



Coordenação Técnica de um Clube

Modelo de funcionamento

1. Ação do coordenador

- Define as linhas orientadoras
- Observa os treinos...
- Realiza reuniões individuais
- Convoca reuniões gerais
- Promove ações de formação
- Participa em treinos (monotemáticos ou normais)



Modelo de funcionamento

2. Ligação entre equipas e treinadores

- Todos os treinadores trabalham em parceria com o treinador do escalão anterior e o seguinte.
- Todos os treinadores trabalham com jogadores do escalão anterior.

Princípios

Todas as decisões são tomadas tendo em consideração:

1. O praticante
2. A modalidade
3. O clube/associação
4. Vitória

Perfil do treinador da AEFDTV

- Constituam bons modelos de referência;
- Dominem os aspetos específicos da modalidade;
- Conheçam os processos de crescimento e de desenvolvimento do praticante nas suas diferentes fases;
- Dominem as técnicas e estratégias de ensino;
- Possuam conhecimentos sólidos na área da metodologia do treino;

Perfil do treinador da AEFDTV

- Conheçam as questões do planeamento, organização e avaliação do seu trabalho;
- Sejam bons comunicadores;
- Gostem do que fazem;
- Gostem e saibam trabalhar em equipa; e
- Estejam em busca permanente do saber.

Tarefas do treinador

1. Tarefas gerais

- Participar nas reuniões periódicas de treinadores;
- Realizar reuniões com a equipa;
- Realizar reuniões individuais;
- Ver, avaliar e selecionar jogadores;
- Participar na vida coletiva do clube;

Tarefas do treinador

1. Tarefas gerais

- Participar em reuniões com os dirigentes;
- Realizar reuniões com os pais;
- Marcar presença em reuniões com a ABL e FPB;
- Tratar da sua formação contínua.



Tarefas do treinador

2. Treino / Jogo

- Planear e organizar;
- Dirigir; e
- Controlar e avaliar.

Objetivos gerais

1. Formar jogadores para a nossa equipa de seniores

- Desenvolver o praticante de modo a que possa alcançar o limiar das suas capacidades no estado adulto;
- Desenvolver e consolidar o gosto pela prática do basquetebol; e
- Dirigir o processo de treino levando o praticante a construir uma atitude positiva.

Objetivos gerais



2. Desenvolver o indivíduo como pessoa

- Conduzir o processo de treino de maneira que este contribua para a formação do jovem em todas as suas vertentes; e
- Proporcionar uma prática desportiva sadia e agradável.



Objetivos específicos

- Físico;
- Técnico;
- Tático;
- Psicológico;
- Teórico.

Modelo de jogo

1. Definição do ritmo de jogo
2. A ligação entre as várias fases do jogo
3. O jogo ofensivo
4. O jogo defensivo
5. O ressalto
6. O lançamento

Modelo de jogador

1. Deverão ser eficazes, inteligentes e criativos...
2. Deverão ter capacidade para interpretar e aplicar os conceitos e movimentos técnico-táticos necessários para resolver de modo racional as situações problema que se possam deparar em jogo...
3. Deverão ser dotados de uma boa atitude...

Perfil de jogador por posição

Bases	- Defesa
Extremos	- Ressonância defensiva
	- Contra-ataque
	- Ataque
Postes	- Ressonância ofensiva
	- Recuperação defensiva

Método de ensino

1. O jogo é a referência
2. Sistematizado em unidades funcionais que vão do 1x0 ao 5x5
3. A técnica surge em função da tática
4. O nível de oposição vai aumentando gradualmente

Orientações Curriculares

Os conteúdos foram definidos de acordo com os seguintes escalões:

Sub-10	Sub-16
Sub-12	Sub-18 e Sub-19F
Sub-13	Sub-20
Sub-14	Seniores

Orientações Curriculares

Os conteúdos foram definidos de acordo com os seguintes indicadores:

TIO

- Jogador com bola
- Jogador sem bola

TOF

- Jogador com bola
- Jogador sem bola

TID

- Jogador com bola
- Jogador sem bola

TDF

- Jogador com bola
- Jogador sem bola

Orientações Curriculares

Preocupações:

Sub-10	Formação técnica
Sub-12	
Sub-13	
Sub-14	
Sub-16	Tomada de decisão em função da oposição
Sub-18 e 19F	
Sub-20	Tomada de decisão em função da oposição e do scouting
Seniores	

Treino físico

Só definimos conteúdos para o treino de força e para a flexibilidade.

As restantes qualidades físicas (resistências, velocidade e destreza) trabalhamos com os conteúdos específicos da modalidade.

Preparação teórica dos jovens

Exemplos:

- Regras e regulamentos do jogo;
- Conceitos científicos que justificam determinada execução técnica;
- Conceitos científicos e metodológicos sobre as capacidades motoras;
- Aprender o significado sociocultural da prática desportiva;
- Conceitos básicos acerca do planeamento e organização do treino;
- Como se processam os fenómenos da adaptação – carga interna;
- Lesões, prevenção e tratamento;
- Princípios básicos de uma alimentação adequada...
- Desenvolver um correto comportamento moral;

PREPARAÇÃO PARA SITUAÇÕES ESPECIAIS

Exemplo:

Quando estamos a perder por x pontos e faltam Y segundos e com posse de bola...

Definição de normas de comportamento

- Para com os restantes intervenientes
- No treino
- Nos jogos
- Nas deslocações
- À refeição
- No alojamento

Medidas a tomar nas infrações

Algumas indicações pedagógicas

- O clima de treino
- Controlo do tempo de prática
- Feedback
- Organização

O levantamento estatístico

Consoante o escalão e os recursos humanos podemos:

- Dados estatísticos usuais;
- O melhor defensor;
- O MVP;
- As melhores mãos;
- O melhor suplente.

Construção da personalidade da equipa

Pretendemos construir uma equipa personalizada, isto é, que possua uma maneira de jogar que a distinga de todas as outras e que o faça sistematicamente sem grandes oscilações.

Critérios para a seleção de praticantes

- Altura;
- Velocidade;
- Disponibilidade motora;
- Capacidade de aprendizagem;
- Inteligência;
- Concentração;
- Capacidade de sacrifício;
- Treináveis...

Escolha do capitão de equipa

- Ser consistente, capaz de ajudar a equipa em qualquer situação;
- Ter o domínio total sobre a confiança, a postura e a concentração;
- Revelar-se um líder altruísta (e não egoísta);
- Gostar do jogo;
- Possuir um grande autocontrolo;
- Ser utilizado regularmente;
- Cuidar de si e do seu corpo;
- Ser o primeiro a cumprir as regras definidas para todo o grupo;
- Ser merecedor do respeito de todos.

Relacionamento com os pais

1. Estabelecer uma relação social
2. Contribuir para o seu esclarecimento
 - Dimensão formativa das atividades;
 - Objetivos do programa;
 - Perspetivas de desenvolvimento e progresso (pessoa/praticante);
 - Definição de papéis...
3. Envolvimento dos pais
 - Compreensão da sua preocupação;
 - Solicitar a sua participação.
4. Reunir periodicamente com os pais



Obrigado pela atenção