

À sombra do gigante

Escrito por San Payo Araújo
Terça, 10 Janeiro 2017 14:24



Como gosto de chegar com calma e antecedência, no sábado passado levantei-me às sete da manhã para ir dar o meu habitual treino.

Os primeiros a chegar foram a Teresa e Rui e a mãe veio-me dizer que os filhos se tinham levantado muito cedo ansiosos para virem para o treino de minibásquete. Estas são, como costumo dizer, as minhas melhores medalhas e fizeram-me lembrar o recente post da Rita Coelho, actualmente treinadora na SIMECQ a propósito do meu último artigo no Planetabasket. “Eu também agradeço muito ao San Payo Araújo .. durante a semana andava sempre ansiosa que chegasse o sábado (o grande sábado) o sábado que o San Payo dava o treino. Todos os treinos saía com um sorriso de orelha a orelha com coisas novas dos basquete. (...) Muita coisa que aprendi com o San Payo ainda hoje utilizo no meu dia a dia.”

Dêem-lhe as voltas que deram, chamem-lhe com razão ou sem razão o que quiserem, mas na fase inicial do minibásquete o que é decisivo é ter a capacidade de criar o gosto e entusiasmo pela modalidade e repito as palavras de Manfred Spitzer: “Quanto mais atractivos, lúdicos e divertidos forem os conteúdos, mais fácil será a sua interiorização e, naturalmente, a sua aprendizagem.”

Muitos outros exemplos posso expor, mas por agora termino a série de artigos “Do lúdico aos conceitos do jogo” com a publicação de mais dois exercícios e interiorizados os conteúdos das “brincadeiras das sombras e dos gigantes”, com um exercício que é uma das muitas formas como introduzo os conteúdos da defesa do 1 x 1 campo inteiro.

Assim como a noção da “brincadeira” das sombras me facilita a aprendizagem de noções defensivas ao portador da bola, outra noção, como a do espelho por exemplo, é de uma enorme riqueza na introdução da noção de defesa do lado da ajuda. Mas esse tema fica para outra ocasião...

À sombra do gigante

Escrito por San Payo Araújo
Terça, 10 Janeiro 2017 14:24

Em anexo 3 exercícios

- [Sombras e gigantes \(1\)](#)
- [Sombras e gigantes \(2\)](#)
- [Sombras e gigantes \(3\)](#)