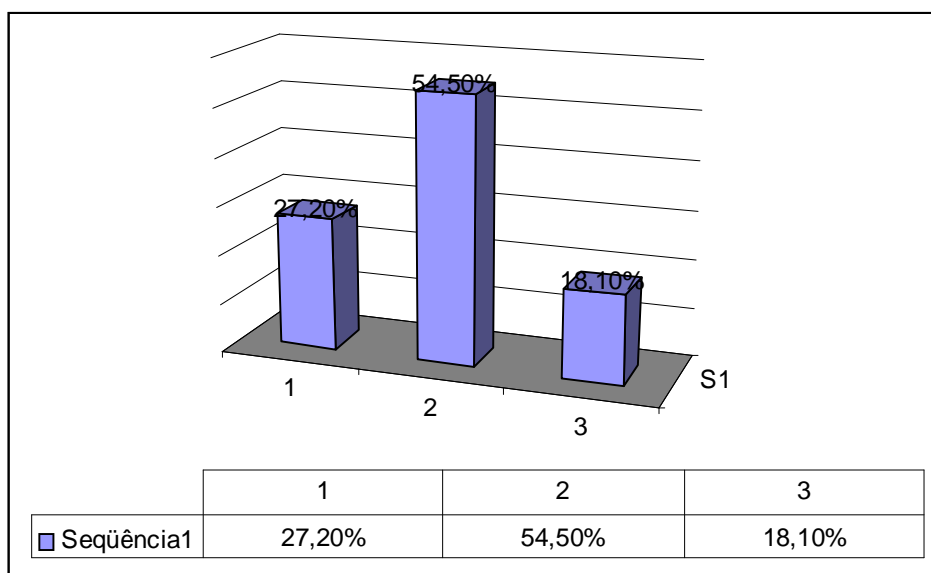


1) (18-20 anos) = 27% 2) (21-23anos) = 36% 3) (24-28anos) = 36%

Os resultados dos atletas do basquetebol brasileiro em nível nacional, de acordo com o gráfico 3, mostraram que 27,2% dos atletas obtiveram seus melhores resultados com

idades entre 24 e 27 anos, 36,3% com idades entre 21 e 23 anos e 36,3% com idades entre 18 e 20 anos. A média de vivência dos melhores resultados, em nível nacional, dos atletas da seleção brasileira, girou entre 21 e 23 anos, consideradas idades ótimas de resultados superiores na literatura internacional. De acordo com esse quadro, propomos que os torneios e campeonatos estaduais sejam planejados nas categorias infanto-juvenil e juvenil e adulto, como preparatórios para os eventos nacionais; e esses eventos sejam também considerados competições preparatórias para os eventos internacionais. Dessa forma, o calendário desportivo do basquetebol brasileiro necessita, com urgência, ser revisto e modelado para atender às mudanças que ocorrem nas organizações internacionais, para que as federações também se organizem e possibilitem aos técnicos das seleções (que denominamos seleções permanentes) possam estudar e planejar o processo de treinamento a longo prazo. A seguir, abordaremos os resultados desportivos dos atletas da seleção brasileira em nível internacional, como demonstra a gráfico 4.

GRÁFICO 4 - Vivência dos melhores resultados dos atletas da Seleção brasileira de Basquetebol em nível internacional



1) (18-20anos) = 27% 2) (24-28anos) = 54% 3) (21-23anos) = 18%

A vivência dos melhores resultados dos atletas da seleção brasileira de basquetebol mostra que 18,1% dos atletas conquistaram títulos sul-americanos e panamericanos com idades aproximadas de 21 e 23 anos, 27,2% entre 18 e 20 anos e 54,5% entre 24 e 28 anos. A literatura internacional (Quadro 13) diz que, no basquetebol, as zonas dos primeiros êxitos, em campeonatos mundiais e jogos olímpicos, acontecem por volta de 19 e 21 anos, e os resultados ótimos entre 22 e 26 anos e a manutenção dos resultados a partir dos 26 e 28 anos.

QUADRO 11 - Zonas Etárias e os êxitos dos atletas do Basquetebol Internacional

Zona dos primeiros êxitos	Zonas das ótimas possibilidades	Zona de Manutenção dos Resultados
19 – 21 anos	22 – 26 anos	26-28 anos

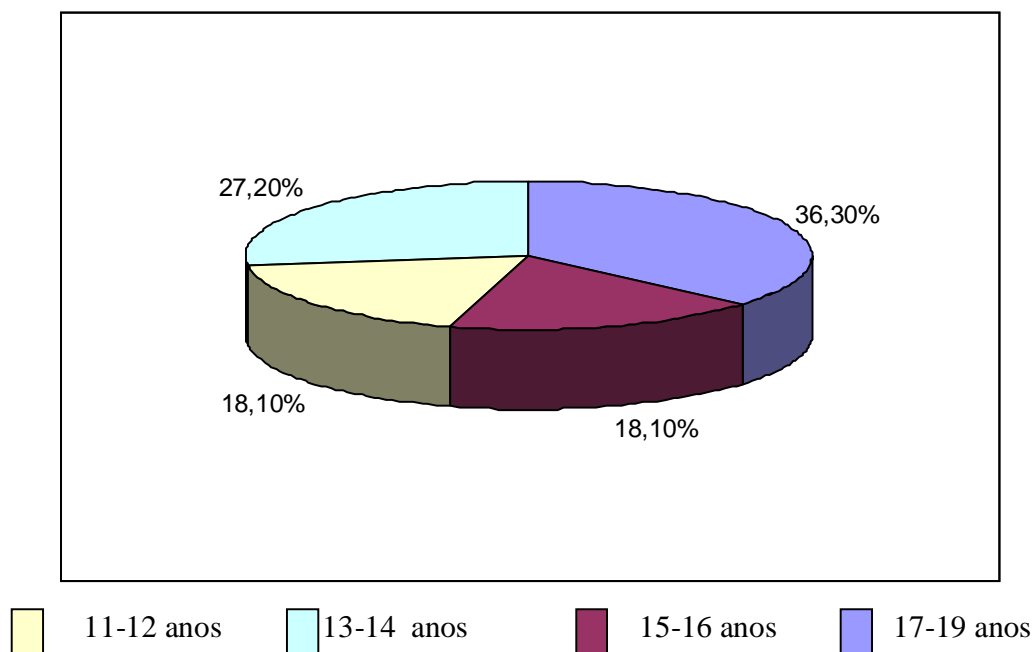
Fonte: Zakharov e Gomes (1992)

Ao compararmos os resultados do estudo, notamos que as idades dos resultados brasileiros nos campeonatos sul americanos e pan-americanos não diferem dos campeões mundiais e olímpicos. Podemos dizer que a perspectiva do basquetebol nacional, quando se trata de títulos mundiais e olímpicos, não está nas idades precoces ou tardias, mas em outros fatores, como características físicas por função, novas metodologias de treinamento físico-técnico-tático, bem como organização e planejamento em busca de resultados a longo prazo, com seleções permanentes desde as categorias infanto-juvenil, passando pelas juvenis até a adulta.

Segundo Weineck (1991), a idade adulta acontece após os 20 anos nos homens. Sendo assim, a fase de treinamento especializado corresponde, aos atletas profissionais, que nesse caso compõem a Seleção Nacional de Basquetebol. Nesse período do desenvolvimento, verificamos, após os depoimentos, que os aspectos positivos prevaleceram sobre os negativos, quando questionamos sobre a qualidade dos conteúdos do treinamento físico-técnico-tático. Acreditamos que essas informações acontecem porque os atletas talvez desconheçam os fatores científicos do treinamento moderno e também podem ter laços fortes com os técnicos, sendo flexíveis nos comentários ou mesmo éticos e profissionais.

Em seguida, constatamos a função exercida pelos atletas da seleção brasileira na atualidade e a idade em que ocorreu a especialização na função.

GRÁFICO 5 - Idade de dedicação específica em uma função pelos atletas da Seleção De Basquetebol



O treinamento específico em uma só função teve idades diferenciadas compreendidas entre 11 a 19 anos, como mostra o gráfico 5; no qual A1 18 anos, A4 19 anos, A7 17 anos especializaram-se com idades mais avançadas e A6 11 anos, A8 12 anos, A3 e A9 13 anos mais precoces, descaracterizando nosso pensamento, visto que propomos a vivência em todas as funções até 15 e 16 anos, com base em Kreb's (1992), Greco (1998), Paes (2001), os quais apontam, como período ótimo para a especialização nos jogos desportivos coletivos, acima de 14 anos.

De acordo com o gráfico 5, 18,1% dos atletas especializaram-se em uma só função antes dos 13 anos, 27,2% aos 13 e 14 anos, 18,1% aos 15 e 16 anos, 36,3% aos 17 e 19 anos. Apenas 54,4% obtiveram a especialização de acordo com a literatura especializada. Acreditamos, portanto, que uma das dificuldades que o Brasil enfrenta é a falta de talentos versáteis, que atuem em todas as funções. No basquetebol, por exemplo, utiliza-se, na modernidade, apenas um pivô fixo, o qual, normalmente, é o maior e mais forte; já os

outros são jogadores mais rápidos, que dominam todas as funções no jogo, obrigando-nos a repensar as práticas nas fases iniciais de preparação especializada, tanto nos conceitos da técnica como nos da tática, baseados nas características físicas dos jogadores brasileiros. Deve-se dar, portanto, aos jovens, nas fases de aprendizagem e automatização dos movimentos, a oportunidade de vivenciar várias funções, ampliando possibilidades que poderão ser úteis nas fases de especialização, nas quais a complexidade que o jogo coletivo exige tem nível de competição e necessita que o jogador domine com perfeição os fundamentos técnicos e táticos em todas as funções na equipe.

Apresentamos, nesse momento, e para finalizar nossas discussões a respeito do processo de especialização dos jogadores da seleção brasileira de basquetebol, assuntos relacionados aos locais de prática ou agências desportivas patrocinadoras, quadro 12.

QUADRO 12 – Sujeitos do estudo e entidades patrocinadoras

A ₁	A ₂	A ₃	A ₄	A ₅	A ₆	A ₇	A ₈	A ₉	A ₁₀	A ₁₁
Clube	Clube	Clube	Clube	Clube	Clube	Clube	Clube	Universidade	Clube	Clube

Os clubes desportivos, seguidos pelas prefeituras, no Brasil, são as principais agências que movem o basquetebol, diferentemente de outros países como Cuba/governo, Japão/indústrias, Estados Unidos/escolas, universidades e indústrias. Não discordamos do clube ser uma das agências no Brasil, mas defendemos a escola, como principal ambiente, em função da democratização da prática nas fases iniciais de aprendizagem e do ambiente educativo, contando com o apoio pedagógico e o incentivo dos familiares e das universidades para a continuidade dos estudos dos atletas. Não sendo dessa maneira, ficamos na dependência dos patrocinadores, que, aliados aos clubes, promovem as competições para o basquetebol brasileiro, tendo em vista que o desporto profissional moderno é totalmente mercadológico. Os atletas não têm ou têm muito pouca chance de continuar seus treinamentos e participação em competições por um tempo prolongado em um mesmo clube, porque, quando não houver mais interesses políticos ou financeiros por exemplo, desfaz-se a estrutura e dispensa-se os atletas, provocando insegurança e até a saída dos atletas do país, deixando o nivelamento por baixo, prejudicando o processo de preparação das seleções nacionais.

O clube desportivo foi, segundo o depoimento dos atletas, o local de treinamento mais utilizado nesse período. Isso demonstra que o sistema desportivo brasileiro precisa e pode, nas faixas etárias escolares, serem mais utilizados como locais para o treinamento do basquetebol, objetivando aos resultados superiores apenas a partir da categoria juvenil em outras agências. A busca do rendimento máximo deveria aparecer após o ingresso dos atletas na universidade, quando fosse o caso, para não prejudicar o processo de ensino.

Constatamos que, dos onze jogadores entrevistados, apenas um é patrocinado pelo ensino superior, dessa forma, temos, no Brasil, o clube como a principal entidade que patrocina o basquetebol, tornando-se um grande problema do ponto de vista educacional segundo Vidal (1991). Concordamos com o autor, porque, em nosso entendimento, as universidades deveriam participar efetivamente do processo, oportunizando os jovens jogadores aos estudos, tendo em vista o não abandono do desporto após a fase colegial, predominando os valores educacionais do ponto de vista social, utilizando-se do desporto para realizar outros sonhos, como ter uma profissão reconhecida pela sociedade, entre outros.

CAPÍTULO V

O PROCESSO DE INICIAÇÃO E TREINAMENTO ESPECIALIZADO EM BASQUETEBOL: UMA PROPOSTA EM PEDAGOGIA DO DESPORTO

1.1. Introdução ao Basquetebol

Com a evolução tecnológica, o basquetebol sofreu mudanças significativas no decorrer das últimas décadas. Nos dias atuais, o jogo de basquetebol está mais dinâmico, necessitando, com mais premência, de decisões rápidas diante das ações dos adversários, exigindo novas metodologias para o treinamento físico e inovações para o treinamento técnico-tático, além de outros fatores pertinentes ao treinamento, como aspectos psicológicos – preparação para as competições – e complementares – o apoio de outras áreas, como da fisioterapia, da medicina desportiva, entre outras. No processo de ensino-aprendizagem do basquetebol, pretende-se desenvolver as capacidades físicas e a aprendizagem das técnicas e estratégias táticas, gerais e especiais, para os alunos/atletas das fases de iniciação e aperfeiçoamento. Deve-se considerar a organização pedagógica dos conteúdos de forma planejada para a aplicação prática, os quais podem ser embasados nos estudos sobre o ensino dos jogos desportivos coletivos, especialmente sobre o basquetebol, almejando a educação e a formação dos alunos nos aspectos individuais e coletivos. Para tal proposta, embasamo-nos em Daiuto (1974), Hercher (1983), Bosc&Grosgerg (1983) Ferreira e De Rose (1987), Cardoso (1988), Vidal (1991), Jackson (1997), Almeida (1998), Oliveira e Graça (1998), Greco (1998), Ugrinowitsch (2000) Carvalho (2001), Paes (1999 e 2001) Vendramini (2002).Torna-se relevante, antes de abordarmos o ensino dos conteúdos específicos, tanto para a iniciação quanto para o treinamento especializado em basquetebol, discorrer sobre a função educacional do professor/técnico de basquetebol.

1.2. A Função do Técnico de Basquetebol

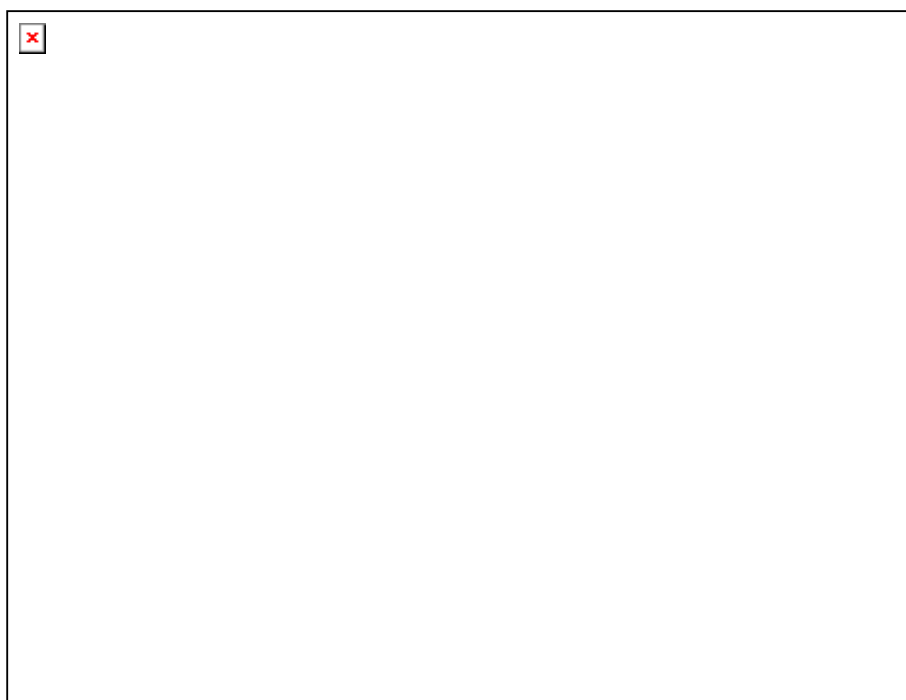
O professor/técnico deve conceber o ensino do basquetebol como uma prática pluralista e desenvolvê-lo de acordo com suas manifestações, seus significados, seus ambientes, e em conformidade com os comportamentos dos personagens que o praticam, independentemente da faixa etária destes. Sendo assim, vários são os motivos que devem

corroborar para tornar o ambiente de prática motivador e que, no caso específico do basquetebol, as crianças e os adolescentes aprendam, gostem e continuem a praticá-lo freqüentemente, independentemente de tornarem-se talento.

A prática do basquetebol, nas ruas, nas quadras poli-desportivas, nos morros ou em outros locais onde acontece a aprendizagem (pedagogia da rua) entre os próprios praticantes sem a presença do técnico ou professor, como acontece no futebol, torna o desenvolvimento das habilidades básicas importantes para a especialização no basquetebol. A especialização é, por sua vez, uma função árdua para o agente pedagógico ensina os princípios do jogo de basquetebol, como demonstramos com clareza nos itens da figura 1.

Podemos ressaltar, pelo método comparativo, um exemplo para o ensino formal, cuja estrutura relaciona o cenário com a escola, os objetivos com a iniciação desportiva, os personagens com os alunos e a modalidade com o basquetebol. Outro exemplo pode ser atribuído para o ensino não formal, no qual a estrutura relaciona o cenário com o clube desportivo, os objetivos com a especialização desportiva, os personagens com os atletas e a modalidade sendo o basquetebol.

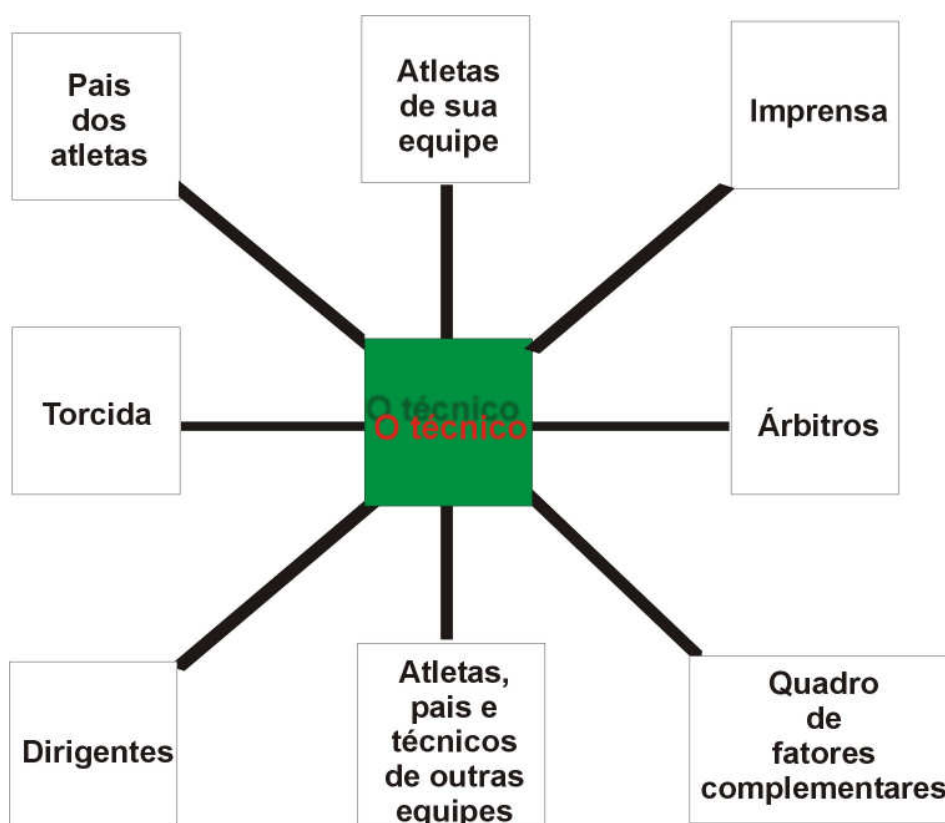
FIGURA 2 – Cenário, Objetivos e Personagens na Prática do Basquetebol



Fonte: Adaptado de Paes (1999), *apud* Oliveira (2002).

Nesse pensamento, estaremos direcionando, de forma pedagógica, o processo de ensino de acordo com cada cultura. No ensino do basquetebol, seja para iniciantes, atletas especializando-se ou para atletas profissionais, o técnico necessita compreender em qual cenário ele atua, quais são as condições físicas/materiais, entre outras, para visualizar nitidamente suas responsabilidades e funções e traçar os objetivos de seu trabalho. No entanto, deve-se observar o quê, para quê, para quem, quando e como ensinar algum princípio, evitando contradições entre seus objetivos e metas com a realidade específica de cada cenário.

FIGURA 3 – O Técnico e os demais envolvidos no ambiente de trabalho



Fonte: adaptado de Paes (1999), *apud* Oliveira (2002).

O técnico precisa, portanto, ser professor, devendo, sobretudo, preocupar-se com as questões educacionais, utilizando o basquetebol como alternativa educacional. Segundo Paes (1999), ensinar somente a técnica e a tática pode não ser suficiente; cada técnico diferencia-se pela visão abrangente que tem do seu trabalho, e, mesmo possuindo sua própria filosofia, deve, contudo, adquirir os conhecimentos básicos da vida biológica e cultural de seus aprendizes. Com a somatória desses conhecimentos aliada às suas experiências práticas, o técnico pode tornar-se um agente pedagógico e um técnico vencedor. Acreditamos que, para tornar possível esse fato, é de fundamental importância que o técnico e os demais envolvidos no processo de ensino compreendam a relevância das relações que ocorrem no ambiente de iniciação e especialização do basquetebol, como demonstrados na figura 3

As inter-relações estabelecidas pelos técnicos com o ambiente no qual interagem poderão ser favoráveis se estes promoverem intervenções positivas no processo ensino-aprendizagem, conscientizando seus atletas a entenderem a complexidade do ambiente desportivo e a buscarem o diálogo constante com todos os que fazem parte desse ambiente; compreendendo as reações positivas e negativas dos seres humanos, criando, aos poucos, um ambiente favorável, independentemente de seu nível de atuação.

2. Sugestões Metodológicas para a etapa de iniciação em Basquetebol e suas fases de desenvolvimento

Nossa proposta, para o basquetebol, visa ao desenvolvimento das capacidades físicas, aprendizagem, tático-cognitivas e habilidades do jogo, tanto para o ensino formal quanto para o ensino não formal. Denominamos a proposta de iniciação desportiva em basquetebol, e a subdividimos em três fases: I, II e III.

O quadro 15 demonstra nossa proposta para a iniciação em basquetebol com suas respectivas fases, as categorias disputadas nos campeonatos municipais e estaduais, as idades cronológicas correspondentes e a faixa escolar, podendo ser utilizada pela escola formal ou por outras agências desportivas do ensino não formal.

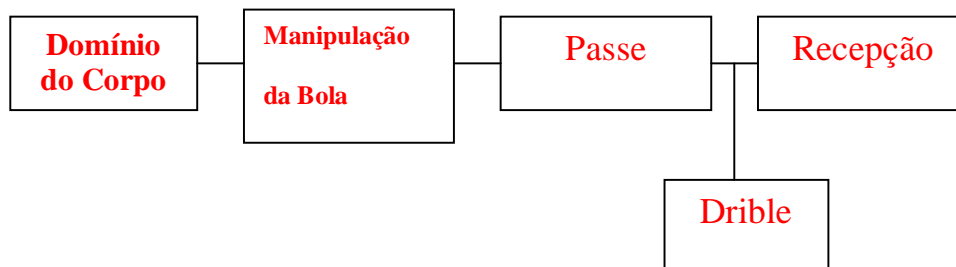
QUADRO 13 – Fases, Categorias, Idades Cronológica, Faixas Escolares, Idade Biológica e os Objetivos para as fases de Iniciação em Basquetebol

Fases	I	II	III
Categorias	Pré-mini	Mini e mirim	Mirim – infantil
Idade cronológica	7-10-11	11-12-13	13-14-15
Faixa escolar	1 ^a à 4. ^a séries	5 ^a , 6. ^a séries	7 ^a e 8 ^a séries
Idade biológica	Primeira e segunda infância	Primeira idade puberal	Pubescência
Objetivos para cada fase	Primeiros contatos com o jogo de Basquetebol – o mini-basquete	Aprendizagem diversificada dos conteúdos do basquetebol	Automatização e refinamento da aprendizagem inicial e vivência de novos conteúdos do basquetebol

3. A Fase I

A fase I marca os primeiros contatos da criança da primeira à quarta série do ensino fundamental, com idades entre 7 e 10 anos para a estimulação da prática da modalidade basquetebol. Acreditamos que a aprendizagem dos fundamentos e o desenvolvimento das capacidades podem se dar de maneira recreativa, por meio de jogos com alterações nas regras, e nos objetivos, adaptando-os à realidade de cada cenário e às necessidades dos alunos, observando a disponibilidade dos recursos materiais e humanos.

Os jogos reduzidos, pré-desportivos, e as brincadeiras adaptadas podem ser utilizados como facilitadores do ensino, pois possibilitam adequar as atividades à vivência motora dos alunos ou participantes e podem ser realizados na escola, no clube ou em qualquer outro local, em função da sua ação recreativa. Proporciona-se, assim, maior motivação na prática, facilitando o aprendizado, envolvendo um grande número de crianças. A pretensão, nessa fase do processo, não é levar em conta os níveis físico e técnico-tático, mas propiciar a aprendizagem das regras básicas do jogo, bem como utilizá-lo como alternativa educacional, integrando e desenvolvendo o gosto dos participantes pelo jogo de basquetebol.

FIGURA 4 – Indicações Pedagógicas para o Ensino na Fase I

Fonte: Paes (2001) apud Oliveira (2002).

3.1. Conteúdos

3.1.1. O Domínio do Corpo

O controle corporal é a capacidade de realizar movimentos e gestos específicos do basquetebol, controlando o corpo no tempo e espaço exigidos pela dinâmica do jogo. Nessa fase, o desenvolvimento das capacidades físicas é direcionado para as corridas para frente, trás e lado, acarretando mudanças de direção, fintas, giros, paradas bruscas, saídas rápidas e diversos tipos de saltos. Pode-se, nesse período, utilizar os jogos para o aprimoramento das capacidades físicas (domínio corporal), bem como para reiterar os gestos técnicos simples utilizados nos jogos: drible, lançamento, recepção e passe, sem exigir dos alunos/atletas a execução perfeita. A finalidade principal é estimular as crianças à prática, à iniciação ao esporte, nesse caso específico, ao basquetebol.

3.1.2. A Manipulação da Bola

O manejo da bola é a capacidade de manusear a bola nas diversas situações de jogo. Deve-se oferecer aos praticantes a oportunidade de conhecer as diversas

possibilidades de movimentos com a bola: rolar, tocar, quicar, segurar, lançar, trocar de mãos e movimentá-la em relação aos planos do corpo.

O modo adequado de segurar a bola deve ser ensinado: com ambas as mãos com o objetivo de passar, driblar ou arremessar à cesta.

A manipulação da bola, nessa fase, deve ocorrer com exercícios e jogos; os exercícios são individuais, de grupo ou com jogos, nos quais os alunos ficam espalhados por locais previamente determinados nos campos de jogos.

3.1.3. Os Passes e Recepções

O passe, no basquetebol, constitui-se de lançamentos e recepção da bola entre os elementos que compõem o jogo, com a intenção de alcançar melhores condições da passagem da defesa para o ataque no arremesso à cesta do adversário.

Os passes podem ser executados com uma ou com ambas as mãos. Com uma das mãos: picado, à altura do ombro, por baixo, gancho e baixo; com ambas as mãos: altura do tórax, picado, acima da cabeça e baixo; passes especiais: por baixo das pernas e por trás do corpo.

3.1.4. O Drible

O drible é um movimento com a bola no qual os jogadores deslocam-se pela quadra com sua posse, quicando-a no chão sem cometer violações, ou seja, sem infringir as regras do jogo.

O drible é executado com a mão apoiada sobre a bola, os dedos apontando para a frente, o tronco ligeiramente inclinado para a frente, pernas e afastamento antero-posterior. Há diversas maneiras de efetuar o drible: com a bola conduzida com o uso das mãos direita ou esquerda, alto ou baixo; com troca de mão - drible com a direita e com a esquerda, alto ou baixo; driblando por trás do corpo; driblando por entre as pernas; driblando lateralmente, à direita e à esquerda; driblando com giros, direita e esquerda.

4. A Fase II

Essa fase do processo de desenvolvimento deve ocorrer aproximadamente aos 11 e 12 anos de idade; os pré adolescentes deverão estar cursando a quinta ou a sexta séries do ensino fundamental; equivalente às categorias pré-mini e mini no ensino não formal, correspondente à aprendizagem das finalizações, arremessos, ao rebote ofensivo e defensivo associados aos conteúdos fase anterior de aprendizagem enfatizados na prática pedagógica de nossa proposta.

FIGURA 5 - Indicações Pedagógicas para o Ensino na Fase II



Fonte: Paes (2001) apud Oliveira (2002).

4.1. Conteúdos

4.1.1. O Arremesso

O arremesso, denominado também finalização, é o ato principal do ataque, efetuado com a finalidade de conseguir a cesta.

Há múltiplas formas de arremessar: *bandeja* – executada quando o atacante encontra-se em deslocamento nas proximidades da cesta adversária. A bandeja caracteriza-se pela execução de dois tempos rítmicos, com impulsão em uma só perna, direita ou esquerda.

Arremesso com uma das mãos - realizado quando o atacante estiver em deslocamento a qualquer distância da cesta.

Arremesso de jump - realizado partindo de uma posição estática e também em deslocamento próximo à cesta ou, ainda, a longa distância.

4.1.2. O Rebote

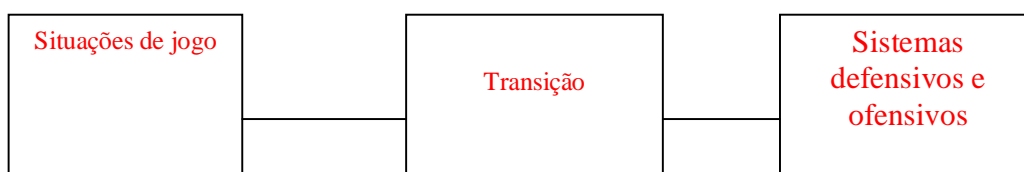
O rebote é o ato de recuperar a bola após um arremesso, não convertido tanto na defensiva quanto na ofensiva. Por rebote defensivo entende-se a recuperação da bola por um defensor após o arremesso do adversário; e rebote ofensivo é a recuperação da bola após o arremesso de um companheiro de equipe.

4.1.3. Os Fundamentos Sincronizados

Os fundamentos sincronizado têm como finalidade principal a execução dos conceitos apreendidos individualmente, de defesa e de ataque, de uma forma aproximada da situação real de jogo. A exigência, para o executante, é maior que nos exercícios de aprendizagem e automatização, uma vez que nos exercícios sincronizados são necessárias ações encadeadas que deverão ser executadas no tempo e espaço adequados. Essas ações envolvem o domínio do corpo, manipulação da bola, passes e recepção, dribles de modo sincronizado entres os jogadores, exigindo destes funções dinâmicas com a posse ou não da bola, desenvolvendo o raciocínio, a tensão e a tomada de decisão na prática do jogo.

5. A Fase III

O período de desenvolvimento que nomeamos fase III tem como alvo os alunos da 7ª e 8ª séries do ensino fundamental, com idade aproximada de 13 a 14 anos. Nessa fase, reiteram-se os conteúdos assimilados anteriormente, automatizando-os e refinando-os, obtendo novos conceitos, os quais contemplam as situações de jogo, transição e sistemas ofensivos e defensivos.

FIGURA 6 – Indicações Pedagógicas para o Ensino na Fase III

Fonte: Paes (2001) apud Oliveira (2002).

As fases I e II correspondem ao estímulo e aprendizagem dos conteúdos do basquetebol. Torna-se imperativo, na fase III, a continuidade do ensino dos conteúdos das fases anteriores, praticando os fundamentos em situações próximas do jogo formal. A execução desses princípios deixa de ter um caráter **individual**, transformando-se em ações coletivas, nas quais o movimento realizado por um jogador/aluno traz benefícios diretos aos companheiros de equipe. Os fundamentos individuais são constituídos coletivamente, realizados no tempo e espaço adequados às ótimas capacidades de jogo.

5.1. Conteúdos

5.1.1. Situações de Jogo

Para uma excelente obtenção do desempenho coletivo, torna-se imprescindível que os praticantes vivenciem situações próximas ao jogo. Essas situações devem ser experimentadas de forma progressiva de execução: um contra um (1x1), dois contra dois (2x2), três contra três (3x3), quatro contra quatro (4x4), cinco contra cinco (5x5), igualdade numérica e dois contra um (2x1), três contra dois (3x2), quatro contra três (4x3), cinco contra quatro (5x4), com desigualdade numérica em meia quadra, e quadra inteira.

5.1.2. Transição

A transição, no basquetebol, caracteriza-se pela passagem do sistema defensivo para o ofensivo e vice-versa. Em função das mudanças nas regras, o jogo de basquete tornou-se mais dinâmico, exigindo dos jogadores raciocínio rápido e maior velocidade nas tomadas

de decisões. Essas modificações elevaram a transição a uma arma poderosa no processo de ensino do jogo coletivo de basquetebol, pois a mesma surpreende os adversários após sua ação ofensiva.

A transição pode ser utilizada pelos técnicos com a intenção de definir, o mais rápido possível, um lance após a requisição da bola. Nas fases I e II do basquetebol, deve-se aplicar exercícios sincronizados com vantagem e desvantagem numérica. Exemplo: 2x1, 3x2 e vice-versa. Deve-se construir hábitos motores e filosóficos de forma simplificada, sem posicionamentos pré-definidos, complicados para serem executados pelos jovens iniciantes, deixando a complexidade para as fases de especialização.

Recomendamos, nessas fases, ensinar o posicionamento básico aos pré-adolescentes; estes devem ocupar os espaços livres na saída para o ataque, preparando-se, assim, para contra-ataques futuros com posições determinadas. A pretensão principal é ensiná-los a ler a defesa e a compreenderem como os adversários elaboram o equilíbrio defensivo. Os passes devem ser rápidos e os dribles velozes; deve-se estimular a ocupação dos espaços nos corredores central, esquerdo e direito da quadra de jogo, visando finalizar por arremessos de bandeja de curta distância.

6. Sistemas Ofensivos e Defensivos nas fases de Iniciação em Basquetebol

6.1. O Sistema Ofensivo

São vários os sistemas de ataque (ofensivos). Nas fases II e III, todavia, nas quais destacam-se a aprendizagem e a automatização dos gestos motores, o ensino das estruturas de ataque deve partir das premissas de sistemas simples, como ataque contra defesa individual simples, e o ataque contra apenas alguns sistemas por zona, tais como 2:1:2, 3:2 de forma simplificada, valorizando a defesa e o ataque individual.

6.2. O Ataque contra Sistemas Individuais

Nas fases II e III, a aprendizagem dos alunos deve contemplar a compreensão do ataque em todas as posições na quadra, independentemente de sua função no jogo. O

entendimento dos princípios de ataque sem muitos detalhes deve ser também assimilado pelos alunos, tais como receber a bola e posicionar-se olhando a cesta; utilizar o corpo e as técnicas básicas do passe, drible e lançamentos (arremessos); explorar os espaços de curta, média e longa distância em relação ao alvo; passar a bola entre todos os jogadores antes da finalização; utilizar a comunicação verbal para a resolução de problemas; aceitar a disputa e os erros; aprender a **formar 1x1 e 2x2, formar o conceito coletivo; e participar no controle ofensivo.**

6.3. O Ataque contra Sistemas por Zona

O ataque contra sistema por zona deve ser simples e objetivo, no qual o quesito individual é elaborado em função da equipe; adequando as potencialidades e possibilidades individuais na resolução dos problemas ocasionados pela ação dos adversários. Não são recomendadas jogadas complexas, mas sim jogadas simples, utilizando movimentações nos espaços vulneráveis da zona. O técnico/professor deve ensinar a jogar e não a fazer jogadas.

6.4. A Defensiva

A defesa tornou-se uma ótima possibilidade de treinamento que potencializa o ataque em função da recuperação da bola e o contra-ataque eficiente. Para que isso ocorra nas fases posteriores, é relevante, nas fases II e III, estimular a aprendizagem e a automatização dos conceitos básicos de defesa, utilizando principalmente a defesa individual. Defendemos essa tese, porque, paralelamente às ações táticas de defesa, desenvolvem-se nos alunos quesitos essenciais para as fases de especialização, tais como a noção de posicionamento espacial; maior quantidade de movimentos corporais em função das movimentações de ataque; responsabilidade para marcar um determinado jogador; noção básica de ajuda aos companheiros; facilidade em aprender as posições básicas de defesa que poderão ser usadas em outros sistemas de defesa.

Por outro lado, alguns sistemas de defesa por zona também devem ser ensinados para que os técnicos tenham mais opções de uso nos jogos, em função do desgaste físico provocado pelos sistemas de defesa individual e também para o aumento do conhecimento, incentivando a criticidade e a criatividade dos alunos.

6.5. A defesa contra Individual

Na defesa contra individual, alguns procedimentos podem ser adotados pelos alunos: posição básica (pés ligeiramente mais abertos que os ombros, corpo flexionado, movimentação para frente, trás e lado); recuperação da bola (antecipar os passes); vibração com a defesa; vencer o atacante.

Nos sistemas individuais, o técnico não deve preocupar-se com sistemas complexos; ao contrário, deve ensinar aos alunos os sistemas básicos, como a defesa individual simples (cada um marcando o seu oponente), encontrando, de preferência, um adversário com as mesmas características individuais dos alunos e, em seguida, deve levar o aluno a marcar oponentes com características diferentes das suas.

O sistema simples de defesa individual acarreta, nos alunos, condições generalizadas básicas, as quais, em futuros jogos, contribuirão para o rendimento das funções específicas no jogo de basquetebol. A defesa individual faz com que o defensor desenvolva o domínio corporal, a antecipação, o ritmo e a leitura das características ofensivas dos oponentes defensores, bem como o domínio espacial e movimentos básicos de defesa.

A etapa de iniciação em basquetebol e suas fases de desenvolvimento deverão promover as bases para uma sólida especialização. Temos ciência de que os fatores dependerão do cenário (ambiente) em que cada técnico atua. No ensino fundamental, além do basquetebol, sugerimos que os alunos vivenciem outras atividades motoras para a ampliação do vocabulário motor. No ensino não formal, como o clube desportivo, sugerimos que ocorra a diversificação das atividades propostas neste estudo, utilizando-se de vários métodos no basquetebol, evitando a fragmentação e a repetição exacerbada de gestos motores, específicos de uma determinada função nos treinamentos e competições.

Busca-se oportunizar a vivência em todas as funções – armador, lateral e pivô, antes da especialização em uma delas.

Deve-se então planejar e organizar e sistematizar a aplicação dos conteúdos com vistas à automatização, aperfeiçoamento e aprofundamento dos conhecimentos nas fases seguintes.

QUADRO 14 – Fases, Idades e Conteúdos para o Desenvolvimento das Capacidades Físicas e Aprendizagem da Técnica e Tática nas Fases de Iniciação em Basquetebol

FASES	IDADE	CAPACIDADES FÍSICAS	TÉCNICA	TÁTICA
Iniciação (I)	7 a 10	Coordenação, saída rápida, parada brusca, mudança de direção e flexibilidade	Manipulação e recepção da bola, passe e drible	Primeiras noções de organização e domínio dos espaços livres
Iniciação (II)	11 a 12	Início da resistência da rapidez, início da resistência aeróbia	Finalização e fundamentos sincronizados	Início dos sistemas de defesa e ataque simples
Iniciação (III)	13 a 14	Início da resistência de força rápida, início da força explosiva	Situações de jogo 1x1, 2x2, 3x3, 3x2,4x3	sistemas defensivos e ofensivos, por posicionamento

Esperamos que, ao final dessa etapa e de suas fases, os alunos/atletas tenham aprendido os conteúdos de todas as funções e dominem as bases técnicas e táticas simples com boas capacidades coordenativas, de velocidade/rapidez aliada a flexibilidade, consideradas imprescindíveis para a especialização no basquetebol como mostra o quadro 14.

7. Sugestões Metodológicas para a Etapa de Treinamento Especializado em Basquetebol

Sugerimos, para a etapa de treinamento especializado em basquetebol, uma proposta que atenda ao ensino formal e não formal, na qual elegemos três fases para seu desenvolvimento. Essas fases correspondem às categorias, às idades em que são disputadas as competições nas agências do ensino não formal, à idade escolar do ensino formal, com

base na idade biológica e de acordo com os objetivos específicos para cada fase, já expostos neste estudo. Ressaltamos que, nesse período, a proposta para o treinamento especializado em basquetebol vise às fases de especialização I e II, à busca da especialização dos gestos motores (técnica), à capacidade estratégico-cognitiva, à tática e à capacidade física. Compreendemos que nesse período os atletas, ano a ano, aperfeiçoam e aprofundam suas capacidades e qualidades, aproximando-se do profissionalismo (denominado neste estudo de fase III), almejando a obtenção e manutenção dos resultados superiores nos campeonatos estaduais, nacionais e internacionais, conforme apresentamos no quadro 15.

QUADRO 15 - Fases, Categorias, Idade Cronológica, Faixas Escolares, Idade Biológica e os Objetivos para as Fases de Treinamento Especializado em Basquetebol

Fases	T.E nível I	T.E nível II	T.E nível III
Categorias ensino não formal	Infantil e cadete	Juvenil e sub 21	Adulto
Idade cronológica	15, 16 e 17 anos	18, 19 e 20 anos	Acima de 20 anos
Faixa escolar do ensino formal	1.º ao 3.º ano colegial	Universitário	Universitários profissionais
Idade biológica	Segunda idade puberal	Adolescência	Adulta
Objetivos para cada fase	Aperfeiçoamento e aprofundamento	Direcionamento e aproximação	Resultados superiores

Acreditamos que o sucesso dos jogadores de basquetebol, em nível estadual, nacional e internacional, depende de múltiplos fatores; um deles é o sistema de treinamento, o qual visa, nas fases de especialização no basquetebol no ensino formal e não formal, à busca dos resultados desportivos.

A preparação especializada do jogador de basquetebol, neste estudo, acontece fundamentalmente, de forma pedagógica; o desenvolvimento das capacidades físicas e o aperfeiçoamento das técnicas e táticas sugeridas são apresentados no quadro 16.

QUADRO 16 - Indicações Pedagógicas, para o Desenvolvimento das Capacidades Físicas e Aprendizagem dos Aspectos Técnicos e Táticos no Aperfeiçoamento e Aprofundamento nas Fases de Treinamento Especializado em Basquetebol

Física	Técnica	Tática
Resistência Velocidade Força Flexibilidade Coordenação	Treinamento dos fundamentos específicos do basquetebol: manejo do corpo, drible, passe, recepção arremesso e rebote, etc.	Estratégias: Ofensiva Defensiva e transição

A seguir, contemplamos assuntos referentes aos conteúdos e métodos da preparação física dos jogadores de basquetebol, no treinamento especializado, onde os conteúdos da preparação física, relaciona-se ao desenvolvimento das capacidades físicas dos atletas: resistência, força, velocidade, rapidez, flexibilidade e destreza (coordenação de habilidades).

7.1. O Desenvolvimento da Resistência

A capacidade física é a resistência física bastante desenvolvida, a qual possibilita aos atletas de basquetebol realizarem a contração muscular por tempo prolongado, suportando as condições exigidas nos jogos.

Para o desenvolvimento da resistência aeróbia exigida no basquetebol, sugerimos os métodos de exercícios sincronizados, circuito *training* e corridas variadas, fazendo uso dos elementos técnicos do jogo – passes, dribles e lançamentos efetuados na própria quadra de jogo. Para o desenvolvimento da resistência anaeróbica, recomendamos a interação da tática e técnica com intervalos rítmicos de recuperação e intensidade alta na execução das tarefas, podendo ser superior à competição, com pouco tempo de recuperação: jogos de 1x1, 2x2, 3x3, 3x2, 2x1 etc.; e com rapidez na execução dos gestos técnicos buscando sempre a eficiência tática.

7.2. O Desenvolvimento da Força

Para o desenvolvimento da força no processo a longo prazo, no basquetebol, recomendamos exercícios com alteres e pesos adicionais, levando em consideração a idade e tempo de prática.

QUADRO 17 – Anos de Prática, Idade, e a amplitude da intensidade do estímulo para o Treinamento da Força geral e especial, na preparação em vários nos dos Jogadores de Basquetebol, relacionado com a quantidade de repetições e séries com e sem aparelhos de apoio

Anos de prática	Idade	Amplitude da intensidade do estímulo
2	15	30% a 50%
3	16	40% a 60%
4	17	50% a 70%
5	18	60% a 80%
6	19-20	70% a 90%, podendo atingir os potenciais máximos

Adaptado de Hercher (1993), *apud* Oliveira (2001).

Há alguns métodos de repetição dos exercícios com pesos que podem ser aplicados pelos alunos/atletas e controlados pelas repetições e as séries por semana de treinamento: entre eles o método pliométrico (salto em profundidade seguido de corridas rápidas, utilizando os fundamentos do jogo de basquetebol) e o método de repetição com sobrecarga, tração com aparelhos para força rápida.

O treinamento da força visa a um aprimoramento por meio de exercícios gerais e específicos, juntamente com determinados movimentos do basquetebol. Cabe ao

técnico/professor criar elementos planejados e organizados que motivem os praticantes em cada treinamento.

Os exercícios gerais tencionam fortalecer a musculatura do corpo, não sendo necessário ser idênticos aos movimentos de jogo. Exemplo: RML na mudança com pesos com intensidade baixa - média, com pouco peso e maior número de repetição.

Os exercícios específicos objetivam aproximar os gestos às estruturas de jogo, nas quais o movimento pode ser executado combinando exercícios de membros superiores com inferiores. Exemplo: flexão dos joelhos com halteres, saltos com halteres, saltos com sacos de areia, uso de coletes, dentre outros.

O próprio jogo desenvolve a força e a resistência da força. Nos treinamentos, o método de jogo deve ser utilizado para aprimorar as funções especiais dos músculos.

Os exercícios para os membros inferiores podem ser desenvolvidos em saltos em profundidade seguidos de altura e comprimento; saltos em diferentes posições e de pés alternados; salto com intervenção dos braços sobre obstáculos; saltos em comprimentos e verticais; saltos seguidos de um outro salto; salto pulando cordas.

Os exercícios para os membros superiores podem ser desenvolvidos por meio do lançamento do medicine-baal para cima, para frente, para o lado e para trás; comprimir objetos elásticos; lançamento do medicine-baal utilizando-se os fundamentos do passe; utilização da barra para força dos ombros.

7.3. O Desenvolvimento da Velocidade e Rapidez

A velocidade de ação bem desenvolvida possibilita ao jogador de basquetebol reagir a estímulos provocados pelo jogo, resolvendo problemas com pouca demora. A velocidade pode ser desenvolvida ao som de apitos, palavras ou simples sinal, com ou sem utilização da bola, em espaços de, no máximo, 28 metros, em métodos de repetição de exercícios cíclicos e acíclicos.

O treinamento da velocidade no basquetebol depende da força, estabilidade, técnica e tática do desportista.

As formas de treinamento devem contemplar as corridas rápidas com lançamento à cesta; corridas rápidas com passes (2x2 ou 3x3); corridas avaliativas no tempo e nos

respectivos intervalos de recepção com e sem bola; utilização de estímulos ópticos e auditivos em diferentes posições: sentido, em pé, deitado para frente, lado e trás; corrida com elevação no joelho; aceleração com parada brusca e saídas rápidas e com mudança de direção com e sem bola; utilização dos fundamentos do jogo técnico com a tática de jogo, principalmente a transição contra-ataque.

7.4. O Desenvolvimento da Flexibilidade

O desenvolvimento da flexibilidade permite ao jogador de basquetebol executar movimentos em grande amplitude. Sua ausência poderá ocasionar lesões e atrapalhar o desenvolvimento da força e da rapidez, levando à realização de esforços desnecessários.

Deve-se executar no basquetebol o trabalho através de exercícios com movimentos amplos antes e depois de cada sessão de treinamento, condição elementar para a qualidade do movimento, principalmente durante a adolescência, constituindo um hábito natural,

FIGURA 7 - Exercícios de Alongamento para o Basquetebol



7.5. O Desenvolvimento da Coordenação

O desenvolvimento da coordenação possibilita direcionar os movimentos dos jogadores de basquetebol de acordo com as condições das tarefas motoras. Seu melhor momento acontece nas idades infantis e no início da adolescência.

A coordenação deve ser desenvolvida levando-se em consideração as percepções visuais, auditivas e sinestésicas, e pode ser desenvolvida também junto às ações físico-técnica e táticas.

Elaboramos algumas sugestões de exercícios com e sem bola: movimentos dos braços para frente e para trás, correndo e saltando; correr com alternância dos braços e pernas, forçando os pés no chão; correr lateralmente; correr passando por cima e por baixo de obstáculos; correr de frente e de costas em zig-zag nos cones; pega-pega em grupo em pé, sentado ou deitado; corrida com parada em um só pé; corrida com parada de um pé à frente; corrida com parada com dois pés; corrida em ritmos diferentes, utilizando os fundamentos do drible.

Consideramos que a preparação física é de fundamental importância para a preparação do jogador de basquetebol. Esta deve ser atribuída sempre nos períodos preparatórios, de forma generalizada, com exercícios com pesos, entre outros; e de forma específica, próxima das características do jogo de basquetebol. Sugerimos, para as fases de treinamento especializado I e II, a utilização da maior parte do tempo de treinamento aos espaços de jogos integrando as ações técnicas e táticas.

Na seqüência, apresentamos algumas sugestões para a preparação técnica do jogador de basquetebol

A preparação técnica geral e especial, no processo de treinamento especializado dos jogadores de basquetebol implica em aperfeiçoar e aprofundar os conhecimentos adquiridos sobre os fundamentos do jogo de basquetebol: drible, passe, arremesso, rebote, situações de jogo, exercícios sincronizados e sistemas de ataque e defesa, na função específica de cada jogador da equipe, exercida no sistema de jogo.

QUADRO 18 - Funções dos Jogadores no Basquetebol Moderno

1	Armador fixo
2	Ala, armador escolta
3	Ala de força, ala pivô
4	Pivô móvel
5	Pivô fixo

As funções atuais dos jogadores de basquetebol são definidas neste estudo, enumeradas de um a cinco.

O número um e dois representam os armadores e escolta fixo. O armador é o jogador responsável por organizar os sistemas ofensivos da equipe; devendo possuir características físicas velozes nos fundamentos, particularmente no drible e passe. O armador muito ofensivo pode não ser benéfico para a coletividade do time, porém, deve ser bom em dar assistência, ser paciente, manter bom relacionamento com os companheiros de equipe e com os técnicos, possuir boa visão de jogo, domínio espacial, arremessos de longa distância, infiltrações nos espaços vulneráveis dos sistemas adversários, consciência no equilíbrio defensivo, inteligência de antecipação e tomada de decisão frente aos adversários.

O número três representa os alas ou laterais. No basquetebol, podemos distingui-los da seguinte maneira: alas ou laterais de velocidade e força altos e medianos. Nessa função, pode-se jogar explorando o contra-ataque, como o jogo próximo à cesta. Os números três devem efetuar bons passes para os pivôs, realizar arremessos de média e longa distância, ser bons infiltradores, terem a capacidade de rebotear, fazer corta-luz, visto que são os maiores responsáveis pelos contra-ataques e pelo equilíbrio defensivo. Devem, portanto, deter o domínio dos fundamentos para o ótimo jogo com e sem a bola.

O número quatro e cinco representam os pivôs, fixos e móveis. Estes normalmente são altos e fortes. O número cinco joga na maior parte do tempo de costas para a cesta; já o número quatro deve ter liberdade para jogar fora do garrafão, explorando os arremessos de média e longa distância, quando necessário. Ambos devem possuir percepção visual e tátil,

elaboração rápida nas respostas motoras para as tomadas de decisão, excelente capacidade de saltos, extrema habilidade para recepção dos passes, ótima capacidade para realizar fintas e giros com ambas as mãos, bons arremessos de curta e média distância, e, sobretudo, serem exímios reboteadores.

Tais funções, no basquetebol, foram estabelecidas há muito tempo; entretanto, ainda há técnicos que não observaram os avanços na questão da organização das equipes para as disputas, especificamente as que envolvem os campeonatos nacionais, pois estas configuram-se em bases para as seleções nacionais. Atualmente, as equipes de maior destaque mundial trabalham com doze jogadores: sendo três jogadores número cinco, dois número quatro, quatro número três e três número dois.

Busca-se aperfeiçoar a aprendizagem adquirida até esse momento do processo, aprofundando os conhecimentos nos treinamentos e competições, direcionando os jogadores e aproximando-os dos melhores resultados no basquetebol, nos quais a técnica dos fundamentos deve ser realizada com e sem bola, com e sem marcação, individual, em grupos e coletivamente, como demonstramos no quadro 19.

QUADRO 19 – Aperfeiçoamento e Aprofundamento dos Fundamentos do Jogo de Basquetebol, “Técnica Com Bola”

Recepção de bola	Passe	Drible	Arremesso	Rebote
<p>Receber, segurar, parar e manipular.</p> <p>Variações: altura, peso, força, direção, distância, efeito, uma ou duas mãos.</p>	<p>Ambas mãos, por trás do corpo, por entre as pernas, de gancho, longo, com efeito, ombro, peito, por cima da cabeça, picado, após drible e após finta.</p>	<p>Alto, baixo, lado, costas, trocando de mãos, só direita, só esquerda, especiais, entre as pernas, por trás do corpo e com giros.</p>	<p>Mão esquerda e direita, gancho, curta, média e longa distancia, parado, saltando, após drible, após receber passes, bandeja esquerda e direita.</p>	<p>Ofensivo, defensivo, sem marcação, com marcação, após marcação, após contato-ataque e com ou sem a posse de bola.</p>

Fonte: adaptado de Hercher (1983) *apud* Oliveira (2002).

QUADRO 20 - Aperfeiçoamento e Aprofundamento da Técnica sem Bola

Corta luz	Fintas sem bola
Com braços cruzados à frente do peito, de frente e de costas	Em L,V, giros pela frente e por trás, e corridas em diferentes rimos e direções

8. Sugestões de Treinamento da Técnica do Jogador de Basquetebol para as fases de Treinamento Especializado

Os métodos de treinamento podem ser desenvolvidos através de exercícios analíticos, exercícios de transição e exercícios sincronizados, além das situações especiais, tais como as leituras dos valores individuais, por meio do *método situacional*: 1x1, 2x2, 3x3, ou das situações de jogo: 2x1, 3x2, 4x3; do *método competitivo* (5x5): o mais próximo da competição, dos jogos coletivos e amistosos; *método de influência verbal*: explicação, conversa, comando, indicações corretivas, análise verbal, inter-relação e co-educação; *método de influência demonstrativa*: é subdividido em visuais, que são os materiais didáticos, os filmes sobre exemplos motores, cartazes, desenhos e esquemas; em auditivos, que são o estímulo musical, as palmas, os apitos, os sinais de agora, foi e já; e em cinestésicos, que são os exemplos dos parceiros, do técnico para a execução correta dos movimentos, ajuda para o arremesso, drible, passe, finta etc.

Os métodos de treinamento, no basquetebol, devem ser utilizados para aperfeiçoar a técnica dos movimentos sem repeti-los, ou seja, a cada dia o técnico deve ser criativo, elaborando novas formas de treino por intermédio de diversos meios, pois técnicas complicadas são mais fáceis de serem apreendidas se forem executadas em sua complexidade, como acontecem nas competições. Sendo assim, explicar, demonstrar e orientar são tarefas importantes para os agentes do processo, além dos *feed-backs* constantes.

9. A Preparação Tática dos Jogadores de Basquetebol nas Fases de Treinamento Especializado

A preparação tática dos jogadores de basquetebol é fundamental nas fases de treinamento especializado I, II e III. O desenvolvimento das estratégias de jogo, o aperfeiçoamento e o aprofundamento da aprendizagem sobre os sistemas de defesa e ataque são efetuados de acordo com a filosofia de cada técnico. Alguns tópicos, contudo, devem ser abordados, para acompanharmos a evolução do jogo de basquetebol na atualidade.

Os sistemas defensivos na preparação do jogador de basquetebol na fase treinamento especializado.

9.1. Defensiva por Zona

Na defensiva por zona ou setor, os jogadores detêm a responsabilidade de marcar uma determinada área de acordo com a posição da bola, isto é, os ajustes defensivos são realizados de acordo com a movimentação da bola.

Apresentamos sete sistemas de defesa por zona, em conformidade com o posicionamento na quadra de jogo (2:1:2); (1:3:1); (1:2:2); (2:2:1); (1:1:3); (2:3); e (3:2).

Nas fases de treinamento especializado, devem ser ensinados, praticados e aperfeiçoados, nos mínimos detalhes, todos os sistemas e estratégias táticas. Sugerimos, para a primeira fase de treinamento especializado, que vai dos 15 a aproximadamente 17 anos, que os jogadores treinem em todas as posições: armador, ala e pivô, para ampliar as possibilidades de resoluções dos problemas ocasionados nas diferentes competições, antes da especialização em uma função específica. A leitura do posicionamento tático deve ser feita da linha do meio da quadra para o fundo. Cada defesa por zona apresenta seus pontos de vantagens e desvantagens, detalhadas a seguir:

Vantagens: evita o adversário se aproximar da cesta, facilita a organização defensiva, facilita a organização defensiva quanto ao posicionamento de acordo com as características dos jogadores, facilita a organização para as saídas de contra-ataque.

Desvantagens: em função do prévio posicionamento, facilita a organização do ataque; quando pouco treinada, pode confundir os posicionamentos entre dois ou mais jogadores; oportuniza arremessos de média e longa distância; facilita a troca de passes.

9.2. Defensiva Individual

Os sistemas de defesa individual, nas fases de treinamento especializado, podem ser classificados de várias formas, com todos os detalhes técnicos e suporte físico de qualidade. Apresentamos cinco das diferentes formas de defesa individual: 1)defesa individual simples; 2)defesa individual com ajuda; 3)defesa individual com flutuação; 4)defesa individual com troca de marcação; 5)defesa individual com antecipação. Explicitaremos cada uma delas.

Na defesa individual simples, o defensor fica de costas para a cesta e de frente para o atacante no posicionamento básico. Com a movimentação dos adversários, cada defensor deve acompanhar seus atacantes, evitando perder a visão da cesta e dos demais jogadores.

Na defesa individual com ajuda, o defensor deve manter o posicionamento básico, porém, se houver infiltração de um outro atacante, ele posiciona-se rapidamente e tenta impedir a ação do adversário, caracterizando a ajuda. Em seguida, deve retornar o mais rápido possível a sua marcação de origem, assim que seu companheiro de equipe recuperar-se.

Na defesa individual com flutuação, o defensor, quando não estiver marcando o atacante com a posse de bola, deve aproximar-se da cesta, mantendo a visão no jogador com a posse da bola, no seu marcador e na cesta, caracterizando a defesa com flutuação. Deve sempre ajustar seu posicionamento com a movimentação dos atacantes.

Na defesa individual com troca de marcação, os defensores procedem à troca de marcação, principalmente quando acontece o corta-luz. Deve-se fazer esta troca sempre que os jogadores tiverem as mesmas características físicas. A troca de marcação é uma opção tática, todavia, apresenta dúvidas entre os defensores; deve ser, portanto, muito bem orientada.

Na defesa com antecipação, o defensor antecipar à linha do passe buscando impedir que os atacantes recebam a bola. Esse tipo de defesa facilita o passe *back-door*, ou

seja, por trás do jogador; deve-se, portanto, utilizar a visão periférica para antecipar e interceptar os passes.

9.2.1. Características que devem ser desenvolvidas nos Jogadores de Basquetebol em relação à defesa Individual

Discorremos acerca de alguns itens que acreditamos dever fazer parte do treinamento, nos jogos de basquetebol, no que tange à defesa individual: estar entre o atacante e a cesta; quando o atacante estiver com a bola, manter a distância de um braço; quando o atacante estiver sem a posse de bola, poderá antecipar o passe e não perder de vista a ajuda aos companheiros; evitar faltas desnecessárias; levar o atacante para a lateral e fundo da quadra; levar o atacante para o lado de menor habilidade; estimular os atletas a vencerem as disputas com os adversários; motivar os atletas a vibrar com a defesa; aceitar as disputas e treinar sob regime de inferioridade numérica e com dificuldades que não acontecem nas competições; utilizar-se das comunicações verbal e gestual.

Cada sistema individual tem suas vantagens e desvantagens, citamos algumas:

Vantagens: estimula o desenvolvimento das habilidades individuais, permite colocar frente a frente jogadores em condições similares, define responsabilidades, é adequado para qualquer tipo de adversário, dificulta os passe e arremessos de média e longa distância, agride psicologicamente o adversário, exige maior desgaste físico do adversário.

Desvantagens: exige um condicionamento físico adequado ao sistema de defesa, permite o jogo de um contra um e de grupos 2x2, 3x3, facilita as penetrações, permitindo arremessos de curta distância, dificulta a organização do contra ataque, requer fundamentação básica defensiva aprimorada, facilita os bloqueios dos adversários, provoca maior número de faltas.

9.2.2. A Defesa Combinada

As defesas combinadas nada mais são do que a combinação das defesas por zona com as defesas individuais. Nessa ocasião, um ou dois jogadores marcam individualmente e os outros marcam por zona. Deve-se, no entanto, usá-las para anular um ou mais jogadores adversários que possuem grande porcentagem de acerto na maioria das competições. O objetivo de quem marca individualmente é impedir que o passe chegue ao atacante. Caso isso ocorra, os que estão posicionados na zona devem fazer a cobertura.

Apresentamos três tipos de defesas combinadas : *box and one*, *box and two*, e *match-up*.

Box and one (pressão em um jogador): um jogador marca individualmente e os outros marcam por zona, formando um quadrado no garrafão defensivo. Com a movimentação do ataque, acontece o acompanhamento da bola, sempre igualando a defesa. A atenção está toda voltada para o maior pontuador, o qual está sendo marcado individualmente.

Box and two (pressão em dois jogadores) nesse tipo de defesa, marcam-se dois jogadores que normalmente desequilibram as partidas e os outros três restantes marcam por zona em forma de triângulo no garrafão, realizando as coberturas, caso um dos jogadores que estiverem marcando individualmente falharem.

Match-up(surpresa) nesse caso, a equipe toda posiciona-se por zona. A partir do momento em que acontecer o primeiro passe para as laterais por exemplo o sistema passa a ser individual no jogador que receber a bola e os outros jogadores, sem a posse de bola, são marcados sem serem pressionados, pressiona-se somente o jogador com a posse de bola.

A defesa pressionada

A defesa por pressão é utilizada por muitos técnicos em todo o mundo. Ela pode surpreender os adversários em boa parte do jogo. Deve ser utilizada principalmente quando a equipe estiver com desvantagem numérica no placar, para cansar os principais jogadores adversários, para induzir a equipe adversária a cometer violações, para atrasar a organização ofensiva dos adversários, para recuperar rapidamente a posse de bola, para

abalar as estruturas psicológicas dos adversários e para evitar que os atacantes joguem nos locais de maior aproveitamento.

9.2.3 A Defesa Individual Pressionada

Na defesa individual pressionada, cada defensor é responsável por um jogador adversário. Ela pode ser realizada em quadra inteira, três quartos de quadra, meia quadra e um terço de quadra. O objetivo principal é a recuperação rápida da bola e o atraso da organização ofensiva dos adversários. Para realizar esse tipo de marcação, os jogadores devem estar muito bem preparados fisicamente e psicologicamente, além de possuírem um trabalho coletivo intensivo. Deve-se utilizá-la principalmente quando converter uma cesta ou quando for bola morta. Deve-se também evitar o uso dessa defesa após arremessos não convertidos, em função da não organização acarretada pela ação ofensiva.

9.2.4. A Defesa Pressionada Por Zona

Essa defesa é utilizada para forçar os adversários a cometerem passes errados, permanecerem mais que cinco segundos com a bola, pressionados nos cantos da quadra. Existem vários tipos de defesa por zona, exemplificamos três delas: (2:2:1); (1:2:2); (1:3:1); e (1:2:1:1). As defesas são definidas por regiões, as quais podem ser na quadra inteira, em três quartos de quadra, em meia quadra e/ou um terço de quadra, em que cada jogador possui um local ou região pré-estabelecida para iniciar a ação defensiva. Em seguida, de acordo com as movimentações do ataque, devem acontecer as coberturas, com o intuito de recuperar a bola e/ou provocar o erro do adversário.

Devem-se utilizar as defesas por pressão, tanto por zona como individual, após intensa preparação psíquica para evitar catástrofes, visto que as marcações por pressão exigem alto desempenho e determinação por parte dos jogadores, além de um grande desgaste físico. Deve-se lembrar que os adversários de alto nível de preparação também treinam esses sistemas e podem utilizar as deficiências para tornar os sistemas vulneráveis.

No entanto, recomendamos utilizá-las apenas em ótimas condições de preparação e em alguns momentos das partidas com muita eficácia.

O ataque é realizado fazendo uso, de forma adequada e racional, dos fundamentos básicos apreendidos pelos atletas nas fases anteriores, em uma ação conjunta da equipe, por intermédio de movimentações em busca dos espaços livres para as penetrações e arremessos. Objetiva-se, então, disciplinar os atletas a adquirirem paciência na busca de melhores movimentos para efetuar a finalização; busca incessante de espaço vulnerável do sistema defensivo dos adversários; provocar o desequilíbrio para efetuar penetrações nos espaços; movimentar a bola de um lado para o outro com o objetivo da participação de todos e também para achar espaços no sistema adversário; jogar com passes no coração da zona, ou seja, com os pivôs; insistir na busca do rebote, antecipando a ação dos defensores.

9.2.5. O Sistema Defensivo Contra Individual

No sistema defensivo contra individual, visa-se atacar contra a marcação individual, seja qual for: simples, com ajuda, com antecipação, com flutuação, com pressão. Entretanto, é necessário que os jogadores dominem muito bem os fundamentos ofensivos com e sem bola. As jogadas ensaiadas são possibilidades adotadas por muitos técnicos, todavia, acreditamos que não devem ser bases de uma filosofia de ataque. Pensamos que a movimentação constante da bola e dos jogadores, fazendo com que o jogo flua naturalmente, traz melhores resultados, principalmente quando os jogadores são orientados por conceitos defensivos detalhados tecnicamente, fortalecendo suas estruturas táticas. A movimentação da bola e dos jogadores dependem dos fundamentos básicos apreendidos nas fases iniciais para atingir ótimas performances no basquetebol especializado. Na posse da bola, os atletas precisam dominar as fintas de várias formas, para recepcionar a bola, correr de diferentes maneiras, posicionar-se nos espaços livres, possuir boa técnica de bloqueio ou corta luz, ter velocidade ótima de reação, parada brusca, e saídas rápidas em diferentes direções, frente, costas, de lado, com mudança de ritmo associadas às rotações e giros. Com o domínio desses fundamentos básicos, e com ou sem a posse da bola, acreditamos que a movimentação ocorrerá com maior facilidade. Jogar com a bola não significa jogar individualmente 1x1. No ataque contra a defesa individual, é necessário jogar

individualmente, mas também em grupo 2x2, 3x3 e coletivamente, 5x5. Além do controle do corpo nos espaços de jogo, da técnica dos passes drible etc., outras condições devem ser observadas na ofensiva individual, entre estas, manter posição básica ao recepcionar a bola, olhando para a cesta, sendo uma constante ameaça ao defensor; apreender a explorar os pontos fracos dos defensores; apreender a antecipar as ações e não pensar, mas sim realizar; ampliar sempre seu repertório ofensivo de longa, média e curta distância; não jogar parado; jogar de forma a movimentar-se continuamente, tanto com quanto sem a posse de bola. Almeja-se, então, a movimentação rápida e não organizada dos jogadores, criando ou procurando sempre espaços para os arremessos e infiltrações, com ou sem o corta-luz, utilizando sempre os pivôs com passes e bloqueios.

9.2.6. O Sistema Ofensivo Contra Defesa Por Zona

Os objetivos do ataque contra zona devem centrar-se nas rápidas movimentações da bola, fazendo com que os defensores desequilibrem o bloco defensivo, criando oportunidades para os arremessos, para as penetrações e para o jogo com os pivôs. O drible contra zona deve, também, ser utilizado para chamar a atenção da cobertura, seguido de um passe para um companheiro livre, porém, não deve ser repetitivo porque depende das qualidades dos atletas que compõem as equipes.

Destacamos quatro princípios básicos para as fases de especialização: ter paciência para concluir as finalizações; provocar o desequilíbrio defensivo; após realizar um passe cruzado, realizar outro passe cruzado, quebrando a organização defensiva; colocar a bola nos pontos vulneráveis que cada defesa por zona possui, através das movimentações e posicionamentos nos espaços livres.

Recomendamos, para o ataque contra sistemas por zona, o aperfeiçoamento dos atletas na leitura do jogo, ou seja, ler o que está escrito no posicionamento defensivo, por exemplo, nos sistemas 1:2:2 e 2:1:2. Deste modo, torna-se possível montar o ataque de acordo com a defesa. Exemplo: a defesa 1:2:2 tem característica ímpar, pois o primeiro número é ímpar e normalmente é o jogador que marca na cabeça do garrafão; já o sistema 2:1:2 caracteriza-se por um sistema par, pois o primeiro número é par e normalmente esses

dois jogadores marcam paralelamente na cabeça do garrafão. O objetivo, nessa maneira de ataque, é desigualar o posicionamento ofensivo frente às movimentações defensivas para facilitar as infiltrações, os arremessos e o jogo com os pivôs. Deve-se utilizar, ainda, o corta-luz na zona para facilitar os arremessos. Na movimentação da bola, os passes devem penetrar a zona com firmeza. Deve-se utilizar também os passes picados, escolher o melhor momento para os arremessos, buscar incessantemente a segunda chance após arremessos não convertidos através do rebote ofensivo e, caso não recuperar a bola, equilibrar rapidamente o sistema defensivo (transição ataque defesa).

9.2.7. Situações Especiais de Jogo

As situações especiais de jogo no basquetebol, apesar de ainda ignoradas por muitos técnicos, podem fazer a diferença no final e precisam ser treinadas constantemente para evitar surpresas. Citamos aqui algumas delas:

Situação de bola ao alto: no início de cada quarto da partida ou quando é bola presa, o árbitro levanta a bola para que dois jogadores a disputem e retomem o jogo. Nessas situações, podem ser criadas opções para levar vantagem sobre os adversários, proporcionando uma situação de cesta mais rápida através de uma aproximação e um contra-ataque. Caso a percepção for para perder o sobe dois, também deve-se posicionar de tal forma que os jogadores evitem as situações inversas, levar uma cesta imediata que pode elevar a moral do adversário.

Situação de reposição de bola na lateral e no fundo, triângulo defensivo: essa situação tem feito várias equipes perderem a posse de bola por erros de passes e estourar o tempo de posse de cinco segundos para repor a bola em jogo. Deve-se, contudo, preparar movimentações especiais utilizando-se de jogadas ensaiadas com bloqueios e movimentações rápidas para então repor a bola em jogo.

Saída de marcação sob pressão: nessas situações, que ocorrem sobre defesas por pressão, seja individual ou por zona, deve-se preparar os jogadores nos aspectos físicos e técnico-táticos, evitando o drible excessivo, a não utilização de passes balão, a leitura do posicionamento defensivo dos adversários, a utilização de passes picados, a movimentação nos espaços livres, a utilização do corta-luz, a utilização verbal e gestual.

9.2.8. O Contra-Ataque nas Fases de Treinamento Especializado

Depois das experiências das fases anteriores com os métodos de jogos e exercícios de transição, os atletas devem compreender a importância do contra-ataque para o jogo de basquetebol contemporâneo.

Após acontecer a finalização do ataque adversário, independentemente da cesta convertida ou não, ou de uma bola recuperada, deve-se adotar uma filosofia para o contra-ataque. Pensamos que uma filosofia que busque avanços com a posse de bola para a cesta adversária com a maior rapidez possível e com segurança, buscando a vantagem numérica, possibilite o êxito ofensivo antes que a equipe adversária recomponha-se. O contra-ataque deve ser entendido depois da defesa, pois configura-se como o segundo momento mais importante do jogo de basquetebol, seguido do ataque. Realizar o contra-ataque com movimentação rápida dos jogadores sem a posse de bola e com passes velozes dos jogadores com posse de bola implica em poucos dribles, tendo em vista que a bola passada é mais rápida do que transportada por dribles. A realização do contra-ataque constante põe a equipe adversária sob tensão, necessitando de ajustes defensivos frequentemente. Sendo assim, treinar e jogar com o pensamento de contra-ataques rápidos fortalece os aspectos psicológicos e fisiológicos e estimula o espírito coletivo, fortalecendo toda a equipe, e, acima de tudo, unindo-a em um mesmo objetivo. Denominamos o contra-ataque como preenchimento dos espaços livres nos três corredores da quadra.

9.2.9. Formas de Realização do Contra-Ataque

A formação do contra-ataque, a nosso ver, depende das características dos jogadores que compõem cada equipe em uma temporada e das habilidades e capacidade de decisão tática de cada um, além das experiências anteriores. Contra atacar com os jogadores em locais definidos, a nosso ver, pode causar previsibilidade e confusão entre os jogadores. Por outro lado, sem posições definidas com o preenchimento dos espaços nos três corredores da quadra de basquetebol, com movimentação rápida da bola, de acordo com o equilíbrio defensivo do adversário, atendemos às imprevisibilidades que acontecem no jogo

moderno, adaptando qualquer tipo de jogador. Todo jogador bem fundamentado pode adequar-se a esse tipo de filosofia. As tarefas principais de fundamentação, portanto, devem ser aperfeiçoadas nas fases iniciais de treinamento em basquetebol, nas quais os adolescentes preparam-se, aprendendo a interceptar os passes, a fazer as leituras dos posicionamentos ofensivos e defensivos, a preencher espaços vazios, a observar as características dos adversários, entre outros já citados neste estudo. Cabe, nas fases de especialização, o aperfeiçoamento constante até a idade adulta. Dessa forma, acredita-se que a automatização do pensamento tático do contra ataque não está em jogadas preestabelecidas e reprodutivas, mas na compreensão de que os jogadores, ao longo dos anos, vão adquirindo sobre o jogo e sobre os adversários, e na crença da filosofia do técnico.

Na organização e planejamento de um sistema de contra-ataque, especialmente o contra-ataque por preenchimento dos espaços nos três corredores central, direito e esquerdo da quadra de basquetebol, deve-se pensar em uma seqüência desorganizada, para, assim, organizar o ataque caso o contra-ataque não se converta em cesta. O primeiro passo é a movimentação dos jogadores que chegam depois dos três primeiros, estes devem rapidamente procurar os espaços nos corredores secundários de acordo com a posição da bola, cortando sempre pela frente dos adversários para recebê-la. A fluência da bola não pode ser interrompida, caracterizando a espera dos atrasados, visto que demonstra o que pode ser feito e é totalmente previsível. Devemos considerar as mudanças nas regras do jogo, nas quais o tempo de ataque passou de trinta para vinte e quatro segundos para efetivar um ataque, obrigando os atletas a rápidas decisões.

Retomamos, então, as considerações sobre as condições básicas para iniciar o contra-ataque: primeiramente, incentivar os jogadores a interceptar os passes para puxar para o contra-ataque; em segundo lugar, pegar o rebote, que significa os primeiros passos para a vitória no basquetebol, evitando a segunda chance dos adversários, utilizando os bloqueios, preparando-se mental e fisicamente, e, após a recuperação do rebote defensivo, realizar o primeiro passe: longo para a execução de bandeja; para as laterais: se não houver nenhuma opção dessas, passar a bola para o primeiro que preencher os espaços vazios, mais próximo da bola e somente após todas essas alternativas utilizar-se o drible para fugir das marcações.

Temos ciência de que existem outros pensamentos filosóficos sobre o contra-ataque por parte dos técnicos, no entanto, acreditamos que o contra-ataque numerado por posição na quadra deve ser revisto, pois nos parece que esse é mais fácil de ser marcado, haja vista que delinea os locais para os jogadores se posicionarem para receber a bola, facilitando a leitura por parte dos atletas adversários, comissão técnica, e estudiosos que não aparecem, mas estão, a todo o tempo, filmando e estudando as possibilidades de parar os adversários.

Sendo assim, o contra-ataque por preenchimento dos espaços e fluência da bola frequentemente pode facilitar o desenvolvimento das capacidades intelectuais não previsíveis, dificultando tais operações. Apesar do receio que temos sobre um contra-ataque sem posições numeradas, acreditamos que todos os sistemas possuem desvantagens que devem ser levadas em consideração pelos técnicos. Citamos algumas: os jogadores tendem à precipitação diante de certas situações; pode-se privilegiar alguns jogadores mais habilidosos e causar desconforto coletivo; pode prejudicar o equilíbrio defensivo se os jogadores não voltarem rápido, pode prejudicar o sistema defensivo pela ansiedade, saindo antes da definição do rebote defensivo, os jogadores podem fazer do contra ataque um show à parte.

10. Novas Possibilidades para a etapa de Treinamento Especializado em Basquetebol

A etapa de especialização em basquetebol e suas fases de desenvolvimento, como já mencionado neste estudo, efetiva a vida atlética dos jogadores e visa à busca dos resultados desportivos. No quadro(21) demonstramos de forma sistemática nossas sugestões para o treinamento especializado em basquetebol.

QUADRO 21- Sugestões Para o desenvolvimento das capacidades Físicas e o aperfeiçoamento da Técnica e Tática nas Fases de Treinamento Especializado em Basquetebol

FASES	IDADE	CAPACIDADES FÍSICAS	TÉCNICA	TÁTICA
Treinamento Especializado (Nível I)	15 a 17	Resistência de força, resistência aeróbia, início da força explosiva máxima	Aperfeiçoamento dos fundamentos individuais de grupo e coletivo	Aperfeiçoamento nas funções específicas e nos sistemas de ataque e defesa
Treinamento Especializado (Nível II)	18 a 20	desenvolvimento da força máxima, velocidade máxima, resistência anaeróbia máxima	Aprofundamento dos conteúdos individuais de grupo e coletivo	Aprofundamento nas funções específicas e nos sistemas defensivos e ofensivos
Treinamento Especializado (Nível III)	Acima de 20	Melhores resultados da força máxima, velocidade máxima, resistência aeróbia e anaeróbia máxima	Perfeição máxima na execução dos fundamentos individuais de grupo e coletivo	Capacidades ótimas de decisão: individual, em grupo e coletivamente sem necessidade de ter jogadas pré-determinadas

Esperamos que, a partir do momento que os adolescentes optem pela dedicação exclusiva nos treinamentos e competições em basquetebol, o técnico conduza o processo de treinamento, valorizando as competências básicas dos atletas, aprimorando-as e desenvolvendo novas competências de forma contínua. Sugerimos ainda, que sejam feitas as seleções permanentes para as seleções brasileiras, desde as categorias infanto-juvenis até a adulta. Não podemos ignorar que alguns atletas das seleções nacionais não permanecem no processo; não obstante, as bases continuam através da participação nos campeonatos internacionais, como o sul-americano, o pan-americano, os mundiais e os olímpicos, renovando sucessivamente e dando oportunidades para novos talentos.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao finalizar as idéias propostas inicialmente, as quais esperamos que abram caminhos e de alternativas para novas discussões no campo da pedagogia do treinamento desportivo e em basquetebol, onde elaboramos uma proposta que oriente o ensino dos jogos desportivos coletivos em especial para o basquetebol e objetivamos também, investigar e discutir os fatores relevantes na trajetória de vida dos jogadores de basquetebol da seleção brasileira de 2002. Procuraremos, nesse momento, responder às perguntas e, conseqüentemente, revelar o alcance e os propósitos desta pesquisa.

Em relação às atividades motoras realizadas pelos atletas durante a infância, constatamos que as brincadeiras na rua e na escola, nas aulas de educação física, prevaleceram como iniciação generalizada com atividades variadas. No início da aprendizagem de desportos, houve a participação em várias modalidades, caracterizando a diversificação, a qual é defendida pela literatura especializada, pesquisada por nós, e pelo campo da pedagogia do desporto. Destacamos, neste estudo, a presença do futebol na vida de todos os entrevistados; e é relevante enfatizar esse aspecto porque, no Brasil, o futebol é, culturalmente, a maior potência mundial. Após toda essa vivência a maioria dos atletas passou a dedicar-se somente ao basquetebol, o que ocorreu na faixa de 13 a 15 anos.

Em relação ao ensino dos conteúdos específicos do basquetebol, constatamos um dos maiores problemas para o basquetebol brasileiro. No caso da preparação física, por exemplo, os conteúdos propostos pela literatura do treinamento desportivo não tiveram coerência em sua aplicação, pois, segundo os depoimentos dos atletas, estes resumiram-se principalmente às fases de treinamento especializado, em corridas longas, saltos em escadarias e piques com obstáculos, distantes das inovações que a preparação física necessita para o basquetebol moderno. No caso da preparação técnica, de acordo os depoimentos, as atividades não eram organizadas pedagogicamente, como alardeiam os estudos em pedagogia do desporto. Estas foram e são treinadas basicamente com base nos métodos centrados na técnica do movimento, com pouca interferência de métodos mais

avançados, e que, a nosso ver, dificulta as tomadas de decisões táticas, que possibilitam, em ocasiões especiais, a resolução de tarefas mais complexas.

No caso das competências das estratégias cognitivas-táticas, as jogadas pré-determinadas, organizadas coletivamente, ficaram evidenciadas nos depoimentos, sendo pouco exploradas as formas de jogo de 1x1, individual, 2x2, 3x3, em grupo e as situações especiais, tanto na ofensiva como na defensiva. Sendo assim, ficou caracterizado, na preparação física e técnico-tática, a não organização e não sistematização dos conteúdos do ensino em muitos anos, tanto no clube como na seleção brasileira, o que pode ser uma das causas da perda da performance nos campeonatos mundiais e nos jogos olímpicos.

Mesmo com esse quadro vivenciado pelo basquetebol brasileiro, os atletas da elite nacional obtiveram muitos resultados em nível estadual, nacional e internacional. No âmbito internacional, a prioridade de uma nação no desporto, os resultados superiores foram expressivos em campeonatos sul-americano e pan-americanos; entretanto, distantes dos resultados em campeonatos mundiais e olímpicos, os quais devem ser prioridades nesse nível de ambição.

Em relação aos conteúdos da preparação física e técnico-tática, apresentamos, no capítulo V, uma proposta, visando contribuir com o basquetebol e atender a um dos objetivos deste estudo para a organização e sistematização dos conteúdos do ensino do basquetebol para a iniciação e para o treinamento especializado.

Outro aspecto fundamental, detectado como problema neste estudo, refere-se aos agentes que movem o basquetebol no país. O clube desportivo foi, de acordo com os depoimentos dos atletas, o principal local de treinamento. O clube, por sua vez, depende de resultados imediatos. Sendo assim, obriga os técnicos a apressarem a busca dos resultados, ocasionando desvios graves do ponto de vista teórico no processo de ensino a longo prazo, para atender às exigências imediatistas, prejudicando o processo de desenvolvimento do basquetebol brasileiro.

Sugerimos, então, que outras agências, principalmente a escola formal em todos os níveis, fundamental, médio e superior, promovam o desenvolvimento do basquetebol, valorizando sua função social como um operador educacional, e acreditamos na sua contribuição para a formação dos jovens, bem como, na promoção dos talentos do futuro.

E para finalizar, por enquanto, essas discussões, sugerimos que outros estudos sejam realizados no campo da pedagogia e do treinamento em basquetebol para complementar nossas idéias e aumentar os debates, pois consideramos nossa proposta precursora, na união das áreas e na caminhada para contribuir com o sistema de treinamento do basquetebol brasileiro em todos os níveis. No entanto, necessitamos, ainda, de mais estudos sobre os sistemas de fatores complementares e, particularmente, do sistema de competições, visto que devemos planejar o sistema de treinamento com base nesses dois fenômenos, para a preparação, em longo prazo, desde os eventos sul-americanos, nas categorias infanto-juvenis, juvenis até a adulta, para os campeonatos mundiais e jogos olímpicos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALMEIDA, M.B. **Basquetebol**. Rio de Janeiro, Sprint, 1997.

ASTRAND, P. O. **Crianças e adolescentes: desempenho, mensurações, educação**. In: Revista Brasileira de Ciência do Movimento. Vol. 6, n.º 2, São Caetano do Sul, FEC do ABC, 1997.

BALBINO, H.F. **Jogos desportivos coletivos e os estímulos das inteligências múltiplas: Bases para uma proposta em Pedagogia do Esporte**. Dissertação de Mestrado, Campinas, 2001.

BARBANTI, V. **Treinamento físico: bases científicas**. São Paulo, CLR Baliero.

BARDIN, L. **Análise de conteúdo**. Lisboa: Edições 70, 1977.

BAYER, C. **O ensino dos desportos coletivos**. Paris: Vigot, 1994.

BENTO, J.O. **A criança no treino e desporto de rendimento**. *Revista Kinesis*, v.5. n.1., p. 9-35, 1989.

BLOOM, B.S. **Developing talent in young people**. New York: Ballontine books, 1985.

BÖHME, M.T.S. **O treinamento a longo prazo e o processo de detecção, seleção e promoção de talento**. *Revista Brasileira de Ciência do Esporte*. v. 21, n.2/3. p. 4-10, 2000.

BOMPA, Tudor O. **Treinamento total**. 1.ª ed. São Paulo: Manole, 2002.

_____. **A periodização no treinamento desportivo**. 1.ª ed. São Paulo: Manole, 2001.

_____. **Periodização: teoria e metodologia do treinamento**. 4.ª ed. São Paulo: Phorte, 2002.

BOSC & GROSGEORG. **El treinador de Baloncesto conocimientos teóricos, tácticos y pedagógicos**: himano Européa S/A, Barcelona España, 1981.

BOTA, I.; COLIBABA -EVULET, D. **Jogos desportivos coletivos: teoria e metodologia**. Lisboa: Instituto Piaget, 2001.

BRONFENBRENNER, V. **Examining lives in context: Perspectives on the ecology of human development** (In: moen *et al.* eds) Washington American Psychological Association, 1995. 675 p. Cap. 18, p. 599-618.

CAMPBELL L. *et al.* **Ensino e aprendizagem por meio das inteligências múltiplas**. 2.ª ed., Porto Alegre: Artes Médicas, Sul, 2000.

CARDOSO, M.H. II *Jornada paranaense de Educação Física*. Cetepar, Curitiba, 1989, apostila xerocopiada.

CARVALHO, W. **Basquetebol**: Sistemas de ataque e defesa. Sprint: Rio de Janeiro, 2001.
CRATTY, B.J. **Psicologia no esporte**. 2 ed. Rio de Janeiro: Prentice-hall, 1984.

CSIKSZENTMIHALYI, M.; RATHUNDE, K.; WHALEN, J. **Talented teenagers**: The roots of success & failure. Cambridge: Cambridge University Press, 1997.

DAIUTO, M. **Basquetebol**: Metodologia do Ensino. São Paulo: Ed. Esporte e Educação, 1974.

DANTAS, E.H.M. **A prática da preparação física**. 4.^a edição, Rio de Janeiro, editora Shape, 1995.

DARIDO, S.C., CHRISTOFOLETTI, J. **Análise do desempenho da jogadora Hortência**: Aspectos desenvolvimentistas. *In*: XIX Simpósio Internacional de Ciências do Esporte: Saúde e Desempenho. Anais... São Caetano do Sul-SP, 1994, p. 197.

FERREIRA, A. **Basquetebol**: técnicas e táticas: uma abordagem didático-pedagógica. São Paulo: EPU Editora da Universidade de São Paulo, 1987.

FILIN, V.P. **Desporto juvenil**: Teoria e metodologia/ Adaptação científica Antonio Carlos Gomes – 1.^a edição, Londrina: Centro de informações esportivas, 1996.

FRIGATO, R.P.D. **A importância da relação interpessoal** entre professor-aluno, técnico atleta no processo de iniciação desportiva e treinamento universitário na modalidade desportiva Basquetebol. *Monografia de Graduação*. F.E.F. Unicamp, Campinas, 2000.

GALLAHUE, D.L., OSMUN, J.C. **Understanding Motor development**: Infants, Children, Adolescents, Adults, Dubuque: BROWN & BENCHMARK PUBLISHERS, 1995, pág. 570.

GARDNER, H. **Estruturas da mente: a teoria das inteligências múltiplas**. Porto Alegre: Artes Médicas Sul, 1994.

_____. **Inteligências múltiplas: a teoria na prática**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1995.

_____. **Inteligências: um conceito reformulado**. Rio de Janeiro: Objetiva, 2000.

GARGANTA, J. **Para uma teoria dos jogos desportivos coletivos**. *In*: GRAÇA, A.; OLIVEIRA, J. (Eds). O ensino dos jogos desportivos coletivos. 3 ed. Lisboa: Universidade do Porto, 1998.

GOLEMAN, D. **Inteligência emocional**. Rio de Janeiro: Objetiva, 1994.

GOMES, A.C. **Treinamento Desportivo: Estruturação e periodização**. Porto Alegre: Artmed, 2002. :

_____. **Treinamento Desportivo: Princípios, meios e métodos**. 1 ed. Londrina-PR: Editora Treinamento Desportivo, 1999.

_____; TEIXEIRA, M. **Esportes: projeto de treinamento**. Londrina-PR: CID, 1997.
GRECO, P.J.; BENDA, R.N. **Iniciação esportiva universal: da aprendizagem motora ao treinamento técnico**. Belo Horizonte: UFMG, 1998.

GROSSER, M.; BRÜGGEMANN, P.; ZINTL, F. **Alto rendimento deportivo: Planificación e Dessarollo**. Barcelona: Martinez Roca, 1989.

GUEDES, D.P., GUEDES, J.E.R.P. **Crescimento, composição corporal e desempenho motor de crianças e adolescentes**. São Paulo: Balieiro, 1997.

HAHN, E. **Entrenamiento com niños: teoria: práctica, problemas específicos**. Barcelona: Martinez Roca, 1989.

HERCHER, W. **Basquetebol**. Editora Estampa, Lisboa, 1982.

JACKSON, P. **Sacred hoops: spiritual lessons of a hardwood warrior**. New York, NY. Hyperion, 1995.

KIRKOV, D.V. **Entrenamiento del basquetbolista**. Buenos Aires: Stadium, 1984.

KREBS, R.J. **Da estimulação à especialização motora**. *Revista Kinesis*, n.º 9, pág. 29-44, 1992.

KONZAG, I. **A formação técnico-táctica nos jogos Desportivos Colectivos**. *Revista Kinesis*, n.º 10, p.45-49, 1992.

LUZ, N. **Manual do basquetebol**. Araçatuba, 1984.

MALINA, R.M. **Physical growth and biological maturation of young athletes**. *Exercise and sport science reviews*. v. 22, p. 389-433, 1994.

_____; BOUCHARD, C. **Growth, maturation, and physical activity**. Champaign: Human Kinetics, 1991.

MATVEEV, L.P. **Treino desportivo: Metodologia e Planejamento**, F.M.U. Phorte Editora, Guarulhos, 1997.

MESQUITA, I. **Pedagogia do Treino: a formação em jogos desportivos coletivos**. Livros Horizontes, Lisboa, 1997.

MONTAGNER, P.C. **Esporte de competição x Educação “O caso do Basquetebol”** Universidade Metodista de Piracicaba: Dissertação de Mestrado de pós-graduação, 1993.

MUSCH, E. A.; MERTEND, B. **L'enseignement des sports collectifs: une concéption** élaborée à I ISEP de 1.^a Université de Gand, Révue de l'Education Phisique, 31, 7-20, 1991.

NAHAS, M.V. *et al.* **Crescimento e aptidão física relacionada à saúde em escolares de 7 a 10 anos** – um estudo longitudinal. Revista Brasileira de Ciência do Esporte. v. 14, n. 1, p. 7-17, 1992.

OLIVEIRA, M. **Desporto de base**. São Paulo, 1998.

OLIVEIRA, P. R. **O efeito posterior duradouro de treinamento (EPDT)** das cargas concentradas, investigação a partir de ensaio com equipe infanto-juvenil e juvenil de voleibol: Tese de Doutorado, Campinas, 1997.

_____.; ARRUDA, M. **Crescimento, desenvolvimento e aptidão física**. Campinas, São Paulo: CODESP, 2000.

OLIVEIRA, V. **O processo do desenvolvimento do talento: O caso do basquetebol**. XII Congresso Brasileiro de Ciência do Esporte, 2001, Caxambu, Anais... p. 198.

PAES, R.R. **Aprendizagem e competição precoce: “O caso do Basquetebol”**, Universidade Metodista de Piracicaba: Dissertação de Mestrado, 1989.

_____. **Aprendizagem e competição precoce: o caso do basquetebol**. Campinas: Ed. da Unicamp, 1996.

_____. **Educação Física Escolar: o esporte como conteúdo pedagógico no ensino fundamental**. Canoas: Ed. ULBRA, 2001.

_____. **Esporte competitivo e Espetáculo esportivo: Fenômeno esportivo e o III Milênio**. Piracicaba, Unimpep, p. 33-39.

_____. **Esporte Educacional**. I, II Congresso Latino Americano de Educação Motora. Anais... p. 109-113, Foz do Iguaçu, 1998.

_____.; MONTAGNER, P.C. **Apostila de Basquetebol**. Faculdade de Educação Física, Unicamp, Campinas, 1999.

SCHIMIDT, R.A. **A aprendizagem motora**. São Paulo, Movimento, 1993.

_____.; WRISBERG, C.A. **Aprendizagem e performance motora: uma abordagem da aprendizagem baseada no problema**. Porto Alegre: Artmed, 2001.

TANI, G. **Aspectos básicos do esporte e a Educação Motora**. I, II Congresso Latino Americano de Educação Motora. Anais... 115-123, Foz do Iguaçu, 1998.

_____.; *et al.* **Educação Física Escolar: Fundamentos de uma abordagem desenvolvimentista**. São Paulo: EPU, 1998.

TANNER, J.M. **Crescimento físico**. In: CARMICHAEL, L.; MUSSEN, P.H. **Manual de psicologia da criança**. São Paulo: Edusp, v.1: Bases biológicas do desenvolvimento, 1975.

TEODORESCU, L. **Problemas de teoria e metodologia nos jogos desportivos**. Lisboa: Livros Horizonte, 1984.

VIDAL, Ary. **Basquetebol para vencedores**. Porto Alegre: Rigel, 1991.

VIEIRA, J.L.L. **O processo de abandono de talentos do atletismo do estado do Paraná: Um estudo orientado pela teoria dos sistemas ecológicos**: Tese de doutorado, Santa Maria, 1999.

VIEIRA, L.F. **O processo de desenvolvimento de talentos paranaenses do atletismo: Um estudo orientado pela teoria dos sistemas ecológicos**: Tese de doutorado, Santa Maria, 1999.

VENDRAMINI, A.C. **Projeto pedagógico de iniciação esportiva do Centro de Excelência de Basquetebol do Paraná**: Apostila do Curso de Mestrado; Disciplina de Pedagogia do Esporte, Campinas, 2002.

TRIVINOS, A. N. D. **Introdução à pesquisa em ciências sociais**. 1987.

UGRINOWISTCH, C. **American Sport Education program**: ensinando basquetebol para jovens. 2.^a ed., São Paulo, 2000.

WEINECK, J. **Biologia do esporte**, Editora Manole, São Paulo, 1991.

WEINECK. **Treinamento ideal**. São Paulo: Ed. Manole, 1999.

WINNER, R.E. **Crianças superdotadas: mitos e realidades**. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

ZAKHAROV, A. **A ciência do treinamento desportivo/ Adaptação técnica Antonio Carlos Gomes**, 1.^a edição, C.J. Grupo palestra sport, 1992.

ANEXOS

Roteiro da Entrevista com os Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol Adulto Masculino

1- Iniciação Desportiva

- 1) Comente sobre suas atividades motoras na infância.
Quais foram? Onde aconteceram? Com quem foram desenvolvidas? Com que idade?
- 2) Comente sobre as modalidades que você aprendeu.
Quais foram? Onde aconteceram? Com quem foram desenvolvidas? Com que idade?
- 3) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?
Quais foram? Onde aconteceram? Com quem foram desenvolvidas? Com que idade?

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

- 1) Comente sobre sua dedicação exclusiva ao basquetebol.
Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana?
Onde acontecia essa prática?
- 2) Como eram os treinamentos nos aspectos Físico? Técnico? Tático?

3- Vivência e Melhores Resultados no Basquetebol

- 1) Qual sua função na quadra do clube? Na Seleção?
- 2) Desde que idade atua nessa função?
- 3) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível Estadual? Nacional? Internacional?
- 4) Você é contratado por quem? Indique com um x
Empresa privada () Estado, Governo federal () Universidade () Prefeitura ()
Outros () Não tem contrato () Clube ()

Roteiro Da Entrevista com os Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol Adulto Masculino - Individual

Atleta :Sujeito A1

1- Iniciação Desportiva

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância?

Quais foram ? Onde aconteceram? Com quem foram desenvolvidas? Com que idade?

R.: Futebol, natação na escola , nas aulas de educação física, com 9 e 10 anos.

b) Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Futebol, basquete e natação.

c) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Futebol e natação na escola, além do basquetebol.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusiva ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana?

Onde era essa prática?

R.: Com 11 anos treinava no ginásio municipal de desportos, durante 4 horas.

b) Como eram os treinamentos nos aspectos Físico? Técnico? Tático?

R.: Corrida em volta do ginásio, no técnico era fundamentos 1X1 fundamentos e no tático era, 2X2, 3X3.

3- Vivência e Melhores Resultados no Basquetebol

a) Qual sua função na quadra, clube, Seleção?

R.: Ala/armador.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde os 12 anos.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível Estadual? Nacional? Internacional?

R.: 17 anos campeonatos paulista cadete, 19 anos juvenil, 21 anos paulista, 22 anos vice-sul americano, copa América.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x :

Empresa privada () Estado, Governo federal () Universidade () Prefeitura ()

Outros () Não tem contrato () Clube (x)

Roteiro Da Entrevista com os Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol Adulto Masculino - Individual

Atleta : Sujeito A2

1- Iniciação Desportiva

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância.

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Jogava bola, futebol, na pracinha perto de minha casa, escola, com os amigos e primos até 11 e 12 anos.

b) Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Futebol, basquete, até os 13 anos.

c) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Além do basquete o futebol, no clube e na pracinha.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusiva ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana? Onde era essa prática?

R.: Com 13 anos no clube; treinávamos 2 horas por dia.

b) Como eram os treinamentos nos aspectos Físico? Técnico? Tático?

R.: Basicamente treinávamos a parte física na quadra, no coletivo e nos educativos. A parte técnica eram fundamentos e arremessos, passes e dribles. O tático eram jogadas conta ataque, marcação individual, coletivo do jogo.

3- Vivência e Melhores Resultados no Basquetebol

a) Qual sua função na quadra, clube? Seleção?

R. Ala.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde os 13 anos e algumas vezes no pivô.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível?

Estadual? Nacional? Internacional?

R.: Campeão Paulista com 16 anos e vice-campeão brasileiro com 23 anos.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x :

Empresa privada () Estado, Governo federal () Universidade (X) Prefeitura ()
Outros () Não tem contrato ()

Roteiro Da Entrevista com os Atletas da Seleção Brasileira de Basquetebol Adulto Masculino - Individual

Atleta : Sujeito A3

1- Iniciação Desportiva

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Rodava peão, jogava futebol, empinava pipa, brincava de bolinha de gude, de pega-pega e esconde-esconde, na rua e na escola com os amigos.

b) Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Aprendi futebol e basquete no clube com 11/12 anos.

c) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Basquetebol, futebol com os amigos no clube.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusiva ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana?

Onde era essa prática?

R.: Foi com 16 anos no clube e treinávamos 2 horas por dia.

b) Como eram os treinamentos dos aspectos Físico? Técnico? Tático?

R.: Corria na arquibancada, dava saltos e tiro com movimentação nos pilares. Na parte técnica era separado para Ala, Pivô, mas era pouca coisa. Na parte tática era específico para pivô.

3- Vivência E Melhores Resultados No Basquetebol

a) Qual sua função na quadra clube? Seleção?

R.: Pivô.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde os 15 anos.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível Estadual? Nacional? Internacional?

R.: Campeão paulista com 19 anos, campeão brasileiro com 20 anos, campeão Pan-americano com 21 anos.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x

Empresa privada () Estado, Governo federal () Universidade () Prefeitura ()
Outros () Não tem contrato () Clube (**x**)

Roteiro Da Entrevista Com Os Atletas Da Seleção Brasileira De Basquetebol Adulto Masculino – Individual

Atleta : Sujeito A4

1- Iniciação Desportiva

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância.

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Empinava pipa, jogava futebol na rua, com os vizinhos, até mais ou menos 13 anos.

b) Comente sobre as modalidades que você aprendeu.

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Basquete e futebol, na quadra perto da minha casa com os vizinhos.

c) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Basquete na quadra da minha casa com os atletas do time.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusiva ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana?

Onde era essa prática?

R.: Com 13 anos, no clube treinávamos 2 horas por dia.

b) Como eram os treinamentos dos aspectos Físico? Técnico? Tático?

R.: Físico: era uma coisa boa, light, até 15/16 anos, a gente corria no Ibirapuera, fazia pega-pega para aquecer. O técnico era bastante competitivo, o tático, fazia algumas coisa, mas principalmente marcação homem a homem.

3- Vivência E Melhores Resultados No Basquetebol

a) Qual sua função na quadra do clube? Seleção?

R. Ala/lateral.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde 12/13 anos.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível?

Estadual? Nacional? Internacional?

R.: Campeão paulista 20 anos, Campeão nacional e pan-americano com 26 anos.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x

Empresa privada () Estado, Governo federal () Universidade () Prefeitura ()
Outros () Não tem contrato () Clube (X)

Roteiro Da Entrevista Com Os Atletas Da Seleção Brasileira De Basquetebol Adulto Masculino – Individual

Atleta : Sujeito A5

1- Iniciação Desportiva

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Tudo quanto é tipo de brincadeira, esconde-esconde e outras, no bairro com os amigos até uns 12 anos.

b) Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Futebol, atletismo, voleibol, basquetebol e natação.

c) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Vôlei e basquete.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusiva ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana?

Onde era essa prática?

R.: Com 13 anos, no clube treinávamos 1 hora e meia por dia.

b) Como eram os treinamentos dos aspectos Físico? Técnico? Tático?

R.: Corridas, subir escadas sem musculação. No técnico fazia fundamentos de drible, arremesso com movimentos corretos. No tático , ah! Era geral, de defesa e de movimentação na quadra.

3- Vivência E Melhores Resultados No Basquetebol

a) Qual sua função na quadra clube? Seleção?

R.: Lateral/Pivô.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde 14 anos.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível?

Estadual? Nacional? Internacional?

R.. Campeão Gaúcho em 1988, campeão brasileiro em 1988, Bi-campeão sul americano, campeão da copa América, vice-campeão mundial, campeão pan-americano de 27 a 31 anos.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x

Empresa privada () Estado, Governo federal () Universidade () Prefeitura ()
Outros () Não tem contrato () Clube (**X**)

Roteiro Da Entrevista Com Os Atletas Da Seleção Brasileira De Basquetebol Adulto Masculino - Individual

1- Iniciação Desportiva

Atleta: Sujeito A6

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Nada, não tive infância.

b) Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Basquete, futebol e vôlei na escola e no clube, desde os 5 anos.

c) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Futebol e basquete.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusiva ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana?

Onde era essa prática?

R.: Na quinta, sexta série, aproximadamente aos 11/12 anos, treinava 3 horas por dia.

b) Como eram os treinamentos dos aspectos

Físico? Técnico? Tático?

R.: Treinava resistência, no técnico era mais arremessos, de bola e habilidade, no tático era 3X3, 4X4, 5X5.

3- Vivência E Melhores Resultados No Basquetebol

a) Qual sua função na quadra

clube? Seleção?

R. Armador.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde os 17 anos, antes era lateral.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível?

Estadual? Nacional? Internacional?

R.: Campeão paulista mirim com 10 anos.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x

Empresa privada () Estado, Governo federal () Universidade () Prefeitura ()
Outro () Não tem contrato () Clube (X)

Roteiro Da Entrevista Com Os Atletas Da Seleção Brasileira De Basquetebol Adulto Masculino – Individual

Atleta : Sujeito A7

1- Iniciação Desportiva

a)Comente sobre suas atividades motoras na infância?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Esconde-esconde, pega-pega, brincadeira da cadeira e da vassoura, era na escola com os amigos e primos, até uns 11/12 anos.

b)Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Vôlei, futebol e basquete com os amigos até uns 13 anos.

d) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Depois dos 13anos só basquete.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusivamente ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana?
Onde era essa prática?

R.: 13 anos no clube e treinava 2 horas por dia.

b) Como eram os treinamentos dos aspectos;

Físico? Técnico? Tático?

R.: Não tinha muito eram piques e corridas. No técnico tinha muito trabalho de técnica individual, no tático eram poucas jogadas.

3- Vivência E Melhores Resultados No Basquetebol

a) Qual sua função na quadra

clube? Seleção?

R.: Pivô.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: A partir dos 16 anos.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível?

Estadual? Nacional? Internacional?

R.: Campeão capixaba, com 14 anos e campeão nacional com 18 anos e vice campeão da copa América com 18 anos.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x

Empresa privada () Estado, Governo federa () Universidade () Prefeitura ()
Outros () Não tem contrato () Clube (X)

Roteiro Da Entrevista Com Os Atletas Da Seleção Brasileira De Basquetebol Adulto Masculino - Individual

Atleta: Sujeito A8

1- Iniciação Desportiva

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Esconde-esconde, queima, brincado de bets nas aulas de educação física na escola e com os amigos.

e) Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.. Natação, atletismo, basquete , futebol e vôlei no clube dos 8 aos 13 anos.

f) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Basquete no clube com o pessoal do time.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusivamente ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana? Onde era essa prática?

R. 15 anos no clube, treinava 4 horas por dia.

b) Como eram os treinamentos dos aspectos;

Físico? Técnico? Tático?

R. Corria em volta do campo subia e descia escada, no técnico fazia fundamentos exercícios de 1X1, tiros e habilidades com bola. No tático fazia jogadas sistemas de jogo contra ataque e marcação individual por zona, Box.

3- Vivência E Melhores Resultados No Basquetebol

a) Qual sua função na quadra clube? Seleção?

R.: Armador.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde os 18 anos, antes era Ala também.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível?

Estadual? Nacional? Internacional?

R.: Campeão paulista com 17 anos, 19 e 25 anos, Campeão brasileiro com 25 anos e vice-campeão mundial com 29.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x

Empresa privada () Estado, Governo federal () Universidade () Prefeitura ()
Outros () Não tem contrato () Clube (X)

Roteiro Da Entrevista Com Os Atletas Da Seleção Brasileira De Basquetebol Adulto Masculino – Individual

Atleta: Sujeito A9

1- Iniciação Desportiva

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Brincava de pega-pega e bet's na rua no clube e na escola com os amigos até 11/12 anos.

b) Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Futebol karate, natação, tênis, basquete 11/12 anos.

c) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Além do basquete pratiquei bastante o futebol.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusivamente ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana?

Onde era essa prática?

R.: Após doze anos só basquete no clube e treinava duas horas por dia.

b) Como eram os treinamentos dos aspectos;

Físico? Técnico? Tático?

R.: No físico fazia corridas piques saltos coordenação. No técnico fazia fundamentos e no tático fazia jogadas.

3- Vivência E Melhores Resultados No Basquetebol

a) Qual sua função na quadra

clube? Seleção?

R.: Ala / ala pivô.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde os dezessete anos.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível?

Estadual? Nacional? Internacional?

R.: Campeão juvenil, campeão brasileiro de seleções juvenil, campeão sul americano adulto.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x

Empresa privada() Estado, Governo federal() Universidade() Prefeitura ()
Outros () Não tem contratado() Clube (x)

Roteiro Da Entrevista Com Os Atletas Da Seleção Brasileira De Basquetebol Adulto Masculino – Individual

Atleta: Sujeito A10

1- Iniciação Desportiva

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Esconde esconde, futebol bet”s perto da minha casa com os primos e vizinhos.

b) Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Natação, t nis, futebol, basquete.

c) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R.: Além do basquete o futebol.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a) Comente sobre sua dedicação exclusivamente ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana? Onde era essa prática?

R.: Com 15 anos, na escola e no clube treinava 2 horas por dia.

b) Como eram os treinamentos dos aspectos;

Físico? Técnico? Tático?

R.: Era bem puxado, fora e dentro da quadra, musculação corridas intervaladas. No técnico era, 1x1, bate bola, passes, mudança de direção, e sincronizado. No tático era jogadas.

3- Vivência E Melhores Resultados No Basquetebol

a) Qual sua função na quadra clube? Seleção?

R.: Armador.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde os 12 anos.

c) Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível?

Estadual? Nacional? Internacional?

R.: Campeão estadual com 21 anos, campeão brasileiro com 25 anos, e vice- mundial e campeão pan-americano com 26 anos.

d) Você é contratado por quem? Indique com um x

Empresa privada() Estado, Governo federal() Universidade() Prefeitura ()
Outros () Não tem contrato () clube (**x**)

Roteiro Da Entrevista Com Os Atletas Da Seleção Brasileira De Basquetebol Adulto Masculino – Individual

Atleta: Sujeito A11

1- Iniciação Desportiva

a) Comente sobre suas atividades motoras na infância?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Brincava de subir em arvore piques, paga-paga mergulhava, nos rios, na escola com os amigos até uns 10 anos.

b) Comente sobre as modalidades que você aprendeu?

Quais? Onde? Com quem? Com que idade?

R.: Atletismo, handebol, vôlei, basquete, futsal.

c) Das modalidades que você aprendeu, quais você mais praticou?

Quais ? Onde? Com quem?

R. Além do basquete, voleibol e handebol.

2- Especialização Desportiva no Basquetebol

a)Comente sobre sua dedicação exclusivamente ao basquetebol?

Com que idade? Onde eram os treinamentos? Quantas horas de treinamento por semana? Onde era essa prática?

R.: Tinha 17 anos e treinava no clube 3 horas por dia.

b)Como eram os treinamentos dos aspectos;

Físico? Técnico? Tático?

R.: Era piques, corridas longas, intervaladas. No técnico fazia fundamentos Jogadas simples, com movimentação dos pivôs de baixo e de cima.

3- Vivência E Melhores Resultados No Basquetebol

a)Qual sua função na quadra
clube? Seleção?

R.: Pivô 4 e 5.

b) Desde que idade atua nessa função?

R.: Desde quando comecei jogar basquete.

c)Qual seu melhor resultado e com que idade ocorreu em nível?

Estadual? Nacional? Internacional?

*R.: Campeão capixaba com 17 anos, campeão brasileiro com 26 anos, e campeão pan-
americano e vice-mundial com 29/30 anos*

d)Você é contratado por quem? Indique com um x

Empresa privada() Estado, Governo federal () Universidade() Prefeitura ()
Outros () Não tem contrato () Clube (x)