

## PERCEÇÃO DA IMPORTÂNCIA ATRIBUÍDA PELOS TREINADORES AOS ITENS DO EXERCÍCIO NA PREPARAÇÃO DESPORTIVA A LONGO PRAZO DOS JOGADORES DE BASQUETEBOL.

Leite, N., Vaz, L., Maças, V. & Sampaio, J.

Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), Portugal; email:nleite@utad.pt

### INTRODUÇÃO

A discussão em torno da eficácia de diferentes modelos de ensino em treino tem proliferado entre investigadores (Keh & Yu, 2007). De fato, considerando a evolução do ritmo do jogo de basquetebol (Leite et al., 2007), são exigidos aos jogadores que possuam um repertório largo de aspectos técnicos e táticos. Estas exigências, reforçam a polivalência dos jogadores, para a habilidade de resolver rapidamente os problemas das situações do jogo. Trabalhos de revisão (Cushion, 2002) e experimentais sobre este tópico (Bogdanis et al., 2007) sugerem diferenças metodológicas severas entre treinadores na definição e aplicação de exercícios. O objectivo deste trabalho consistiu em avaliar a importância atribuída pelos treinadores de basquetebol aos itens dos exercícios ao longo do desenvolvimento dos jogadores de basquetebol.

### MÉTODO

Os dados foram recolhidos através de um questionário previamente validado por especialistas e aplicados a treinadores de basquetebol (n=185). Foram utilizados onze itens relacionados com os exercícios: oposição, competição, repetição, velocidade de execução, técnica de execução, duração, timing, tomada de decisão, espaço, jogo e componente lúdica. A amostra foi dividida em função do sexo e das etapas de desenvolvimento a longo prazo: Iniciação (entre 6 e 10 anos de idade, n=27), orientação (11 a 14 anos, masculino, n=34 e feminino, n=18), especialização (15 a 18 anos, masculino, n=39 e feminino, n=29), e alto-rendimento (19 anos ou mais, masculino, n=18 e feminino, n=20). Para o efeito utilizamos uma escala de likert até 5 pontos e analisamos os dados com recurso a ANOVA e comparações múltiplas com recurso a Tukey teste de HSD. O nível de significância estatística foi fixado em 5%. Foram também calculados correspondentes tamanhos do efeito.

### RESULTADOS E DISCUSSÃO

Não foram identificadas diferenças estatisticamente significativas na oposição, competição, repetição, velocidade de execução, técnica de execução, timing, espaço e jogo.

Por outro lado, foram identificadas diferenças significativas na importância atribuída pelos treinadores de jogadores do sexo masculino à duração dos exercícios. Os treinadores que intervêm no alto-rendimento reforçaram a importância da duração dos exercícios. Estes resultados poderão estar relacionados com a experiência dos treinadores, favorecendo a capacidade de seleccionar exercícios que permitam desenvolver simultaneamente todos os factores de treino (técnicos, táticos, físicos e psicológicos). Paralelamente, foram identificadas diferenças significativas na importância atribuída pelos treinadores de jogadores do sexo masculino à tomada de decisão, sugerindo que este aspecto poderá ser determinante em etapas mais avançadas da preparação desportiva, i.e., após os 19 anos de idade. Estes resultados parecem reforçar a importância de antecipar este tipo de estímulos no treino, incrementando as situações que envolvam a tomada de decisão nos exercícios do treino, aumentando as experiências dos jogadores e contribuindo para desenvolver a habilidade para superar os adversários. Finalmente, foram identificadas diferenças significativas na importância atribuída pelos treinadores de ambos os sexos à componente lúdica. Estes resultados sugerem que os treinadores envolvidos nas etapas iniciais da preparação desportiva atribuem elevada importância a este aspecto. Contudo, em etapas mais avançadas, a importância atribuída a este aspecto diminui significativamente.

### CONCLUSÕES

Este tipo de avaliação permitiu conhecer melhor a importância atribuída pelos treinadores de basquetebol aos itens dos exercícios ao longo do desenvolvimento dos jogadores de basquetebol. A duração dos exercícios, tomada de decisão e componente lúdica surgiram como os factores com poder discriminatório entre os treinadores em função das etapas de preparação desportiva.

### REFERÊNCIAS

- Bogdanis, G., Ziagos, V., Anastasiadis, M. et al. (2007). Effects of two different short-term training programs on the physical and technical abilities of adolescent basketball players. *Journal of Science and Medicine in Sport* 10(2):79-88.
- Cushion, C. (2002). Re-thinking teaching and coaching games. *The new P.E. & Sports dimension*. Department of Sport Sciences, Brunel University. United Kingdom.
- Keh, N. & Yu, S. (2007). Effectiveness of the teaching games for understanding approach on Korfbal learning. *Research Quarterly for Exercise and Sport* 78:63.
- Leite, N., Sampaio, J., Abrantes, C. et al. (2007). Physical and technical components in boys' under-16 basketball by game quarter. *Iberian Congress on Basketball Research* 4:133-136.