

PEDAGOGIA DO DESPORTO

Olímpio Coelho

-
1. O(A) TREINADOR(A) DE GRAU I NO CONTEXTO DA PEDAGOGIA APLICADA AO DESPORTO
 2. A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA DO(A) TREINADOR(A) DE GRAU I
 3. OS PAIS NA PRÁTICA DESPORTIVA DAS CRIANÇAS E JOVENS
-

Índice

1. O(A) TREINADOR(A) DE GRAU I NO CONTEXTO DA PEDAGOGIA APLICADA AO DESPORTO	3
1.1 Treino desportivo: um processo pedagógico e de ensino	
1.2 Pedagogia e didática: duas faces da mesma moeda	3
1.3 As responsabilidades do treinador(a) de grau 1	4
1.4 A filosofia do(a) treinador(a) de grau 1	6
1.5 O(a) treinador(a) de grau 1 como referência e exemplo	12
1.6 O que é preciso para ser treinador(a) de grau 1?	14
CONCLUSÕES	16
AUTOAVALIAÇÃO	17
BIBLIOGRAFIA	33
GLOSSÁRIO	35



1. O(A) TREINADOR(A) DE GRAU I NO CONTEXTO DA PEDAGOGIA APLICADA AO DESPORTO
2. A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA DO(A) TREINADOR(A) DE GRAU I
3. OS PAIS NA PRÁTICA DESPORTIVA DAS CRIANÇAS E JOVENS





OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

1. Adquirir uma visão ampla da pedagogia aplicada em contexto desportivo identificando o seu objetivo nuclear e os fatores condicionantes.
 2. Identificar a interdependência entre pedagogia e didática.
 3. Compreender a relação entre competência técnica e competência pedagógica.
 4. Conhecer as principais responsabilidades do treinador de jovens.
 5. Identificar os grandes objetivos do desporto juvenil e do treinador de jovens.
 6. Identificar as características do treinador(a) de jovens compatíveis com os objetivos fundamentais do desporto juvenil.
-

1. O(A) TREINADOR(A) DE GRAU I NO CONTEXTO DA PEDAGOGIA APLICADA AO DESPORTO

1.1 Treino desportivo: um processo pedagógico e de ensino

Esta matéria é tratada na Unidade Formação DIDÁTICA DO DESPORTO

1.2 Pedagogia e didática: duas faces da mesma moeda

A didática é descrita nos dicionários como tendo os seguintes significados:

1. Ciência auxiliar da pedagogia, que se dedica ao estudo dos métodos e técnicas utilizados no ensino em geral.
2. Série de métodos e técnicas que dizem respeito ao ensino de uma disciplina.
3. Arte e ciência de fazer aprender.
4. A parte da pedagogia que se ocupa dos métodos e técnicas de ensino.

Se o alvo nuclear da pedagogia é, em última análise, a eficácia dos processos de ensino-aprendizagem e aperfeiçoamento das competências motoras e sociais dos praticantes desportivos, faz todo o sentido, tendo em atenção o significado de



didática, promover uma visão integrada destes dois conceitos, salientando a sua relação biunívoca: a pedagogia tem nos procedimentos didáticos e na unidade de treino o espaço da sua aplicação e a didática, para não se assumir como meramente instrumental, deve enquadrar-se nos propósitos desenhados no âmbito da pedagogia. **Assim, as “boas práticas” no desporto juvenil implicam, na verdade, uma visão e intervenção caracterizáveis como de natureza pedagógico-didática.**

A compreensão e aceitação desta interdependência é essencial à regulação eficaz do processo ensino-aprendizagem e à qualidade da intervenção do treinador(a) pelo que se afirma, como relevante, **a conveniência e necessidade de articulação e convergência, de orientação e conteúdos, entre as unidades temáticas pedagogia e didática do desporto.**

1.3 As responsabilidades do treinador de grau I

De acordo com o Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT), ao treinador(a) de grau I compete, essencialmente, a orientação, sob supervisão, de praticantes nas etapas elementares da formação desportiva (PNFT, p. 55¹).

E define o documento referido que, neste nível de prática, particularmente no que respeita ao treino de crianças e jovens, assumem-se como eixos estruturantes da formação do treinador(a) de grau I, a valorização do **desenvolvimento pessoal e social** e as **preocupações educativas e formativas**, em estreita dependência da qualidade da sua intervenção técnica e pedagógica.

Deste modo, a sensibilidade para intervir e refletir com sentido de responsabilidade sobre os problemas éticos, cívicos e sociais, revela-se como eixo estruturante da sua formação inicial (PNFT, p. 56).

¹ Apesar de se lhe reconhecer a possibilidade de coadjuvar o processo de treino e de competição liderado por outros treinadores noutras etapas da carreira do praticante, este é o espaço de intervenção, por excelência, do treinador(a) de grau I.



Os propósitos da prática desportiva não se esgotam no desenvolvimento de competências corporais e motoras, devendo situar-se, também, no fomento de valores e atitudes, cruciais para o desenvolvimento da literacia desportiva e da filiação à prática desportiva para a vida (PNFT, p. 56).

Ao treinador(a) de grau I é atribuída uma elevada responsabilidade na formação e educação dos praticantes, quer do ponto de vista geral, quer do ponto de vista desportivo, exigindo a criação de ambientes positivos de aprendizagem e o fomento do gosto e entusiasmo pela prática desportiva.

As crianças e os jovens portugueses encontram-se, à face da lei, conforme prescreve a Lei de Bases do Sistema Educativo (Lei n.º 46/86 de 14 de outubro alterada pela Lei n.º 49/2005 de 30 de agosto), integrados na **escolaridade obrigatória**, pressupondo-se, portanto, que seja esta a sua atividade social dominante. Por isso, a sua participação na prática desportiva não pode

deixar de regular-se por **objetivos de ordem educativa e formativa** que contribuam para o seu desenvolvimento físico, motor, social e emocional e em que, desde logo, se inicie a promoção da aquisição dos valores caracterizadores do “saber ser” (autodisciplina, autocontrolo, perseverança, humildade) e do “saber estar” (cívismo, companheirismo, respeito mútuo, lealdade). É, por isso, pouco aconselhável que as crianças e jovens se **dediquem exclusivamente ou em demasia ao desporto**, em prejuízo de outros aspetos da vida igualmente essenciais à sua formação e desenvolvimento e que, em conjunto com a prática desportiva, podem proporcionar-lhe um estilo de vida equilibrado e saudável.



Por outro lado, a especialização e o alto rendimento carecem de alicerces consistentes, cuja construção começa na etapa da iniciação desportiva sendo, neste sentido, essencial:

1. Proporcionar às crianças e jovens a vivência de experiências agradáveis e entusiasmantes que, desenvolvendo o gosto pela prática, influenciem a sua adesão e futura permanência no desporto.
2. Promover, para o desporto infantil e juvenil, **modelos de preparação** que valorizem a preparação geral e multilateral, orientada para a aquisição de um vocabulário motor alargado, para a formação das capacidades motoras e para o ensino das técnicas básicas de uma ou várias modalidades.



! O desporto deve, prioritariamente, constituir um instrumento de valorização das crianças e jovens que nele participam, sendo essencial clarificar o lugar que ocupa nas suas atividades quotidianas.

Sendo o treinador(a) de grau 1, na maior parte das situações, o primeiro responsável pela iniciação desportiva de crianças e jovens, deve ter a consciência de que lida fundamentalmente com **candidatos a praticantes desportivos**, cuja continuidade no sistema desportivo dependerá da natureza e tipo de exercício selecionada, da organização e direção do processo de instrução e do estilo de intervenção e de relacionamento desenvolvidos no treino e na competição. Desempenha, assim, um papel insubstituível na **mobilização das crianças e jovens para as atividades desportivas** e na formação inicial dos praticantes, contribuindo para a determinação dos limites da prestação desportiva, para o desenvolvimento de uma modalidade e, conseqüentemente, para o desenvolvimento desportivo.



Ao(à) treinador(a) de Grau I é atribuída a responsabilidade de desenvolver nos praticantes o gosto pela aprendizagem e pelo aperfeiçoamento, fatores determinantes, a longo prazo, do progresso qualitativo. Constituindo-se o(a) treinador(a) como o(a) primeiro(a) promotor(a) de uma maior adesão e permanência na prática desportiva, assim como de um menor abandono da mesma.



Ser **treinador(a) desportivo(a)** não se reduz apenas, portanto, a intervir no ensino e aperfeiçoamento dos aspetos técnicos, táticos e regulamentares de uma modalidade desportiva. Envolve também, obrigatoriamente, a transmissão de hábitos de trabalho e regras de comportamento e convivência que valorizem o jovem não só como praticante, mas, simultaneamente, como indivíduo e cidadão.



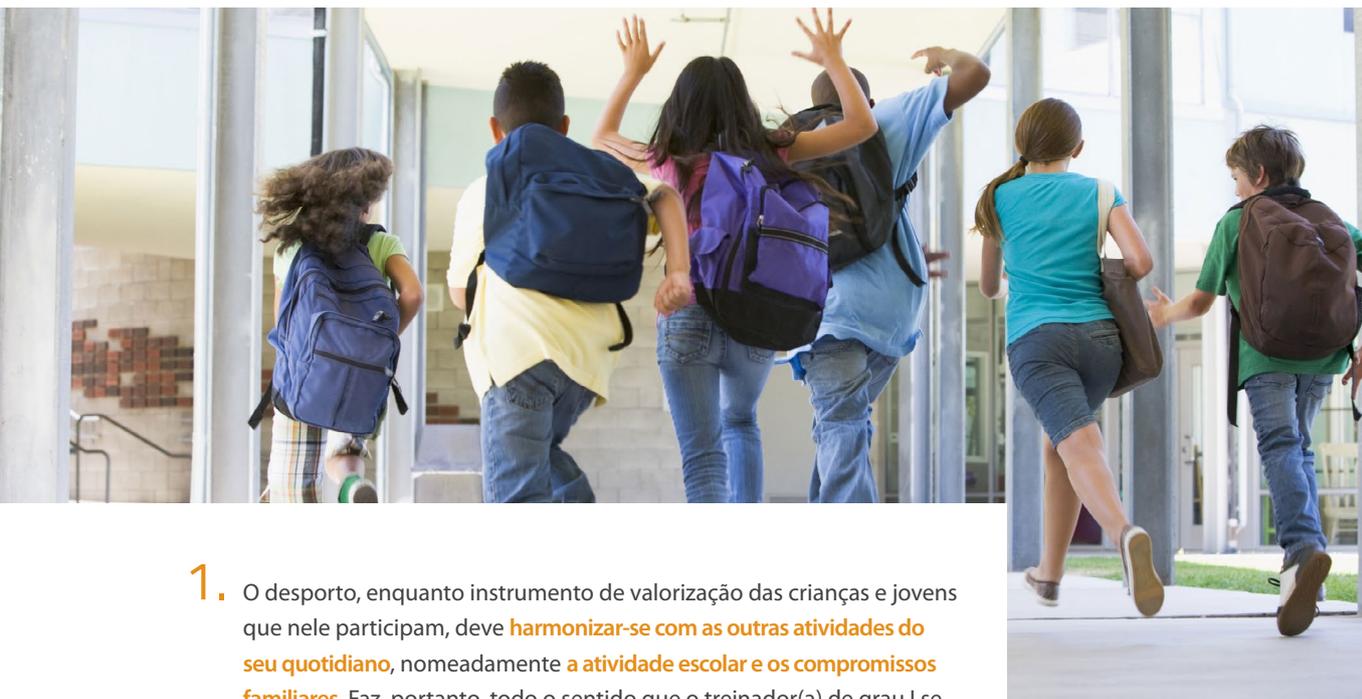
Para aprofundar esta temática, sugere-se a leitura de diversos recursos e textos pedagógicos elaborados pelo **Plano Nacional de Ética no Desporto**, nomeadamente “Ética no Desporto – Linhas Orientadoras para Treinadores” em:

www.pned.pt

1.4 A filosofia do(a) treinador(a) de grau I

As opções metodológicas e as estratégias de intervenção do(a) treinador(a) de grau I, adequadas à iniciação dos jovens candidatos a praticantes desportivos, dependem da sua filosofia, ou seja, do modo como perspetiva a sua participação e a das crianças e jovens na prática desportiva, dos objetivos que atribui à prática desportiva infantil e juvenil, dos objetivos pessoais que persegue e dos valores humanos, sociais e desportivos pelos quais se rege.

O treinador(a) de grau I, para desenvolver uma filosofia que o(a) oriente no sentido de privilegiar as opções metodológicas convenientes e subordinar a sua intervenção aos objetivos e necessidades do desporto infantil e juvenil, deve, previamente, assumir com convicção, algumas referências fundamentais:



1. O desporto, enquanto instrumento de valorização das crianças e jovens que nele participam, deve **harmonizar-se com as outras atividades do seu quotidiano**, nomeadamente **a atividade escolar e os compromissos familiares**. Faz, portanto, todo o sentido que o treinador(a) de grau I se interesse pela situação escolar dos seus praticantes, que seja sensível perante eventuais conflitos entre esta e a atividade desportiva tomando, ele(a) próprio(a), a iniciativa de, algumas vezes, declarar aos praticantes a supremacia relativa da primeira sobre a segunda.

O treinador(a) de grau I deve, ainda, desenvolver uma atitude e uma prática que se ajuste ao carácter de fluabilidade típica da faixa etária abrangida pela etapa da iniciação desportiva (6/7-12/13 anos)², traduzido numa assiduidade frequentemente irregular, com saídas e entradas durante a época. Esta situação decorre de não haver ainda, em muitos casos, como é natural, uma clara definição de interesses. **Desejável será que não resulte da natureza menos satisfatória da atividade proporcionada ou do tipo de intervenção do(a) treinador(a).**

Esta caracterização sugere a conveniência de **constituir grupos de trabalho suficientemente abertos** e uma organização das práticas tendencialmente **inclusiva** que possa, dentro dos limites de cada instituição, acolher o maior número possível de jovens candidatos a praticantes desportivos. Este propósito exige do(a) treinador(a) de grau I uma atitude que não se centre, exclusiva ou excessivamente, no resultado das competições oficiais, **valorizando também a aprendizagem e o desenvolvimento dos praticantes** em convergência com os objetivos da iniciação desportiva que se organizam, fundamentalmente, em quatro grandes vertentes:

² A amplitude deste intervalo abrange todas as modalidades: das atividades gímnicas aos jogos desportivos coletivos.

OBJETIVOS DA INICIAÇÃO DESPORTIVA

1.º
Desenvolver o gosto pelo desporto;

2.º
Regular as expectativas dos praticantes;

3.º
Promover o desenvolvimento físico e corporal equilibrado e harmonioso numa base multilateral (de preparação geral);

4.º
Promover a aprendizagem e o aperfeiçoamento dos conteúdos técnicos ou técnico-táticos da modalidade.

O(a) treinador(a) de grau I, no âmbito da iniciação desportiva, evidencia uma atitude saudável quando, para além de ser sensível às questões levantadas pela atividade académica dos jovens praticantes, admite, como natural, alguma **fluidez por parte destes** que, numa perspetiva de experimentação, podem mudar, temporária ou definitivamente, de atividade.

³ Nestas faixas etárias é aceitável que os grupos tenham uma constituição mista, com crianças de ambos os géneros, nomeadamente na primeira fase deste período (6-10 anos).

2. A iniciação desportiva incide essencialmente no designado período pré-pubertário: 6/12 anos nas raparigas e 7/13 nos rapazes ³.

Neste período temporal, o processo de desenvolvimento (crescimento e maturação) processa-se de forma harmoniosa verificando-se, sobretudo na sua segunda metade (10/11-12/13), uma melhoria da resistência, da coordenação e do tempo de reação. A atividade nervosa superior assume uma relação equilibrada entre os processos de excitação e de inibição, o que facilita a aquisição e assimilação de novas técnicas desportivas. É um período decisivo para a **aprendizagem motora**, que aconselha a um forte investimento no ensino e aperfeiçoamento das **técnicas fundamentais de cada modalidade**⁴, o que justifica ser este um dos mais importantes objetivos do treinador(a) de grau I.

Quanto ao **processo de socialização** verifica-se que, nesta faixa etária, o comportamento, como forma de afirmação da personalidade própria, é regulado pela predominância do individualismo sobre os valores grupais, o que determina:

⁴ Em conjunto com o desenvolvimento das técnicas corporais básicas: marcha, corrida, salto, preensão e arremesso e suas possíveis combinações.

⁵ Se o(a) treinador(a) de grau I não está muito sujeito(a) a uma clara oposição e resistência à sua ação por parte dos praticantes (o que não acontece relativamente aos pais), confrontar-se-á seguramente, com alguma regularidade, com conflitos interindividuais que importa prevenir e controlar.

1.º
Relações sociais instáveis, individualizadas, mudando com frequência de colega preferido(a);

2.º
Emergência de situações de conflito interindividual ⁵.

3.º
Dificuldade em realizar atividades que exijam considerável cooperação.

Na primeira metade deste período o apelo do adulto é dominante, manifestando-se a necessidade de receber **reconhecimento e aprovação** dos pais, treinadores e adultos em geral, a par de uma forte dependência destes. A orientação **genuína** do seu comportamento, centra-se mais na demonstração das suas proezas, tendo como alvo principal o adulto, do que propriamente no vencer um adversário ⁶.

⁶ Desde que não inquinada pelo adultos, pais e treinadores, e seus interesses próprios.

Neste quadro, o treinador(a) de grau 1 deve, de forma intencional e sistemática:

1.º

Promover e valorizar a presença e integração dos pais de modo a satisfazer a necessidade de reconhecimento e aprovação dos praticantes.

2.º

Promover, paciente e persistentemente, a cooperação e o espírito desportivo durante o treino e competições. Apesar das dificuldades inerentes, é conveniente proceder ao ensino destas competências, referindo-as e solicitando a sua prática com regularidade.

3.º

Construir um clima de apoio e encorajamento, salientando o contributo de todos e estabelecendo uma dominância de intervenções de natureza positiva, evitando, sobretudo, o criticismo exagerado ⁷.

4.º

Induzir, nos praticantes, o hábito de relativizar a comparação com os outros, criando oportunidades de evidenciarem as suas proezas, valorizar a competição consigo próprio e a aprendizagem, colocando os seguintes desafios:

- “Quem é capaz de...?”
- “Quem faz melhor...?”
- “Quem melhorou mais...?”

Na segunda metade deste período (10/11-12/13) verifica-se uma emergência progressiva das **tendências sociais** (sentido de afiliação/pertença) traduzida num interesse crescente pela vida grupal e pela procura de afirmação pessoal no seio do grupo, numa transição clara do **apelo do adulto** para o **apelo do mais velho**: à necessidade de reconhecimento e aprovação por parte dos adultos junta-se progressivamente a necessidade de reconhecimento e aprovação dos seus pares.

⁶ Os treinadores e pais não devem centrar a sua demonstração de aprovação, reconhecimento e afeto exclusivamente na vitória e no resultado mas também nos progressos e na aprendizagem alcançados.



A emergência de líderes começa a ser um facto relevante, devendo o(a) treinador(a) de grau I estruturar a atividade interna de modo a poder atribuir aos praticantes o desempenho de funções diversificadas a fim de incentivar o desenvolvimento desta importante competência.



3. As práticas são fontes de **prazer e satisfação** e fomentam o gosto e entusiasmo, **fidelizando** os jovens praticantes, quando:

- são dinâmicas e evitam a monotonia;
- são estruturadas para permitirem a participação harmoniosa de todos;
- facilitam a expressão das tendências competitivas típicas destas idades;
- definem objetivos e fornecem informações específicas dos progressos verificados;
- valorizam a competição consigo próprio, base do progresso e melhoria individuais;
- decorrem num clima de predominância de intervenções de natureza positiva e centradas nos pequenos progressos e aprendizagens, proporcionando condições para que cada um possa aceder a alguma forma de sucesso.

A preocupação **exclusiva** ou predominante com o resultado e a vitória não deve ter lugar na prática desportiva das crianças e jovens. Tal como uma prática extremamente formal, excessivamente intensa e vincadamente competitiva não se coaduna com os objetivos e natureza da iniciação desportiva. Uma prática proporcionadora de prazer não significa atividade sem regras ou ausência de exigências, objetivos e rigor naturalmente **compatíveis com os objetivos da iniciação desportiva** e as **idades** por ela abrangidas.

! O(a) treinador(a) de grau I deve preocupar-se menos com o resultado imediato ou com os seus interesses pessoais mas, prioritariamente, com o cumprimento dos objetivos apontados para o desporto infantil e juvenil.

4. No desporto infantil e juvenil, a **competição** deve constituir um **prolongamento da preparação** e, portanto, **regular-se pelos seus objetivos e preocupações**, sendo, nesta perspetiva, um momento privilegiado de avaliação da aprendizagem.

É neste contexto que a intervenção do treinador(a) de grau I na competição, para além de seguir, desejavelmente, as características que definem os **ambientes adequados de prática**, deve centrar-se não tanto naquilo que foi mal feito mas naquilo que deve ser feito, relacionado, obviamente, com a preparação realizada, focando essencialmente os conteúdos em aprendizagem.

Se a cada etapa correspondem objetivos e programas de atividades diferenciados, é natural que, de igual modo, lhes devam corresponder **quadros competitivos diversificados** que permitam a aplicação daquilo que os praticantes “sabem fazer” e onde se possa avaliar os resultados do trabalho efetuado ao longo do processo de preparação.

Assim, nesta etapa de formação do praticante, os quadros competitivos devem garantir que:

1.º

As equipas ou grupos devem ter nível de aprendizagem semelhante e um idêntico conseqüente desempenho motor (evitando desequilíbrios entre os praticantes em competição).

2.º

A cada ciclo de atividade ou “unidade de ensino” deve seguir-se uma competição de organização simplificada.

3.º

Todos os praticantes devem participar suficientemente nas competições realizadas.

4.º

As competições devem ser de curta duração e decorrer segundo processos de organização em que o “vencedor” não seja encontrado em provas ou momentos caracterizados como **decisivos**.

5.º

O sistema de aprovação/reconhecimento (atribuição de prémios) deve estar orientado para que não haja apenas um vencedor mas vários vencedores.

6.º

O sucesso na competição não deve significar para a criança somente a vitória, mas também a consecução de outros objetivos individuais ou coletivos.



Nesta etapa da formação, é desejável a organização periódica de festas e convívios desportivos com diferentes âmbitos geográficos e envolvendo atividades diversificadas.

⁸ *Recomenda-se, neste caso em particular, o artigo "Melhor competição para o futebol jovem - precisa-se!" de autoria do Prof. Pedro Mil-Homens, publicado em cinco partes nas edições do jornal A Bola de 22, 26 e 29 de dezembro de 2010 e 02 e 05 de janeiro de 2011. Apesar de focado no futebol, a abordagem realizada é válida para a generalidade das modalidades, sobretudo para os jogos desportivos coletivos.*

Naturalmente que a **relação preparação-competição** está condicionada pelas decisões e orientações dos organismos da tutela: as associações e federações. Mas a consciência da necessidade de articular convenientemente este binómio permitirá que o treinador(a) de grau 1, nas reuniões destinadas à organização da época, possa ser **agente promotor de análise e reflexão sobre este tema** e sugerir, em sede própria, alternativas aos modelos de competição vigentes.

Assim, a filosofia e objetivos da competição estruturada, tutelada pelas instituições do movimento associativo desportivo, deve, no desporto juvenil, **promover a subordinação clara das características das competições aos objetivos da iniciação desportiva**⁹.

1.5 O(a) treinador(a) de grau I como referência e exemplo ⁹.

⁹ *O exemplo é uma das ferramentas de intervenção pedagógica mais potentes à disposição do(a) treinador(a).*

O(a) treinador(a) de grau 1 exerce uma forte influência, como de resto qualquer agente de ensino pela sua conduta e exemplo, sobre a formação das crianças e jovens, quer do ponto de vista do desenvolvimento pessoal quer da formação desportiva propriamente dita.

As crianças e jovens são facilmente influenciados pelos adultos e muitas das atitudes e comportamentos que no futuro irão assumir quer como praticantes, atletas, técnicos ou dirigentes, quer ainda como simples cidadãos, resultam do tipo de vivências e aprendizagens que experimentaram na prática desportiva, muito provavelmente com os treinadores.



Neste contexto, o(a) treinador(a) de grau I não pode deixar de ser, **pelo seu exemplo**, um agente promotor de valores e atitudes dignificadoras do praticante e da prática desportiva, fomentando as normas essenciais do **espírito desportivo**:



¹⁰ Nos períodos mais relevantes do desenvolvimento biológico dos praticantes, tendo em atenção a natureza fortemente individualizado deste processo, a superioridade de uns sobre os outros assume um caráter relativo e, em muitos casos, transitório, porque tende a dissipar-se com o tempo e a preparação.



Enquanto exemplo e modelo, o(a) treinador(a) de grau I deve ainda transmitir, por que as pratica, as atitudes e comportamentos essenciais à aprendizagem e ao progresso:

- assiduidade e pontualidade;
- gosto de aprender, saber fazer e fazer bem;
- participação disciplinada nos treinos e competições;
- empenho e persistência.

O(a) treinador(a) de grau I deve ser um **exemplo**, não só nas sessões de treino mas também quando participa nas competições, seja orientando e dirigindo os jovens, seja atuando como atleta.

Nesta última situação, que ocorre com alguma frequência, o(a) treinador(a) de grau I não deve, quando neste duplo papel, evidenciar **comportamentos contraditórios** com as exigências da formação dos praticantes, pondo em causa a legitimidade da sua posterior intervenção junto destes.



1.6 O que é preciso para ser treinador(a) de grau I?

Trabalhar com crianças e jovens, orientando a sua prática desportiva obriga, antes do mais, a assumir a responsabilidade de contribuir para o processo de desenvolvimento integral dos praticantes e não, para através deles, perseguir objetivos de promoção pessoal.

Assim, ser treinador(a) de grau I, com a tarefa de dirigir, orientar e ensinar uma modalidade no âmbito do desporto infantojuvenil exige:

- gostar da prática desportiva e particularmente de uma modalidade, assumindo conscientemente o desejo de contribuir para o seu desenvolvimento;
- gostar de ensinar e de estar em contacto com as crianças e com os jovens;
- acreditar, com convicção, no valor e potencial formativo do desporto vendo este não como um fim mas como um meio;
- considerar que os interesses e necessidades das crianças e jovens são mais importantes do que os seus próprios, evitando que a vitória se transforme numa questão de afirmação pessoal;
- considerar que lhe compete, como responsável pela atividade, dar o exemplo;
- privilegiar a aprendizagem, o progresso e a participação relativamente ao resultado desportivo.



Ao(à) treinador(a) de grau I cabe a responsabilidade, desde a primeira sessão, de promover as atitudes e hábitos essenciais à formação e progresso dos praticantes transmitindo o gosto de aprender, de se aperfeiçoar, de ser cuidadoso com os pequenos pormenores, de realizar as técnicas com correção e de desenvolver o hábito de ser paciente.



O(a) treinador(a) de grau I, para perseguir com êxito os grandes objetivos gerais e específicos da iniciação desportiva e influenciando, desejavelmente de forma positiva, as atitudes, comportamentos e competências dos praticantes, deve exercer sobre estes e os seus pais uma ação persuasiva, informando, esclarecendo e dando o exemplo, com paciência, persistência e convicção, o que pressupõe uma adequada **preparação pedagógica**.

! A preparação pedagógica assume indiscutivelmente um papel de relevo e indispensabilidade na formação quer inicial, quer continuada do(a) treinador(a) de grau I, para estruturar e garantir uma intervenção correta e conseqüente no treino e na competição.





Conclusões

- O treino desportivo é um processo pedagógico e de ensino indissociável de preocupações formativas e educativas.
- A interdependência entre pedagogia e didática, convergindo na sua orientação e conteúdos, é determinante para o fomento das “boas práticas” no desporto infantojuvenil.
- O(a) treinador(a) para ser eficaz e conseqüente na sua ação necessita simultaneamente de competência técnica e de competência pedagógica.
- A competência pedagógica consubstancia-se na capacidade para influenciar um indivíduo ou grupo de indivíduos, através de uma ação persuasiva, informando, esclarecendo e dando o exemplo, com paciência e persistência.
- As “boas práticas” no desporto estão condicionadas pelo sistema de valores (filosofia) do(a) treinador(a) na medida em que o pensamento determina a natureza da sua ação e comportamento.
- O desporto deve constituir, prioritariamente, um instrumento de valorização das crianças e jovens que nele participam, sendo essencial clarificar o lugar que ocupa nas suas atividades quotidianas.
- Ao treinador(a) de grau I é atribuída a responsabilidade de desenvolver nos praticantes o gosto pela aprendizagem e pelo aperfeiçoamento, constituindo-se assim como o principal promotor de uma maior adesão e permanência na prática desportiva, assim como de um menor abandono da mesma.
- As opções metodológicas e as estratégias de intervenção do(a) treinador(a) de grau I, adequadas à iniciação dos jovens candidatos a praticantes desportivos, dependem da sua filosofia, ou seja, do modo como perspetiva a sua participação e a das crianças e jovens na prática desportiva, dos objetivos que atribui à prática desportiva infantil e juvenil, dos objetivos pessoais que persegue e dos valores humanos, sociais e desportivos pelos quais se rege.



Autoavaliação

- *Quais são os grandes objetivos/tarefas do desporto juvenil/treinador de jovens?*
- *Procure identificar, por ordem decrescente de importância, as três principais razões¹¹ para desejar ser treinador(a) de grau I. Em que medida as razões identificadas são compatíveis com os objetivos do desporto infantojuvenil (iniciação)?*
- *Comente a afirmação de Abel Salazar, transpondo-a para o contexto desportivo: “O médico que só sabe de medicina nem de medicina sabe.”*
- *Comente a afirmação: «A interdependência entre pedagogia e didática constitui um suporte indispensável às “boas práticas” no desporto juvenil».*
- *Justifique a afirmação: “Organizar o pensamento é essencial para organizar as práticas.”*
- *Identifique as características que definem o perfil adequado do treinador(a) de grau I enquanto treinador(a) de crianças e jovens.*



¹¹ Por exemplo: contribuir para a formação e desenvolvimento dos jovens; contribuir para o desenvolvimento da modalidade; ter sucesso para vir a prosseguir uma carreira profissional; receber reconhecimento público; ter hipóteses de treinar outros escalões; ocupar o tempo de forma útil e interessante, etc.

Índice

2.1	Os suportes básicos da intervenção pedagógica	19
2.1.1	Competência técnica	20
2.1.2	Organização das atividades	20
2.1.3	Definição de objetivos	21
2.1.4	Definição de regras de conduta	22
2.1.5	Ambientes adequados de prática	23
2.1.6	Comportamento reflexivo	24

- 
1. O(A) TREINADOR(A) DE GRAU I NO CONTEXTO DA PEDAGOGIA APLICADA AO DESPORTO
 2. A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA DO(A) TREINADOR(A) DE GRAU I
 3. OS PAIS NA PRÁTICA DESPORTIVA DAS CRIANÇAS E JOVENS





OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

1. Identificar os suportes básicos da intervenção pedagógica eficaz.
2. Identificar a relação de interdependência entre objetivos, regras e organização das atividades.
3. Identificar as condições essenciais ao fomento de ambientes adequados de prática.
4. Compreender a necessidade de desenvolver um comportamento reflexivo e identificar os meios para o fazer.

2. A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA DO(A) TREINADOR(A) DE GRAU I ¹²

2.1 Os suportes básicos da intervenção pedagógica

O(a) treinador(a) de grau I deve assumir-se como um facilitador do processo de formação e desenvolvimento dos praticantes sob a sua supervisão em que, transmitindo os “saberes desportivos,” desempenha diferentes tarefas que exigem o **domínio dos conteúdos a ministrar**, uma seleção criteriosa das **condições de prática** e a regulação do seu **tipo de intervenção**.

Neste plano, a intervenção do treinador(a) de grau I no processo de preparação implica administrar com critério os principais fatores que concorrem para o incremento da qualidade da sessão de treino: a forma como gere o tempo de treino, as situações específicas de aprendizagem que proporciona aos praticantes e o tipo de comunicação e relacionamento que com eles estabelece. Estas preocupações, que têm uma expressão operacional na didática de cada modalidade, assentam num reportório de seis fatores básicos: (1) Competência; (2) Organização das atividades; (3) Definição de objetivos; (4) Definição de regras de conduta; (5) Ambientes adequados de prática; (6) Comportamento reflexivo ¹³.

¹² A unidade temática *Pedagogia do Desporto*, fazendo parte da *Componente Geral da Formação do Treinador*, sobretudo no que respeita à natureza e características da intervenção pedagógica, e direcionando-se para todas as modalidades, procura tratar das questões que, suficientemente abrangentes, se aplicam a todas elas indistintamente.

¹³ A coerência da relação entre **organização das atividades – objetivos – regras** é determinante na regulação da dinâmica coletiva e individual de qualquer grupo humano.

¹⁴ Os praticantes, sobretudo as crianças e jovens, tendem para a "entropia comportamental" quando o responsável não manifesta consistência na organização e direção das tarefas do treino.

¹⁵ É importante ter a consciência de que a vertente da competência que primeiro é escrutinada pelos pais e praticantes é a do âmbito técnico.

2.1.1 COMPETÊNCIA

A intervenção pedagógica é, fundamentalmente, um exercício de persuasão e este depende, para ser eficaz, da competência evidenciada pelo(a) treinador(a) e reconhecida por praticantes e pais ¹⁴.

A competência do(a) treinador(a) assenta, em primeiro lugar, na sua vertente técnica que implica, para além do domínio das bases essenciais do treino desportivo, o domínio dos conteúdos específicos de uma modalidade. São estes dois fatores que potenciam as condições de eficácia da organização e condução de indivíduos e grupos (liderança e comunicação), o centro nevrálgico da intervenção pedagógica do(a) treinador(a) ¹⁵.

Demonstrar segurança na organização e sequência das situações de treino e na gestão dos conteúdos é essencial para ganhar o respeito dos praticantes e, nesta faixa etária, sobretudo dos respetivos pais, contribuindo para construir um **estatuto de autoridade** e, assim, reforçar a **capacidade de influenciar**, uns e outros, mais facilmente.

Evidenciar domínio dos conteúdos e das tarefas do treino assim como dar resposta adequada e coerente aos imprevistos depende, consideravelmente, de uma preparação prévia. Por isso, a **organização e planeamento da unidade de treino**, cujas particularidades têm, na didática, um espaço próprio de especificação, assumem um significativo valor pedagógico.

2.1.2 ORGANIZAÇÃO DAS ATIVIDADES

Sabemos que num contexto organizacional de baixa ou insuficiente estruturação aumenta, consideravelmente, a tendência para a emergência de comportamentos desviantes e para o desenvolvimento de climas de treino inadequados, com efeitos negativos na qualidade das práticas. Assim, atuar sobre as atitudes e comportamentos faz sentido essencialmente quando contribui para fomentar um clima de prática mais favorável.

Regular as atitudes e comportamentos é indispensável ao desenvolvimento de ambientes de prática mais favoráveis.



A necessidade de intervir excessivamente sobre atitudes e comportamentos prejudica o essencial do processo de treino desportivo: **o investimento no processo de ensino e aperfeiçoamento das competências corporais e motoras específicas de uma modalidade, consubstanciado, sobretudo, na instrução e na emissão de informação de retorno**. De resto, a necessidade referida sugere insuficiências na qualidade da intervenção do(a) treinador(a) provavelmente decorrentes da sua preparação.



Organizar as atividades da unidade de treino é um fator essencial para promover a qualidade das práticas e a qualidade da intervenção pedagógica do(a) treinador(a).

2.1.3 DEFINIÇÃO DE OBJETIVOS

A definição de objetivos, seja para a época desportiva, para as diferentes etapas da preparação ou para a unidade de treino constitui uma tarefa fundamental para que o treinador(a) dê coerência à sua atividade e faça, com oportunidade, as suas intervenções. Na etapa da iniciação desportiva, a formulação de objetivos deve decorrer, fundamentalmente, dos objetivos gerais da prática desportiva infantil e juvenil concretizados num **programa de ensino** que privilegie, prioritariamente, as seguintes vertentes:

- o equipamento técnico ou técnico-tático da modalidade;
- as capacidades motoras numa perspetiva de preparação geral e de suporte à aquisição do equipamento técnico ou técnico-tático;
- as atitudes em conformidade com as normas do espírito desportivo;
- os hábitos inerentes ao conceito **aprender a treinar**: organização e disciplina pessoais, gosto de aprender, paciência e persistência.



Durante o ciclo de atividades integradas na iniciação desportiva os objetivos deverão centrar-se, predominantemente, para além da formação das atitudes, sobre a aprendizagem e formação quer das técnicas básicas da modalidade quer das capacidades motoras¹⁶.

Neste sentido, impõe-se definir um projeto orientador, elencando a “matéria de ensino” considerada como adequada a esta etapa da preparação desportiva, distribuindo-a primeiro numa perspetiva plurianual e depois dentro de uma mesma época, tendo como referência as seguintes interrogações:

¹⁶ Relativamente às etapas do processo de preparação desportiva, às suas características e conteúdos, sugere-se uma pesquisa na Internet, sob a entrada LTAD (Long Term Athlete Development), que proporciona, sobre este tema, acesso a uma vasta gama de informação pertinente de países como o Canadá, a Austrália e o Reino Unido.



2.1.4 DEFINIÇÃO DE REGRAS DE CONDUTA

As **regras de conduta**, reguladoras da vida interna de um grupo de praticantes, em conjugação com a **definição de objetivos** e a **organização das atividades**, constituem um suporte indispensável à eficácia da intervenção do(a) treinador(a). Em qualquer grupo humano é fundamental que cada uma das partes que o constitui saiba os seus deveres e direitos, o que cada um dos seus elementos espera dos restantes ¹⁷.

¹⁷ É importante evitar “saturar” um grupo com regras, limitando-as ao essencial.

As regras permitem, assim, ao treinador, avaliar os comportamentos dos praticantes e os próprios, como adequados ou inadequados. As regras de conduta, para serem significativas e, portanto, mais eficazes, devem estar relacionadas com os objetivos, serem passíveis de cumprimento e serem alvo de informação e eventual debate com os praticantes e os pais. **Explicar o sentido e a relação das regras e dos objetivos** é determinante para, por compreensão, conseguir a adesão dos pais e praticantes.

Importa salientar que a relevância dada ao prazer de participar não é contrariada, antes pelo contrário, pela existência de um corpo de regras de conduta.



O prazer de participar na prática desportiva não advém tanto da atividade livre sem constrangimentos mas, sobretudo, do facto de alcançar objetivos individuais ou de grupo através de um esforço organizado e orientado.

A elaboração de um código de conduta levanta inevitavelmente um problema: o que fazer quando um praticante, de forma persistente, quebra alguma das regras instituídas? A resposta a esta questão leva-nos para a necessidade de construir um “código” de sanções associadas diretamente às regras de conduta. Assim, a **eficácia da operacionalização das regras e das sanções** depende da forma desejavelmente partilhada de as **definir** e do seu **prévio conhecimento** por parte de todos, do caráter significativo do seu **conteúdo** e da **clareza** da sua formulação.



2.1.5 AMBIENTES ADEQUADOS DE PRÁTICA

As características do ambiente em que decorrem o treino e a competição, sendo determinantes em qualquer escalão etário e etapa da preparação desportiva, assumem papel particularmente relevante no seu segmento infantojuvenil.



Se os treinadores e os praticantes realizam a sua atividade num envolvimento seguro e acolhedor, os primeiros têm maiores oportunidades e disposição para dar assistência ao desenvolvimento dos segundos e estes retiram mais benefícios das suas experiências desportivas, quer a curto quer a longo prazo.

O(a) treinador(a) assumirá inevitavelmente uma atitude incorreta e perturbadora da formação, da aprendizagem e do desenvolvimento dos praticantes sempre que, vendo estes como extensões de si próprio e fazendo da vitória uma questão de afirmação pessoal:

- pressione exageradamente e com regularidade os praticantes;
- assuma e sugira aos praticantes objetivos irrealistas;
- seja excessivamente crítico, hostil, pouco tolerante e paciente perante os erros e as dificuldades de aprendizagem;
- adote uma atitude parcial na medida em que dê mais atenção, compreensão e apoio aos mais aptos em prejuízo dos menos aptos que não “fazem” os resultados.

Intervenções com estas características promovem níveis elevados de ansiedade e frustração assim como um bloqueio da comunicação que, provocando desconforto e diminuindo a autoestima dos praticantes, promovem condições propícias à ocorrência de **hostilidade, individualismo e desresponsabilização**.

É ainda um contexto propício à emergência de resistência e oposição à intervenção do(a) treinador(a) e fonte de conflitos, tendo muitas vezes como consequência o abandono precoce da prática desportiva.

Estes desvios, que devem ser evitados, resultam fundamentalmente da **excessiva importância (sobrevalorização), atribuída à participação na competição** e correspondente acréscimo da **incerteza quanto ao resultado**. Tal advém da atitude perante a vitória e a derrota sendo aconselhável desenvolver nos treinadores, pais e praticantes uma perspetiva equilibrada destes importantes conceitos que assente fundamentalmente em dois pontos:

1. A vitória não é tudo nem a única coisa, podendo os praticantes retirar satisfação por participarem, por integrarem um grupo e por melhorarem as suas capacidades.¹⁸

¹⁸ Os motivos para a adesão e a permanência na prática desportiva expressos pelos praticantes não colocam nos primeiros lugares, por norma, fatores como o resultado/vitória e a competição.

2. Perder não constitui obrigatoriamente um fracasso visto que o sucesso também se relaciona com o esforço desenvolvido para realizar uma tarefa, com a perseguição empenhada de um objetivo e com a evidência de ter melhorado e progredido em algum dos aspetos da preparação.

Neste âmbito, impõe-se intervir na competição em função dos objetivos da preparação, conferindo à competição no desporto infantil e juvenil uma função de prolongamento da preparação e de **avaliação e verificação da aprendizagem**. Para isso deve o(a) treinador(a) subordinar a sua intervenção às seguintes orientações:

- centrar-se não tanto naquilo que foi mal feito (informação de retorno de impacto negativo) mas naquilo que há para fazer (informação de retorno de impacto positivo) relacionado, obviamente, com a preparação realizada focando, essencialmente, os conteúdos em aprendizagem;
- elogiar o esforço para além do resultado;
- distribuir a atenção de forma equitativa, independentemente das capacidades ou dos resultados desportivos obtidos.

2.1.6 COMPORTAMENTO REFLEXIVO

O **comportamento reflexivo**, conceito igualmente aplicável ao treinador(a) e aos praticantes, traduz-se no hábito de proceder regularmente à autoavaliação das suas práticas e do seu sistema de valores. **Esta competência é determinante para a sua evolução e, conseqüentemente, para o progresso do desporto em geral e de cada modalidade em particular.**



No binómio treinador-atleta, cabe ao primeiro a responsabilidade de dar o exemplo e de desenvolver o seu comportamento reflexivo, aquisição essencial para ser capaz de transmitir esse hábito aos praticantes.

O desenvolvimento e o exercício do comportamento reflexivo, do hábito de autoavaliação e de refletir sobre si próprio, carece de elementos objetivos, assumindo-se, neste plano, como instrumentos de apoio fundamentais o *Dossiê do Treinador*¹⁹ e o *Dossiê do Atleta*.

O *Dossiê do Treinador* deve prever e permitir o registo, de forma sistemática, relativamente a cada atleta, de aspetos diversos tais como:

- dados biográficos²⁰;
- dados antropométricos, principalmente a estatura e a sua evolução;
- registo do peso e sua evolução;
- registo da assiduidade e da pontualidade;
- registos estatísticos diversos relativos ao desempenho no treino e na competição;
- resultados dos testes técnicos e físicos;
- registos do desempenho académico do praticante;
- caracterização técnica e/ou técnico-tática de cada atleta (pontos fortes e pontos fracos).

Do ponto de vista pedagógico, os dados registados no *Dossiê do Treinador* são suporte à **definição de objetivos** e ao envolvimento dos praticantes na sua perseguição, ao **estabelecimento de comunicação com os atletas e os pais**, à **fundamentação de decisões** e à **avaliação da evolução** dos praticantes. Para além disso evidenciam o grau de organização do(a) treinador(a) e são, no âmbito da metodologia do treino, um **suporte** indispensável para a **“construção”** das sessões de treino.



Desenvolver o comportamento reflexivo é também uma necessidade do praticante e a sua promoção é assumidamente uma das atribuições do(a) treinador(a).

Responsabilidade, autonomia e capacidade de decisão são características que se apontam como indispensáveis aos praticantes de alto rendimento. Tais características constroem-se desde a etapa da iniciação, desenvolvendo nos praticantes o hábito de autoavaliação e de questionar, no sentido de melhor entender, as práticas que realizam.

¹⁹ O Dossiê do Treinador *acompanha, necessariamente, o Dossiê de Treino. Este congrega o conjunto dos planos de treino.*

²⁰ *No plano da comunicação este tipo de registo permite, entre outras coisas, não esquecer, atempadamente, o aniversário de cada atleta.*

O(a) treinador(a), para promover o comportamento reflexivo do praticante deve:

1.

Recorrer aos métodos de ensino de **questionamento** e de resolução de problemas que incentivam à reflexão sobre a prática, promovendo desta forma o envolvimento do praticante.

2.

Criar um **clima favorável** à manifestação de opinião de modo a detetar as percepções do praticante sobre si próprio, sobre a atividade e sobre a intervenção do(a) treinador(a) ²¹.

3.

Informar regularmente o praticante dos seus **progressos** e definir, com a sua participação e colaboração, **objetivos realistas**.

4.

Analisar com o praticante, em diferentes momentos da época, os seus **pontos fortes e fracos**.

²¹ *Conversas informais, entrevistas e questionários são os instrumentos adequados para operacionalizar este item.*

Constitui também um procedimento relevante, para desenvolver no praticante um comportamento reflexivo, incentivar o hábito de possuir e preencher regularmente, mantendo-o atualizado, o seu *Dossiê do Atleta*.

O *Dossiê do Atleta* constitui um instrumento para desenvolver a organização e a disciplina pessoais, o autoconhecimento e uma perspetiva realista de si próprio, e deverá incluir:

- horário semanal conjugando a atividade escolar, os compromissos familiares, o tempo dedicado ao treino e à competição da modalidade que pratica e o tempo livre/lazer;
- registo da assiduidade e pontualidade;
- registo da evolução da estatura e do peso;
- identificação periódica dos pontos fortes e pontos fracos;
- registos estatísticos relativos ao treino e à competição;
- registo da frequência cardíaca matinal;
- avaliação subjetiva do respeito pelas normas do espírito desportivo, do estado de treino, da intensidade das sessões e do grau/sinais de fadiga ²².

²² *O treinador(a) deve fornecer informação pertinente quanto aos procedimentos fundamentais para avaliar a altura, o peso, a frequência cardíaca e identificar os sinais de fadiga.*

O treinador(a) deve proceder, com regularidade, a uma **análise** do *dossiê* de cada atleta e aproveitar os elementos nele registados para estabelecer comunicação com os praticantes e, eventualmente, com os pais.



O *Dossiê do Treinador(a)* e o *Dossiê do Atleta* são instrumentos importantes no desenvolvimento do comportamento reflexivo e na intervenção pedagógica do(a) treinador(a).



Conclusões

- A intervenção pedagógica tem como suportes básicos e comuns a todas as modalidades seis fatores: competência, organização, definição de objetivos, definição de regras de conduta, ambientes adequados de prática e comportamento reflexivo.
- Os ambientes adequados de prática dependem da atitude do(a) treinador(a) perante a vitória e a derrota e da relação que estabelece entre os seus objetivos pessoais e os interesses dos praticantes.
- A definição de regras e sanções para serem significativas devem: contribuir para o alcance dos objetivos, serem construídas de forma tão partilhada quanto possível e evidenciarem clareza na sua formulação.
- O comportamento reflexivo constitui uma competência essencial necessária ao progresso de treinadores e atletas.
- O *Dossiê do Treinador* e o *Dossiê do Atleta* são instrumentos de suporte indispensáveis à intervenção pedagógica eficaz do(a) treinador(a).





Autoavaliação

- *Indique os suportes básicos da intervenção pedagógica eficaz.*
- *Identifique as características essenciais que configuram o conceito: "Ambientes adequados de prática."*
- *Defina comportamento reflexivo e identifique os principais meios para fomentar o seu desenvolvimento no(a) treinador(a) e nos praticantes.*
- *Qual é o principal objetivo de regular as atitudes e comportamentos dos praticantes?*
- *Considere o Dossiê do Treinador(a).*
 - a) *Indique os principais tipos de registo que o Dossiê do Treinador(a) deve contemplar.*
 - b) *Elabore, para cada um deles, um projeto de ficha de registo e submeta-a à apreciação do formador dos cursos de grau 1 ou ao tutor da formação em exercício.*
 - c) *Qual é a utilização que, com intencionalidade pedagógica, o treinador(a) pode fazer desses registos?*
- *Considere o Dossiê do Atleta.*
 - a) *Indique os principais tipos de registo que o Dossiê do Atleta deve contemplar (a fim de, quando for oportuno, os sugerir aos seus praticantes).*
 - b) *Qual é a utilização que, com intencionalidade pedagógica, podem o(a) treinador(a) e o praticante fazer desses registos?*



Índice

- 3.1 O importante papel dos pais 30
- 3.2 O(a) treinador(a) de grau I: estratégias básicas para lidar com os pais 31

- 1. O(A) TREINADOR(A) DE GRAU I NO CONTEXTO DA PEDAGOGIA APLICADA AO DESPORTO
- 2. A INTERVENÇÃO PEDAGÓGICA DO(A) TREINADOR(A) DE GRAU I
- 3. OS PAIS NA PRÁTICA DESPORTIVA DAS CRIANÇAS E JOVENS





OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

1. Identificar a relevância das relações triangulares entre o(a) treinador(a), os praticantes e os pais no desporto juvenil.
 2. Identificar o papel fundamental do(a) treinador(a) na regulação do comportamento dos pais.
 3. Descrever as estratégias elementares para exercer uma ação pedagógica consequente sobre os pais.
-

3. OS PAIS NA PRÁTICA DESPORTIVA DAS CRIANÇAS E JOVENS

3.1 O importante papel dos pais

Na prática desportiva infantojuvenil estabelecem-se, inevitável e permanentemente, inter-relações entre treinador(a), atletas e pais. Mas mais do que inevitável, estas são desejáveis. Em primeiro lugar, porque as crianças necessitam de receber dos adultos aprovação, estima e atenção. Por isso esforçam-se por lhes agradar, em particular aos pais, desejando que partilhem da sua satisfação e experiências e lhes dêem o seu apoio.

Em segundo lugar, os pais fornecem apoios indispensáveis servindo, quando necessário, de árbitros e marcadores, proporcionando recursos diversos e fazendo a função de condutor dos filhos e dos seus amigos, garantindo a sua presença nos treinos e competições.



Todavia os pais, com alguma frequência, assumem atitudes e manifestam comportamentos incorretos, resultantes do facto de definirem o seu valor próprio através do que consideram ser o sucesso ou insucesso dos filhos, sendo com eles “vencedores” ou “vencidos.” Podem querer tanto que estes participem, sejam estrelas, sejam extensões do seu passado atlético, sejam meio de alcançar a sua própria afirmação pessoal que, muitas vezes, mesmo inconscientemente, veiculam com mensagens diretas ou subtis, normalmente de forma inadequada e perturbadora, essas suas expetativas.



Preconizar o afastamento dos pais como forma de limitar os efeitos dos seus desvios comportamentais, constitui uma perspetiva incorreta sobre o verdadeiro significado do desporto para as crianças e jovens.

3.2 O(A) TREINADOR(A) DE GRAU I: Estratégias básicas para lidar com os pais

Cabe principalmente ao(à) treinador(a) garantir a indispensável harmonia destas relações triangulares (que influenciam o clima dos treinos e das competições), exercendo também sobre os pais uma ação pedagógica.

Ao(à) treinador(a) cabe a obrigação de tentar minimizar os efeitos negativos da intervenção dos pais e eliminar, tanto quanto possível, as roturas de comunicação, a qual deve ser, desejavelmente, suficientemente aberta entre todas as partes envolvidas.

Assim, o(a) treinador(a) para contrariar o empenho emocional e negativo dos pais deverá:

- 1.** não ser ele próprio o fomentador de comportamentos inadequados, como infelizmente muitas vezes se observa, mesmo com crianças na etapa da iniciação.
O exemplo é um potente instrumento para regular os comportamentos inapropriados dos pais.
- 2.** atuar junto dos praticantes fazendo uma abordagem positiva da sua participação nos desportos, encorajando e recompensando, a par do resultado, o esforço e os pequenos êxitos alcançados.
O grau de satisfação obtido e manifestado pelos praticantes pode influenciar positivamente o comportamento dos pais.



Estes dois procedimentos, constituindo uma vertente indireta de intervenção sobre os pais, poderão facilitar a abordagem dos mesmos pelo treinador.

No sentido de uma intervenção direta junto dos pais, o treinador(a) deverá:

1. sempre que encontrar oportunidade, falar calmamente com os pais e tentar apontar os aspetos que tornam o seu comportamento benéfico para os seus filhos;
2. tentar, tanto quanto possível, envolver os pais, solicitando ajuda em algumas tarefas de apoio ao treino e à competição, nomeadamente na organização das deslocações e dos convívios da equipa;
3. evidenciar interesse em ajudar os pais que estão interessados em adquirir conhecimentos sobre a modalidade e o desporto em geral, disponibilizando-se para responder a perguntas, preparando pequenas informações escritas ou remetendo-os para publicações adequadas;
4. organizar com alguma regularidade reuniões com os pais explicitando os seus objetivos e os da instituição, explicando ou relembando as regras de funcionamento, esclarecendo eventuais dúvidas, recebendo sugestões dos pais, identificando a perceção dos pais quanto ao desenvolvimento da atividade dos filhos e identificando as suas expectativas; Para as reuniões formais calendarizadas é aconselhável convidar os pais pessoalmente, telefonando ou enviando-lhes uma curta nota informando-os do dia, local, hora e objetivos da reunião;
5. promover algumas ações de formação abordando a problemática do treino de crianças e jovens.

Em todas as iniciativas e oportunidades, o(a) treinador(a) deve tentar fazer com que os pais compreendam que:

- não é tragédia perder uma competição, cometer erros ou ter um desempenho medíocre;
- pressão excessiva pode prejudicar o potencial do desporto para a formação e desenvolvimento dos filhos;
- devem aceitar com naturalidade ver o seu filho ser “ultrapassado” pelos filhos dos amigos mas, apesar disso, responder de uma forma positiva aos modestos progressos conseguidos no âmbito da sua habilidade;
- devem evitar ser negativamente críticos para os seus filhos, diminuindo a sua autoestima;
- devem evitar desenvolver perspetivas irrealistas sobre os filhos.



Conclusões

- As relações triangulares treinador(a), praticantes e pais condicionam o clima do treino e da competição no desporto juvenil.
- Os pais constituem, com muita frequência, um fator perturbador do clima no treino e na competição no desporto juvenil.
- O(a) treinador(a) não pode eximir-se, face à importância que os pais assumem no desporto juvenil, a exercer sobre estes uma ação pedagógica, formativa e educativa.
- O(a) treinador(a) para ser bem sucedido na intervenção pedagógica com os pais deve dar o exemplo, regulando o seu próprio comportamento, e utilizar estratégias passíveis de os sensibilizar e influenciar favoravelmente.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Adelino, J., Coelho, O., Vieira, J. (2000). *Treino de Jovens: O que todos precisam de saber!*. Lisboa, Centro de Estudos e Formação Desportiva

Balyi, Y. (2005). *Desenvolvimento do praticante a longo prazo-treinabilidade na infância e na adolescência*. In Atas do Seminário Internacional Treino de Jovens "Novas práticas, melhor organização, outra atitude". Lisboa: Instituto do Desporto de Portugal, pp. 71-96.

Cordovil, J. (2005). *O treinador de jovens*. In Atas do Seminário Internacional Treino de Jovens "Novas práticas, melhor organização, outra atitude". Lisboa: Instituto do Desporto de Portugal, pp. 109-120

Candeias, J. A., (2004). *Prática Desportiva – Instrumento de educação. Pressupostos que tornam a prática desportiva educativa – Uma opinião*. In Educação pelo Desporto. Realidade ou utopia. IDP, pp. 43 a 51

Duffy, P. (2005). *A relação com os pais - desafios e oportunidades*. In Atas do Seminário Internacional Treino de Jovens "Novas práticas, melhor organização, outra atitude". Lisboa: Instituto do Desporto de Portugal, pp. 139-153

Gonçalves, C. A. (2004). *O papel dos treinadores na educação para os valores no âmbito do desporto infantojuvenil*. In Atas do Seminário Internacional Treino de Jovens "Num desporto com valores, preparar o futuro". Lisboa: Instituto do Desporto de Portugal, pp. 23 a 34

Gonçalves, C. E. (2006). *A educação moral na formação do atleta*. Revista Horizonte, 21, 123, 29-35

Lima, T. (2001). *Com que então quer ser treinador?* Lisboa, Centro de Estudos e Formação Desportiva

Lima, T. (2000). *Saber Treinar, Aprende-se!* Lisboa, Centro de Estudos e Formação Desportiva

Marques, A., (2004). *O Desporto como modelo educativo. Uma pedagogia do esforço, uma cultura da exigência*. In Educação pelo Desporto. Realidade ou utopia. IDP, pp. 7 a 16

Mesquita, I. (1997). *Pedagogia do Treino. A formação em jogos desportivos coletivos*. Lisboa: Livros Horizonte

Raposo, A.V. (2001). *Gostava de Treinar. O Que Tenho de Fazer?* Lisboa. Editorial Caminho

Autoavaliação

▪ LEIA O TEXTO SEGUINTE:

O Tiago chegou a casa muito satisfeito depois do jogo de basquetebol que realizou com a sua equipa. Tinha marcado 16 pontos e feito um passe espetacular no final do jogo. A sua equipa tinha perdido 50-48.

“Ganhaste?” perguntou a mãe.

“Não, mas marquei 16 pontos”, respondeu o Tiago.

“Perderam com o Estrelas? Mas eles não estavam em último lugar?”

“E fiz um grande passe no final do jogo. Deviam ter visto”, continuou o Tiago.

“Foi muito mau terem perdido. Espero que façam melhor no próximo jogo.”

O Tiago já não estava feliz. Sim, o Estrelas estava em último lugar. Como é que a sua equipa perdeu com um adversário mais fraco?

Na semana seguinte, depois de novo jogo, Tiago chegou a casa mas não vinha feliz, apesar de ter marcado 18 pontos desta vez.

A mãe voltou a perguntar: **“Ganhaste?”**

“Não, perdemos”, respondeu o Tiago.

“Que pena”, disse a mãe. **“Mas pelo menos marcaste outra vez muitos pontos?”**

“O que é que isso importa?”, respondeu Tiago. **“Perdemos!”**

Comente o texto apresentado e sugira algumas das pergunta que, com pertinência, os pais devem fazer aos filhos depois de uma competição.

- *Justifique a afirmação: “Preconizar o afastamento dos pais como forma de limitar os efeitos dos seus desvios comportamentais constitui uma perspectiva incorreta sobre o verdadeiro significado do desporto para as crianças e jovens.”*
- *Descreva os principais passos de uma estratégia para exercer uma ação pedagógica de regulação dos excessos comportamentais dos pais.*



GLOSSÁRIO

A

AMBIENTES ADEQUADOS DE PRÁTICA

Também designado por clima da sessão de treino, consiste na conjugação equilibrada de entusiasmo e empenhamento com a qualidade das práticas/desempenho das tarefas. Exige que o(a) treinador(a) promova um ambiente positivo.

C

COMPORTAMENTO REFLEXIVO

Corresponde ao hábito de o(a) treinador(a) proceder regularmente a uma autoavaliação das suas práticas e do seu sistema de valores. É condição determinante do seu progresso.

F

FILOSOFIA DO(A) TREINADOR(A)

Consiste no conjunto de crenças e

perspetivas que um(a) treinador(a) ou um grupo de treinadores evidenciam relativamente ao desporto em geral e ao desporto juvenil em particular. Corresponde aos conceitos *pensamento do treinador(a)* e *representação social do desporto*.

FORMAÇÃO DESPORTIVA

Processo que diz respeito à formação global dos atletas e que, numa perspetiva de longo prazo, considera a formação e desenvolvimento das habilidades técnicas e táticas, das capacidades motoras e das atitudes.

H

HABILIDADES TÉCNICAS ABERTAS (*open skills*)

São habilidades técnicas próprias de modalidades que decorrem em contextos imprevisíveis/instáveis e exigem grande adaptação do praticante para responder às situações emergentes.

HABILIDADES TÉCNICAS FECHADAS (*closed skills*)

São habilidades técnicas que se realizam em contextos relativamente estáveis e previsíveis que não colocam ao praticante constrangimentos significativos.

INICIAÇÃO DESPORTIVA

Primeira etapa do processo de formação desportiva, entre os 6 e os 12 anos, visando desenvolver o gosto pelo desporto e proporcionar uma abordagem diversificada da prática desportiva que contribua para o desenvolvimento global e a educação integral dos praticantes.

INFORMAÇÃO DE RETORNO

Decorre da reação do(a) treinador(a) ao desempenho do praticante na realização de uma ação/tarefa, disponibilizando informação que contribua para a sua melhoria. Também designado, neste caso, por *feedback* pedagógico ou extrínseco.

M

MODELO DE PREPARAÇÃO

Consiste na estrutura e conteúdos dominantes selecionados para integrar cada unidade de treino. As opções metodológicas evidenciam o pensamento do(a) treinador(a), nomeadamente quanto aos seus objetivos: se a curto ou a longo prazo, se privilegiando o resultado ou a evolução/progresso dos praticantes.

MODELO DE COMPETIÇÃO

Diz respeito à forma como as competições estão organizadas nas suas dimensões temporais e territoriais (local, regional, nacional) e ao seu grau de compatibilidade com os grandes objetivos do desporto infantojuvenil.

O

ORIENTAÇÃO DESPORTIVA

Segunda etapa do processo de formação desportiva em que os praticantes, entre os 11/12 e os 15/16 anos, optam, preferencialmente, por determinada(s) modalidade(s) para as quais evidenciam capacidade e particular interesse.

Q

QUESTIONAMENTO

O questionamento, enquanto método de ensino que se caracteriza pelo seu caráter interrogativo e por convidar à resolução de problemas, fomenta o raciocínio, a compreensão das tarefas e o envolvimento do praticante na sua própria aprendizagem. Promove ainda o reforço da comunicação entre treinador(a) e praticante.



FICHA TÉCNICA

PLANO NACIONAL DE FORMAÇÃO DE TREINADORES
MANUAIS DE FORMAÇÃO - GRAU I

EDIÇÃO

INSTITUTO PORTUGUÊS DO DESPORTO E JUVENTUDE, I.P.
Rua Rodrigo da Fonseca nº55
1250-190 Lisboa
E-mail: geral@ipdj.pt

AUTORES

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE DESPORTO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

O DESPORTO PARA PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

HUGO LOURO

OBSERVAÇÃO E ANÁLISE DAS HABILIDADES DESPORTIVAS

JOÃO BARREIROS

DESENVOLVIMENTO MOTOR E APRENDIZAGEM

JOSÉ RODRIGUES

OBSERVAÇÃO E ANÁLISE DAS HABILIDADES DESPORTIVAS

LUÍS HORTA

FUNIONAMENTO DO CORPO HUMANO, NUTRIÇÃO E PRIMEIROS SOCORROS

LUTA CONTRA A DOPAGEM

LUÍS RAMA

TEORIA E METODOLOGIA DO TREINO - MODALIDADES INDIVIDUAIS

OLÍMPIO COELHO

DIDÁTICA DO DESPORTO

PEDAGOGIA DO DESPORTO

PAULO CUNHA

TEORIA E METODOLOGIA DO TREINO - MODALIDADES COLETIVAS

RAÚL PACHECO

FUNIONAMENTO DO CORPO HUMANO, NUTRIÇÃO E PRIMEIROS SOCORROS

SIDÓNIO SERPA

PSICOLOGIA DO DESPORTO

COORDENAÇÃO DA PRODUÇÃO DE CONTEÚDOS

António Vasconcelos Raposo

COORDENAÇÃO DA EDIÇÃO

DFQ - Departamento de Formação e Qualificação

DESIGN E PAGINAÇÃO

BrunoBate-DesignStudio

© IPDJ - 2016

