Do Talento ao Alto Rendimento:

A visão de treinadores, jogadores e coordenadores sobre os fatores relevantes no desenvolvimento de um jogador de Basquetebol

Dissertação apresentada com vista à obtenção do 2º Ciclo (grau de Mestre) em Treino de Alto Rendimento Desportivo ao abrigo do Decreto-Lei nº74/2006, de 24 de Março

Orientador: Prof. Doutor Fernando Tavares
Co-Orientador: Mestre Américo Santos

Luís Pedro Pereira Gonçalves
Porto, 2013
Ficha de catalogação


PALAVRAS-CHAVE: BASQUETEBOL, TALENTO, ALTO RENDIMENTO, FATORES DE PERFORMANCE, EXCELÊNCIA
Agradecimentos

• Ao Prof. Doutor Fernando Tavares, por toda a orientação, aconselhamento e boa disposição.

• Ao Américo por toda a amizade, preciosa ajuda e, acima de tudo, pelos ensinamentos e oportunidades de aprendizagem proporcionadas no ofício de ser treinador.

• A todos os treinadores, atletas e coordenadores pela disponibilidade e tempo despendido na tarefa de responder à entrevista.

• À Adriana pela força, paciência e toda a ajuda prestada… por tudo!

• Ao meu irmão, Francisco, pela ajuda na revisão e elaboração deste trabalho.

• Aos meus Pais, por terem feito de mim aquilo que sou: um espelho da sua capacidade de trabalho, dos seus valores e ideais. Sem vocês, sem o vosso apoio, nunca teria concretizado este objetivo nem dado todos os pequenos passos que fui dando ao longo da minha vida.
Índice Geral

Agradecimentos .................................................................................................. III
Índice Geral ......................................................................................................... IV
Índice de Figuras ................................................................................................ VI
Índice de Tabelas ................................................................................................ VII
Índice de Anexos ................................................................................................ VIII
Resumo .............................................................................................................. IX
Abstract ........................................................................................................... X

1. Introdução ...................................................................................................... 1
   1.1. Apresentação do problema ................................................................. 1
   1.2. Objetivos do estudo ........................................................................... 2
   1.3. Estrutura da Dissertação .................................................................. 3

2. Revisão da Literatura ................................................................................... 5
   2.1. O Basquetebol de Alto Rendimento .................................................. 5
   2.2. Alto Rendimento ................................................................................ 10
       2.2.1. A visão naturalista ................................................................. 11
       2.2.2. A visão ambientalista e o processo de treino ......................... 12
       2.2.3. Outros fatores ambientais .................................................... 13
       2.2.4. Fatores de desenvolvimento da performance ......................... 13
           2.2.4.1. Fatores primários ......................................................... 14
           2.2.4.2. Fatores secundários/socioculturais ............................ 17
       2.2.5. O Percurso até ao Alto Rendimento ...................................... 21
   2.3. Talento ................................................................................................ 24
       2.3.1. Identificação e seleção de talentos ......................................... 25
       2.3.2. Desenvolvimento de talentos .............................................. 29
   2.4. Definição de Treinador Expert .......................................................... 31
       2.4.1. O Treinador de Alto Rendimento em Portugal ..................... 33
Índices

3. Metodologia ........................................................................................................... 37
   3.1. A investigação ....................................................................................................... 37
   3.2. Amostra ............................................................................................................... 38
   3.3. Variáveis .............................................................................................................. 40
       3.3.1. Codificação .................................................................................................... 41
4. Apresentação e Discussão dos Resultados ............................................................... 43
   4.1. Resultados ............................................................................................................ 43
       4.1.1. Treinadores de Séniores (TS) ................................................................. 44
       4.1.2. Treinadores de Formação (TF) ................................................................. 44
       4.1.3. Jogadores ..................................................................................................... 45
       4.1.4. Coordenadores (C) ..................................................................................... 46
   4.2. Fatores relevantes no desenvolvimento de um jogador ............................... 47
       4.2.1. Ambientais (AMB) ................................................................................... 47
       4.2.2. Psicológicos (PSI) ..................................................................................... 51
       4.2.3. Técnicos (TÉC) .......................................................................................... 53
       4.2.4. Táticos (TÁT) ............................................................................................. 55
       4.2.5. Físicos (QFI) ............................................................................................... 56
       4.2.6. Antropométricos (ANT) .............................................................................. 58
5. Conclusões ............................................................................................................. 59
6. Implicações ............................................................................................................. 63
   6.1. Deteção de talentos ......................................................................................... 63
   6.2. Processo de treino ............................................................................................ 63
7. Bibliografia ............................................................................................................. 65
8. Anexos .................................................................................................................... XI
Índice de Figuras

Figura 1 - Critérios de avaliação da qualidade de jogadores de basquetebol de elite (Adaptado de Trninic et al. 1999) ................................................. 6


Figura 4 – Identificação e desenvolvimento de talentos. (Adaptado de Williams e Rilley, 2000) ......................................................................................... 25

Figura 5 – Três perfis de jogadores com aptidões definidas que se adaptam de forma diferente ao longo do tempo. (Adaptado de Irúrta e Iglesias) ................................................................................................................. 29

Figura 6 – Modelo do processo de treino para treinadores experts. (Adaptado de Côté et al.,1995; e Ramírez ,2002) ......................................................... 32
Índice de Tabelas

Tabela 1 – Fatores físicos considerados essenciais no Basquetebol de Alto Rendimento (Adaptado de McCormick, 2008) ................................................................. 8
Tabela 2 – Fases da evolução da prática. (Sanchéz, 2002) ........................................... 23
Tabela 3 – Função dos diferentes graus de qualificação do treinador de desporto. (Adaptado de www.idesporto.pt) ................................................................. 34
Tabela 4 – Requisitos dos Treinadores de Séniores .................................................. 38
Tabela 5 – Requisitos dos Treinadores de Formação ............................................. 39
Tabela 6 – Requisitos dos Jogadores ....................................................................... 39
Tabela 7 – Requisitos dos Coordenadores ............................................................... 40
Tabela 8 – Codificação das variáveis e sua descrição (Adaptado de Ibañez, 2004) ......................................................................................................................... 42
Tabela 9 – Resultados gerais do estudo. Análise da frequência com que cada variável foi mencionada, através dos seus fatores ........................................ 43
Tabela 10 – Análise da frequência dos fatores de desenvolvimento mais referenciados na categoria de Treinadores de Séniores ........................................... 44
Tabela 11 – Análise da frequência dos fatores de desenvolvimento mais referenciados na categoria de Treinadores de Formação ........................................ 45
Tabela 12 – Análise da frequência dos fatores de desenvolvimento mais referenciados na categoria de Jogadores ................................................................. 45
Tabela 13 – Análise da frequência dos fatores de desenvolvimento mais referenciados na categoria de Coordenadores ......................................................... 46
Tabela 14 – Fatores mais mencionados na variável do ambiente ............................. 48
Tabela 15 - Fatores mais mencionados na variável dos fatores psicológicos .. 52
Tabela 16 - Fatores mais mencionados na variável dos fatores técnicos ...... 54
Tabela 17 - Fatores mais mencionados na variável dos fatores táticos ............ 55
Tabela 18 - Fatores mais mencionados na variável das qualidades físicas ...... 57
Tabela 19 - Fatores mais mencionados na variável dos fatores antropométricos ................................................................................................................................. 59
Índice de Anexos

Anexo 1- Modelo da Entrevista................................................................. XI
Resumo

A presente dissertação tem como objetivo apresentar o conjunto de fatores considerados como essenciais no percurso de um jovem atleta, desde as etapas iniciais da prática desportiva até ao Alto Rendimento.

A complexidade da interações entre os fatores ambientais, psicológicos, técnicos, táticos, antropométricos e qualidades físicas impossibilita a missão de encontrar um único fator como sendo o mais preponderante na longa caminhada que o jovem atleta tem pela frente.

Recorremos, como metodologia de estudo, à entrevista profunda e semiestruturada. Pretendeu-se analisar, através desta metodologia, os diferentes aspetos influentes no desenvolvimento de um jogador de Basquetebol, sob a ótica de diferentes agentes da modalidade: 7 treinadores do escalão sénior, 7 treinadores de formação, 4 jogadores e 4 coordenadores.

As principais conclusões apontam para a influência decisiva dos fatores ambientais, com destaque para a família e o treinador, tanto como promotores do início da prática, como pela manutenção da mesma. Os fatores psicológicos também assumem um papel de destaque na temática, com especial relevo para a capacidade e ética de trabalho e capacidade de superação do atleta. Os fatores técnicos, táticos e físicos aparecem como uma mais-valia para o jovem atleta durante as etapas da sua formação e a sua importância segue a ordem pela qual foram apresentados. Destacamos, no entanto, que a prioridade para os agentes auscultados, deve ser o ensino da técnica, articulada com a tática.

Concluímos, portanto, que o processo de treino deve ser desafiante e constantemente ajustado às necessidades dos atletas, criando estímulos que permitam ao jovem atleta desenvolver capacidades de leitura, de compreensão do jogo e de tomada de decisão. Para os programas de detecção e seleção de talentos, este estudo apresenta a desmistificação das características antropométricas como fator primordial e inclusive excludente do Alto Rendimento. O contexto onde o atleta se insere, a vertente psicológica e de conhecimento do jogo devem ser considerados fatores de maior relevância.

PALAVRAS-CHAVE: BASQUETEBOL, TALENTO, ALTO RENDIMENTO, FATORES DE PERFORMANCE, EXCELÊNCIA.
Abstract

The main goal of this study is to present a set of factors considered relevant in a young player’s route to high performance, since the early stages of practice (athlete’s formation) until high competition levels.

The complexity of the interaction between the environmental, psychological, technical, tactical and physical attributes and capabilities makes impossible to determine one factor only, as the most preponderant on the long pathway that a young player has ahead.

The methodology used in this study was an in-depth and semi-structured interview. It was intended to analyze, through this methodology, all the aspects that have some kind of influence on the development of a young Basketball player, under the optic of the different sports agents: 14 coaches (7 of men’s level and 7 of youth level), 4 players and 4 club coordinators.

The main conclusions led us to the decisive influence of the environmental factors, emphasizing family and coaches’ influence, both as promoters of the beginning of the activity and as the maintenance in it. Psychological factors also assume a great role on this issue, especially by the athlete’s work ethic and capacity and overcoming capacity. Technical, tactical and physical factors appear as an asset for the young athlete and their importance follows the order in which they were presented. We emphasize, however, that the priority to the heard agents should be teaching the technique, combined by the tactic.

Therefore, we conclude that the training process should be defying and constantly be adjusted to the athlete’s needs, creating stimulus that allow the young player to develop strategies to read and understand of the game, as well as decision making processes. Regarding the talent selection programs, this study presents the demystification of the physical attributes as a primordial and excluding factors to High Performance. The context where the athlete is inserted, as well as the psychological aspects and knowledge of the game must be considered the most relevant factors.

KEY-WORDS: BASKETBALL, TALENT, HIGH PERFORMANCE, PERFORMANCE FACTORS, EXCELLENCE.
1. Introdução

1.1. Apresentação do problema

O fenómeno do Desporto de Alto Rendimento é único e a capacidade que os resultados desportivos de uma seleção nacional, equipa ou atleta têm de unir um país revela-se ímpar.

A busca pela transcendência humana tem atraído cada vez mais seguidores, que desejam alcançar a excelência e fazer parte do restrito lote de seres que se imortalizou na história do desporto e da humanidade. Os seus feitos são recordados durante décadas e são elementos motivadores da elevação da cultura desportiva no seu país ou cidade.


Os resultados desportivos são, muitas vezes, motivo de orgulho para um povo, especialmente quando problemas de cariz socioeconómico assombram o seu quotidiano. A necessidade de saciar a sede de vitória de um país, motiva a ambição e o desejo de criar atletas capazes de singrar ao mais Alto Nível.

A investigação científica tem procurado encontrar, nos mais diversos domínios, respostas, que permitam aperfeiçoar o processo de desenvolvimento de jovens atletas, com o objetivo último de tornar esse processo mais eficaz, eficiente e rentável.

No entanto, o longo processo até ao Alto Rendimento, não é de todo simples. Pelo contrário, a caminhada revela-se sinuosa e plena de obstáculos e pequenas batalhas, que só os mais aptos e predispostos conseguem ultrapassar e vencer.
Introdução

Verifica-se que as competências necessárias para singrar no desporto de alta competição são cada vez mais elevadas. Esse facto acarreta diferentes responsabilidades aos intervenientes da modalidade, existindo uma maior exigência e ênfase nas etapas iniciais do processo de formação dos jovens atletas, já que se acredita que elas são a base de todo o processo de desenvolvimento de um jogador.

1.2. Objetivos do estudo

Propom-nos, com o presente estudo, investigar o fenómeno complexo que é o Desporto de Alto Rendimento, incidindo sobretudo no processo de formação e desenvolvimento que permite aos atletas atingir tal patamar. Estudar o processo de formação e os diferentes fatores que interagem e influenciam o desenvolvimento de um atleta tem-se revelado como um dos principais objetivos dos investigadores no campo da excelência desportiva.

Não descurando os fatores socioculturais, como o local de nascimento e a cultura desportiva de um país, que podem limitar o nível de sucesso a atingir num determinado desporto, importa realçar que o fenómeno desportivo engloba um sem número de interações entre os seus diferentes componentes. Desde as capacidades físicas às psicológicas, passando pelas cognitivas, os investigadores têm-se empenhado na procura de fatores indicadores da performance. No entanto, a complexidade dessas interações tem-se revelado um obstáculo difícil de contornar, deixando a pergunta “Qual a componente mais importante para se atingir o Alto Rendimento?” ainda por responder.

Assim, o presente estudo tem como principal objetivo obter uma percepção profunda e detalhada de coordenadores, treinadores e jogadores de Basquetebol sobre o processo de desenvolvimento dos jovens atletas no seu percurso para o Alto Rendimento.

Através do recurso a entrevistas profundas e semiestruturadas, procuramos recolher e discutir as visões dos diferentes agentes desportivos no
que toca aos fatores que influenciam positiva e negativamente a caminhada de um jovem atleta até ao Alto Rendimento.

A fundamentação dos objetivos está suportada por uma revisão da literatura, cuja intenção se prendeu no enquadramento do tema no âmbito da investigação científica.

1.3. Estrutura da Dissertação

Este trabalho divide-se em 8 partes distintas com os seguintes conteúdos: i) **Introdução** – apresentar o panorama do Basquetebol Nacional, justificar a pertinência do estudo e definir objetivos; ii) **Revisão da literatura** – expor a temática à luz de investigações anteriores; iii) **Metodologia** – definir materiais, métodos e amostra do estudo; iv) **Apresentação e discussão dos resultados** – apresentar os dados recolhidos no estudo; v) **Conclusão** – apresentar as conclusões do estudo, bem como das suas implicações; vi) **Implicações** – expor as implicações das conclusões na modalidade vii) **Bibliografia** – indexar a literatura recorrida durante a elaboração do trabalho; viii) **Anexos** – documentos complementares do trabalho.
2. Revisão da Literatura

2.1. O Basquetebol de Alto Rendimento

O Basquetebol é apresentado como um jogo de eficiências mentais e físicas e uma combinação de aptidões inatas e adquiridas, exigindo que cada jogador possua um conjunto de características como a resistência, a astúcia, a potência, a velocidade, a coordenação, a inteligência (tomada de decisão e a capacidade tática) e a capacidade técnica (Beard, 1988). Gagné (1999) afirma que, apesar das habilidades-chave serem predominantemente de caráter físico, a dimensão desportiva exige que um atleta de Alto Rendimento possua elementos pertencentes a outros domínios, como por exemplo a liderança (ver Differentiated Model of Giftedness and Talent – van Rossum e Gagné, 2005).

Sendo o Basquetebol um jogo intermitente (devido à natureza das ações que os jogadores realizam), este exige uma preparação muito específica. A rápida capacidade de recuperação, bem como a utilização das diferentes vias energéticas determinam, juntamente com outros fatores, a diferença entre a obtenção de um rendimento inferior e superior. A intensidade e rapidez com que se realizam os movimentos ou habilidades técnicas são de extrema importância, tal como a capacidade de os realizar continuamente sem se verificar uma queda na qualidade de execução provocada pela fadiga.

Assim, do ponto de vista energético, durante o jogo, um basquetebolista utiliza diversos sistemas de obtenção de energia. No entanto, alguns autores destacam o papel do metabolismo anaeróbio alático, responsável pela disponibilização de energia para os saltos e arranques (Kokubun & Daniel, 1992). Por sua vez, o sistema aeróbio também assume uma grande importância, uma vez que o seu desenvolvimento permite uma rápida recuperação entre esforços (ações durante o jogo ou sessões de treino) e uma realização eficiente de gestos técnicos a elevada intensidade que, como já foi referido, é um fator que influencia a obtenção de um bom rendimento.

Trninić et al. (1999) definem um conjunto de critérios que permitem avaliar a qualidade de um jogador de Basquetebol de elite. No seu estudo, o
jogo de Basquetebol é considerado um jogo de reações contínuas de ataque, tanto nos processos defensivos como nos ofensivos. Assim, os critérios definidos são separados em 2 grupos: vertente defensiva e vertente ofensiva.

**Fig. 1 – Critérios de avaliação da qualidade de jogadores de basquetebol de elite**

(Adaptado de Trninic et al. 1999)
Na fase defensiva, Trninić e seus colaboradores (1999) definem que um jogador de elite deve apresentar níveis elevados de pressão e de ajuda defensiva, bem como eficiência a conseguir ressaltos defensivos e realizar a transição ataque-defesa, jogar em múltiplas posições e ainda capacidade de recuperar a posse de bola de diferentes formas e de realizar blocks.

No que toca à vertente ofensiva, definem que um atleta de Alto Rendimento deve possuir excelente controlo de bola e habilidade para passar a bola com qualidade. A capacidade de penetração através do drible, lançamentos de diferentes distâncias (curta, meia e longa distâncias) e a eficácia em lances-livres são também critérios definidos pelos referidos autores. A eficiência em conseguir ressaltos ofensivos, em realizar e aproveitar bloqueios e em realizar a transição defesa-ataque bem como a capacidade de jogar sem bola e em diferentes posições e de causar faltas ao adversário e concretizar jogadas de três pontos encerram a lista dos critérios da vertente ofensiva destes autores.

Com os diferentes fatores apresentados anteriormente neste documento, podemos afirmar que o Basquetebol é uma modalidade caracterizada pela exigência de múltiplas habilidades e capacidades físicas e que, por isso, é comum dizer-se que um jogador de Basquetebol é, antes de mais, um excelente atleta. No entanto, usualmente delimita-se o conceito de atleta às funções mais básicas como o saltar e o correr, esquecendo outras habilidades ou capacidades físicas de semelhante ou maior importância, tais como a coordenação ou a acuidade visual (McCormick, 2008).

Assim sendo, pensamos ser essencial expor os diferentes fatores que fazem do atleta do Basquetebol um dos mais completos na dimensão desportiva.
Fatores físicos

Em termos físicos, um atleta de alto rendimento deve possuir:

<table>
<thead>
<tr>
<th>Coordenação óculo-manual</th>
<th>Reação rápida</th>
<th>Controlo corporal</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Força</td>
<td>Destreza</td>
<td>Agilidade</td>
</tr>
<tr>
<td>Equilíbrio</td>
<td>Flexibilidade</td>
<td>Acuidade visual</td>
</tr>
<tr>
<td>Capacidade aeróbica</td>
<td>Core desenvolvido</td>
<td>Força Explosiva</td>
</tr>
<tr>
<td>Capacidade anaeróbica</td>
<td>Potência</td>
<td>Velocidade</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 1 – Fatores físicos considerados essenciais no Basquetebol de Alto Rendimento (Adaptado de McCormick, 2008)

Fatores psicológicos

No que toca aos aspetos psicológicos, um atleta de alto rendimento deve estar preparado para as exigências da competição. Para Pineschi (2010), o treino mental é um processo que visa desenvolver habilidades mentais e, consequentemente, permitir ao atleta conseguir atingir com regularidade o seu potencial máximo. Para além das habilidades mentais que se pretendem desenvolver ou melhorar com a vertente do treino psicológico, este treino tem como objetivos ajudar no bem-estar dos atletas (Fleury, 2001), do qual depende uma boa performance.

A ansiedade e o stress assumem um papel fulcral como fatores reguladores do estado psicológico de um atleta. A motivação, a agressividade e a urgência de competitividade surgem como outros fatores que influenciam positiva ou negativamente o bem-estar psicológico do atleta. Para alguns autores, saber lidar com as situações de stress próprias da competição (resiliência mental) é um fator determinante na obtenção de um bom rendimento desportivo (Rose, Deschamps, Korsakas, 2001). Para estes autores, um praticante de Basquetebol necessita de possuir elevados níveis de concentração, autocontrolo e confiança. Segundo Baker e Horton (2004), atletas expert tanto conseguem canalizar a ansiedade para a obtenção de performance como recuperam dos falhanços muito mais rápida e facilmente que os não-expert. Para McCormick (2008), é também importante que um
atleta tenha uma boa capacidade de tomada de decisão, predisposição mental para o desenvolvimento e orientação para a aprendizagem. Os últimos estudos na área revelam que a motivação, o compromisso, a focalização e a disciplina de um atleta são decisivos para o rendimento (Duda & Treasure, 2006; Gould, Dieffenbach, & Moffet, 2002). Todas estas características corroboraram ao estudo de Griffith (1928), onde é descrito o esforço dos atletas de Alto Rendimento com palavras como “resistência mental”, “luta” e “esforço sobre-humano”.

Na verdade, como se verifica no trabalho realizado por Cruz (1996), atletas de alto rendimento demonstram menos problemas de ansiedade no momento de competição, maior capacidade de concentração durante a competição e o treino, maiores níveis de autoconfiança e maior motivação para o sucesso.

**Fatores técnicos e táticos**

Quanto às habilidades técnicas, McCormick (2008) defende que, nos jogadores de Basquetebol de Alto Rendimento, devem poder ser identificadas características como a capacidade e qualidade do lançamento, dos movimentos de finalização e dos passes, a relação com a bola e seu manejo, o trabalho de pés, os movimentos característicos da posição de poste e a qualidade de defesa individual.

Em termos táticos, um jogador de elite deve ser capaz de tirar vantagem a partir de um bloqueio direto (*pick&roll*) ou indireto, movimentar-se de acordo com as penetrações em drible para o cesto, produzir um bom espaçamento no campo, perceber e executar rotações defensivas e criar armadilhas ao portador da bola durante a pressão defensiva.

No entanto, a qualidade dos jogadores não é definida exclusivamente por componentes físicas, psicológicas, técnicas e táticas. De facto, para Trminić e seus colaboradores (1999), a qualidade de um jogador é traduzida pelo nível e harmonia das suas decisões aliados à execução das habilidades motoras específicas da modalidade. Também se considera que um grande jogador tem
Revisão da literatura

a capacidade de aumentar a performance dos seus companheiros de equipa (Jackson e Delehanty, 1995). Para Nikolić (1993), o melhor não é aquele que ultrapassa outros na execução de habilidades, mas sim aquele que as executa mais eficientemente no contexto de jogo, em interação com outros jogadores.

Para Abernethy e colaboradores (2002), os atletas de alto nível devem possuir um conhecimento tático superior aos não-expert, bem como ser mais eficientes e rápidos na captação e processamento de informação e na tomada de decisão.

2.2. Alto Rendimento

De acordo com o Decreto-Lei nº 272/2009 de 1 de Outubro o Desporto de Alto Rendimento é definido como a “prática desportiva em que os praticantes obtêm classificações e resultados desportivos de elevado mérito, aferidos em função dos padrões desportivos internacionais”, padrões esses que são balizados por diferentes fatores diferenciadores.

Se há pouco mais de uma década a identificação de fatores discriminatórios da performance desportiva pertencia quase exclusivamente à Fisiologia, há relativamente pouco tempo a procura incessante de competências indispensáveis a um atleta de elite começou a distribuir-se pelas diferentes áreas das Ciências do Desporto, como a Psicologia do Desporto e a Aprendizagem Motora (Williams & Hodges, 2005).

Embora a busca por um modelo preditivo da performance (Mašala et al., 2009; Min et al., 2008) seja cada vez mais acentuada, ainda não é possível prevê-la. Isto deve-se à complexidade e pluralidade de fatores que influenciam o decorrer de um jogo e as decisões tomadas pelos seus intervenientes em cada momento do jogo, bem como a interação entre jogadores e as escolhas táticas de cada equipa (Hoare, 2000).

A aspiração de chegada ao Alto Rendimento e de alcançar a excelência assumem-se como um dos objetivos da maioria daqueles que praticam Basquetebol (Junior, Campos e Tribst, 2001). Porém, apenas uma pequena parte, que se empenha durante muitos anos na prática desta
modalidade, tem oportunidade de desenvolver e alcançar o “expertise” (Ericsson, Krampe e Tesch-Homer, 1993) e manter esses níveis de excelência (Gagné, 2007).

A visão que se tem sobre o percurso para a excelência permuta com o passar dos anos. As evidências científicas no âmbito da predição da performance de um jogador de alto nível revelam que esta não se cinge exclusivamente à soma de todas as suas características somáticas e capacidade técnica. Na realidade, um desempenho de alto nível é influenciado por inúmeros fatores, dos quais se destacam os componentes genéticos e a prática deliberada (Tucker e Collins, 2012).

Mas o que torna estes atletas tão excepcionais? Por que se distinguem de tantos outros milhares que sonham alcançar o expoente máximo do desporto?

A eterna batalha entre o inato e o adquirido tem vindo a acentuar-se ao longo dos anos, sendo alvo de discussão por diversos autores. O estudo, cada vez mais aprofundado, sobre a influência dos genes e do ambiente no percurso de um atleta de Alto Rendimento tem criado conclusões algo polémicas e diferentes perspetivas sobre a temática.

2.2.1. A visão naturalista

“We used to think our fate was in our stars. Now we know, in large measure, our fate is in our genes.”

James Watson (1989)

Inspirado em Charles Darwin e em “A Origem das Espécies”, Galton (1869) iniciou a busca por uma explicação da genialidade, tentando perceber até onde se estendia a sua dimensão hereditária. A sua crença baseava-se no facto de que nenhum homem conseguiria atingir um nível elevado de reputação

se não estivesse dotado de habilidades elevadas e que seriam poucos aqueles que, se dotados, não alcançariam a eminência. Outros autores seguiram o seu caminho e acreditavam que a excelência derivava da sobredotação, isto é, que estava diretamente dependente das habilidades inatas e de elevadas competências intelectuais. Terman (1925), num dos seus estudos, defendeu que a sobredotação se caracterizava unicamente por um QI igual ou superior a 145 pontos.

Estas teorias assentavam na premissa do determinismo biológico, que concluía que a vertente biológica era a única influente na obtenção de performance (Davids e Baker, 2007).


2.2.2. A visão ambientalista e o processo de treino

“There is likely a minimal set of physical traits or genetic makeup which facilitates achievement to a particular level of success, but I do not believe that genetics are necessarily an absolute limiter of exceptional performances.”

Peter Vint (2011)

Em oposição às teorias naturalistas, a visão ambientalista defende que a prática deliberada\(^2\) e a experiência seriam fulcrais para alcançar níveis de performance elevados (Bloom, 1985; Ericsson et al., 1993).

Sternberg (1998, 2001 e 2005) defendia que a excelência resultava de uma interação de factores como as competências cognitivas e metacognitivas, de aprendizagem e conhecimento e do contexto da realização da tarefa. Em

\(^2\) Prática intencional, sistematizada e organizada com vista à melhoria dos aspetos da performance. (Ericsson et al., 1993)
2004, Gagné refere que o treino e a aprendizagem condicionam a tradução das habilidades naturais em talento ou excelência.

2.2.3. Outros fatores ambientais

A investigação no contexto desportivo tem analisado essencialmente o papel dos genes e do processo de treino, descurando a contribuição de outros fatores ambientais (Baker e Horton, 2004).

A discussão “nature-nurture” (influência dos genes e do ambiente) parece não ter fim. A incapacidade de eliminar por completo a influência de uma das vertentes em detrimento da outra, tem como resultado a limitação e a incerteza da predição da performance desportiva (Davids e Baker, 2007).

Nesta linha de pensamento, importa enfatizar todas as influências ambientais no desenvolvimento da performance desportiva, que conjuntamente com as genéticas, ampliam as hipóteses da chegada ao Alto Rendimento.

De facto, os aspetos sociais e contextuais têm também uma grande influência na caminhada para a excelência. Bloom (1985) dirigiu um estudo longitudinal nas carreiras de jovens talentosos (atletas, músicos, artistas e cientistas) onde concluiu que os talentos assumem que a família, os amigos, os treinadores e os professores possuem grande importância no desenrolar da sua jornada até à excelência. Outros estudos vão de encontro às conclusões de Bloom, ilustrando claramente a importância do apoio social nas carreiras dos talentos (Holt e Dunn, 2004; Morgan e Giacobbi, 2006; Santos, 2012).

2.2.4. Fatores de desenvolvimento da performance

A interação entre as influências genéticas, contextuais e socioculturais é certa e é ela que determina se um atleta tem predisposição para chegar ao Alto Rendimento.

Como já foi referido, o conceito de excelência desportiva engloba mais do que a composição corporal do atleta, as suas capacidades físicas e a sua capacidade técnica. Os estudos revelam que a performance está diretamente
dependente de outros fatores, como a experiência, o tempo de prática deliberada, o conhecimento do jogo, o desejo de excelência, o êxito, a eficácia, a capacidade de detectar e localizar informação relevante e antecipar ações dos oponentes ou do objeto de jogo e ter capacidade de autocontrole (Abertnethy et al., 1993; Sanchéz, 2002).


2.2.4.1. Fatores primários

Baker e Horton (2004) definem estes fatores como sendo aqueles que, intencionalmente ou não, influenciam diretamente a obtenção de performance elevada por parte de um atleta e podem ser divididos em fatores genéticos, de treino e psicológicos.

**Fatores genéticos**


De entre os fatores genéticos que influenciam a performance, podemos destacar o género do indivíduo e a sua etnia. O tipo de fibras musculares, a velocidade de contração muscular, as adaptações ao treino bem como a capacidade de resistência à fadiga e a lesões são outras variáveis influenciadas pelo genoma que são destacadas como fulcrais na obtenção de performance desportiva (Roos e Roos, 2012).

O estudo de Bouchard et al. (1995) revela que características relacionadas com a função cardiorrespiratória estão geneticamente programadas (Baker e Horton, 2004). Por outro lado, o estudo de Lykken e colaboradores (1992), aponta que a inteligência, os valores de trabalho, a autonomia e o altruísmo estão condicionados pelo genótipo do indivíduo.
Fatores de treino

Não é surpresa que elevados níveis de prática são essenciais para a obtenção da expertise e é certo que atletas expert acumulam mais horas de prática que os não-expert.

No entanto, estudos mais recentes alertam que, para além da prática do desporto propriamente dita, os atletas expert dispensam mais tempo a realizar diferentes atividades que se revelam importantes na melhoria da performance. O estudo de Baker e colaboradores com atletas de elite de Basquetebol, Netball e Hóquei em Campo revela que estes acumulam horas de prática de visualização de vídeos, competição, treino de equipa e situações de aprendizagem de um-para-um com o treinador (Baker et al., 2003). A literatura revela que os efeitos da prática prolongada e o ritmo de aprendizagem estão intimamente relacionados com a performance (Baker e Horton, 2004).

No âmbito da pesquisa da influência do processo de treino na obtenção de performance desportiva, a literatura brinda-nos com diferentes hipóteses, tais como as apresentadas de seguida.

A regra dos 10 anos

De Groot (1946) iniciou o seu estudo do caminho para a excelência através da análise comparativa entre jogadores de xadrez experts e novatos, em 1946. Através deste estudo e de alguns posteriores, ficou evidenciada a extrema importância do treino nos processos cognitivos. Simon e Chase (1973) definem que, para um jogador de xadrez atingir um nível de rendimento internacional, são necessários pelo menos 10 anos de preparação, surgindo assim a regra dos 10 anos ou 10 mil horas de prática para se atingir a expertise³. Uma das maiores críticas a esta teoria prende-se com o facto de esta destacar apenas a quantidade da prática e não a sua qualidade.

---

³ Rendimento superior constante (Ericsson e Lehmann, 1996); altos níveis de performance ou performance de elite (Baker e Horton, 2004)
A Teoria da Prática Deliberada (TPD)

Partindo da regra dos 10 anos, Ericsson e os seus diferentes colaboradores (Ericsson et al., 1993), desenvolveram uma nova hipótese explicativa da excelência onde é destacada a importância da prática deliberada, estruturada e sistemática, como sendo o único requisito para alcançar a elite. No seu estudo com músicos, a relação entre o número de horas de prática deliberada com o nível de performance é comprovada. Vários estudos semelhantes foram conduzidos no Desporto: karatê (Hodge e Deakin, 1998), futebol (Helsen et al., 2000) e basquetebol (Baker et al., 2003).

Esta teoria define a prática deliberada como o treino individualizado sistematizado, pensado e organizado por um treinador ou professor com vista à melhoria das capacidades do sujeito e, consequentemente da sua performance, através da repetição (Ericsson et al., 1993; Ericsson e Lehmann, 1996).

A Teoria da Prática Deliberada apresenta algumas especificidades: esta prática é, como já foi referido anteriormente, altamente estruturada, implica uma elevada concentração por parte do atleta e pode ser desmotivadora, quer pelas exigências de tempo e energia como pela extensão da sua duração (Ericsson et al. 1993). Na verdade, a TPD assume que, a curto prazo, não é prevista a obtenção de recompensas financeiras ou sociais e que, por isso, a atividade não é intrinsecamente motivadora (Baker e Horton, 2004).

Fatores psicológicos

Também a vertente psicológica assume a sua importância na aquisição e manifestação de performance desportiva.


A motivação assume-se, sem dúvida, como o fator mais relevante na obtenção e desenvolvimento de expertise. Na sua ausência, como refere Santos (2011), os atletas seriam incapazes de suportar as exigências da prática.
De acordo com Ericsson (1996), para um atleta ser considerado expert, deve ser capaz de demonstrar competências excepcionais. Para tal, é importante que um atleta consiga focar-se na tarefa a realizar e controlar os níveis de ansiedade próprios da competição (Baker e Horton, 2004; Gould et al., 1987).

**2.2.4.2. Fatores secundários/socioculturais**

Os fatores primários, como anteriormente foi referido, são aqueles que influenciam diretamente a performance. No entanto, o segundo grupo de fatores – os secundários – influencia o papel dos primeiros. Entre estes, destacam-se os fatores socioculturais (cultura, local ou país de nascimento, recursos disponíveis, por exemplo).

São vários os fatores socioculturais que têm sido apontados como relevantes no processo de desenvolvimento do expertise (Baker e Horton, 2004). Embora esteja comprovada a sua importância, os fatores socioculturais ainda são negligenciados quando se procura a resposta para a problemática de que fatores influenciam ou não o desenvolvimento de um jogador com vista a atingir altos níveis de rendimento.

**Cultura**

A importância cultural que um desporto assume numa determinada sociedade pode determinar o sucesso que um atleta pode atingir, bem como o número de atletas a alcançá-lo. A existência de uma modalidade com tradição num país leva a que tanto os recursos disponíveis como as oportunidades de aprendizagem sejam maiores e, consequentemente, a que o número de participantes seja mais elevado. Todos estes fatores levam a um aumento significativo do número de atletas a atingir altos níveis de rendimento (Santos, 2012).

A comprovar estas afirmações temos o exemplo da Áustria, no esqui alpino (Coackley, 2011). A combinação entre as condições climatéricas do país aliada à ênfase dado à modalidade contribuiu em grande escala para a formação de vários atletas expert. Já o Canadá, na sua modalidade de eleição
Revisão da literatura


**Fig. 2 – Exemplo da influência dos fatores socioculturais. (Adaptado de Baker e Horton, 2004)**

*Treinador*

O acesso aos recursos essenciais de instrução condiciona o desenvolvimento de um atleta. Sabemos que o contacto com bons treinadores durante o processo de formação tem um impacto colossal sobre o atleta e todo o seu percurso (Deakin e Cobley, 2003). Na verdade, a qualidade e, por vezes, a quantidade de prática estão dependentes do treinador. O acesso à prática de qualidade apresenta-se como um fator essencial na maximização do desenvolvimento do atleta (Baker e Horton, 2004).

Janelle e Hillman (2003) defendem que existe uma determinada idade para o correto desenvolvimento de habilidades e características. É da responsabilidade do treinador, no exercício das suas funções, promover uma prática sistematizada e organizada com vista a esse correto desenvolvimento.

*Família*

Para Scanlan e Lewthwaite (1988), o ambiente social que rodeia o jovem é composto pelo próprio atleta, a família e o treinador. Importa salientar, que destes a família é apontada como a maior influência no desenvolvimento do talento desde as fases iniciais até aos primeiros anos da adolescência (Côté, 1999).
O estudo de Bloom (1985) foi o pioneiro na temática do envolvimento familiar na prática desportiva e na obtenção de níveis de performance elevados. Numa primeira fase, os pais devem dar liberdade aos jovens praticantes na decisão de formalizar a prática desportiva ou não, apoiando-os qualquer que seja a decisão (Bloom, 1985). As fases anteriores à chegada ao Alto Rendimento, exigiam ao atleta um compromisso a tempo inteiro e aos pais uma postura menos interativa, sendo o seu suporte de carácter essencialmente financeiro.

O entusiasmo e prazer demonstrado pelos jovens praticantes estão relacionados com o apoio parental na prática desportiva (Power and Woolger, 1994). No sentido inverso, atletas que apresentam grandes níveis de compromisso para com a sua prática desportiva, cativam os seus pais e levam-nos a adotar uma postura mais participativa nas suas atividades, nomeadamente no que toca à ida aos treinos e competições (Monsaas, 1985).

A família assume um papel fulcral na transmissão de valores para os atletas. Acredita-se que famílias que transmitem valores relacionados com o sucesso e baseados no trabalho e persistência (Monsaas, 1985), criam melhores oportunidades para os jovens (Howe, 1990).

Hellstedt (1995) propôs um modelo de famílias de atletas, onde contempla diferentes fases com distintas abordagens que a família deve ter. Por exemplo, no seu estudo, o autor afirma que numa família com crianças, a principal preocupação deve ser a de enfatizar a diversão e minimizar a competição.

As expectativas dos pais podem, por um lado, funcionar como um catalisador na performance, influenciando o compromisso do atleta numa determinada modalidade e o esforço despendido na mesma. Por outro lado, quando não vão de encontro com as percebidas pelo atleta, as expectativas parentais podem tornar-se uma fonte de stress e pressão para o jovem (Brustrad, 1996).

Dos diferentes estudos sobre a influência familiar na atividade desportiva do jovem atleta e, consequentemente, na sua caminhada para o Alto
Rendimento, importa destacar o de Csikszentmihalyi e colaboradores (1993), com cerca de 200 jovens talentos e respetivas famílias, onde são apresentados os diferentes tipos de influências familiares sobre um jovem atleta e as suas consequências.

O termo complex families foi usado para caracterizar as famílias que melhor estimulam o desenvolvimento do talento. Estas famílias destacam-se pelo ambiente familiar estável (causador de sensações de segurança e conforto), bem como pelo encorajamento de desenvolvimento pessoal, buscando novos desafios e oportunidades (Côté, 1999).

No seu estudo, Côté (1999), dividiu o percurso desportivo em 4 etapas diferentes, especificando, para cada uma delas, qual a posição a tomar pela da família.

A primeira - sampling years – ocorre entre os 6 e os 13 anos e caracteriza-se pela diversão e criação de oportunidades para experimentar a modalidade desportiva. São os pais os principais responsáveis pela criação do interesse no desporto por parte dos novos praticantes. A família considera que a escolha da atividade não é importante, desde que os seus filhos tenham momentos de diversão (Côté, 1999).

A segunda etapa – specializing years – ocorre entre os 13 e os 15 anos e marca o fim do múltiplo envolvimento desportivo dos jovens, limitando-o a 1 ou 2 atividades. Apesar da preocupação no desenvolvimento de competências específicas do desporto começar a emergir, o plano central da diversão (característico da fase anterior) mantém-se. Na maioria das famílias, focam-se o desporto e os estudos como áreas nas quais é preciso investir e pelas quais é necessário dividir o tempo. O compromisso de tempo e de financiamento feito pelos pais durante esta fase revela-se fulcral no percurso desportivo do jovem atleta (Côté, 1999), o que fica comprovado pela disponibilidade dos pais em transportar o atleta para e das sessões de treino ou competições. O interesse dos pais pela modalidade do filho cresce consoante o seu envolvimento, e pode variar entre ser um espetador assíduo ou de assumir as funções de treinador (Davidson, 1996). Por último, Côté (1999) destaca a importância do(a) irmão(ã) mais velho(a), que atua como exemplo na ética de trabalho. No
entanto, a relação e cooperação entre irmãos não está aprofundada, o que não permite tirar conclusões seguras sobre esta temática (Côté, 1999).

A terceira fase – *investment years* – ocorre a partir dos 15 anos. Esta etapa caracteriza-se pelo compromisso máximo do atleta para com a modalidade desportiva. É nesta fase que ocorre a especialização desportiva e a busca pelos altos níveis de rendimento, levando o atleta à prática intensiva. No seu estudo, Côté (1999) conclui que as *complex families* demonstram grande interesse nas atividades desportivas do atleta, assumindo um papel de conselheiro no seu futuro desportivo, mas que não estão directamente ligadas ao processo de treino. Também nesta fase é essencial o apoio parental para combater lesões, pressão própria da competição ou do treinador e situações de fracasso.

Por último, Côté (1999) assume a existência de uma quarta fase – *perfection* ou *performance* – que ocorre depois dos 18 anos, onde se procura a manutenção e aperfeiçoamento dos *skills* próprios da modalidade.

### 2.2.5. O Percurso até ao Alto Rendimento

Apesar das distintas perspetivas que diferentes autores nos apresentam acerca do percurso até ao Alto Rendimento e que apresentam, entre si, algum consenso relativamente à existência de distintas etapas no longo percurso até ao alto nível, ainda não é perfeitamente clara a posição de outros autores no que respeita à altura certa da especialização desportiva.

Nesta linha de pensamento, importa referir que, embora alguns autores defendam que a especialização desportiva precoce possa ser um ponto favorável na obtenção do *expertise*, outros afirmam que é benéfica uma postura multidisciplinar desportiva em fases iniciais. O exemplo de jogadores de ténis de elite na Suécia (Carlson, 1988) e dos de basebol nos Estados Unidos (Hill, 1993), comprovam que a diversidade desportiva em fases iniciais (até aos 14 anos) é benéfica no desenvolvimento de um atleta *expert*.

O Desporto de Alto Rendimento tem como base todos os processos desenvolvidos durante as fases primárias da prática desportiva. Só é possível
alcançar o desporto de alto nível se os fundamentos desportivos forem desenvolvidos desde a iniciação desportiva (Böhme, 1999).

Côté (1993) também desenvolveu uma hipótese acerca das etapas do desenvolvimento de um jogador, dividindo o processo em 4 fases distintas, exploradas anteriormente neste trabalho.

Além destas teorias, importa destacar outras, como as que se seguem neste documento.


Na fase da iniciação pretende-se desenvolver as habilidades básicas, uma vez que estas são a base de todas as ações específicas da modalidade.

Durante a formação verifica-se um aumento das cargas de treino, iniciando-se o desenvolvimento das capacidades condicionais. É também durante esta fase que se introduzem os atletas na competição.

A entrada na fase da especialização é caracterizada pela passagem de um treino generalizado para um mais específico, enfatizando-se as habilidades específicas da modalidade. A vertente competitiva começa a assumir um maior destaque no que toca aos objetivos da preparação.

Por último, na etapa do rendimento, as cargas de treino específico são maximizadas e procura-se o aperfeiçoamento da técnica e tática, com vista a atingir elevados níveis de rendimento.

Bloom e colaboradores (1985)

A primeira etapa – primeiros anos – é fulcral na caminhada desportiva de um jovem atleta. A introdução na modalidade é fortemente marcada pelo
treinador/professor e família da criança e pelo primeiro contacto com atividades relacionadas com a performance. A fase dos anos intermédios caracteriza-se pela extensiva preparação, motivando a procura de um compromisso a tempo inteiro por parte do atleta. Por fim, a terceira etapa – anos posteriores – visa a melhoria da performance.

**Sanchéz (2002)**

Para Sanchéz (2002), o desenvolvimento da perícia de um jogador de basquetebol está dividido em 2 fases distintas.

**Fases de evolução da perícia**

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fase</th>
<th>Primeira fase (até aos 16 anos)</th>
<th>Segunda fase (mais de 16 anos)</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>1ª etapa (16-18/19 anos)</td>
<td>2ª etapa (mais de 20 anos)</td>
</tr>
<tr>
<td><strong>Prática</strong></td>
<td></td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>Treinos centrados na prática</td>
<td>• treinos centrados na prática;</td>
<td>• dedicação exclusiva aos basquetebol;</td>
</tr>
<tr>
<td>Prática em vários desportos</td>
<td>• prática em vários desportos;</td>
<td>• aumento do nº de horas de treino;</td>
</tr>
<tr>
<td>Treino informal</td>
<td>• treino informal (escola, pátio,</td>
<td>• aumento da competição;</td>
</tr>
<tr>
<td>(escola, pátio, parques)</td>
<td>parques).</td>
<td>• competições e treinos com maior</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>qualidade tático-técnica.</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>• profissionalismo;</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>• treino informal antes e após</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td></td>
<td>os treinos com a equipa.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

**Fig. 3 – Etapas do desenvolvimento da performance. (Adaptado de Bloom, 1985), cit. por Santos, 2011)**

**Tabela 2 – Fases de evolução da perícia (Adaptado de Sanchéz, 2002)**
2.3. Talento

A primeira definição de talento surge na Antiga Grécia. Era a sua unidade monetária e representava o valor de uma certa quantia em ouro ou prata. Desde então atribui-se à palavra talento uma conotação valiosa, uma vez que a ouro e prata se associa algo de elevado valor.

No entanto, importa tentar perceber outros conceitos antes de explorarmos a dimensão desportiva de talento (Riera, 2005):

- habilidade – tarefa realizada de forma eficaz;
- aptidão – propriedade intrínseca de foro biológico e que caracteriza uma pessoa;
- competência – integração das habilidades no contexto da competição, revelando domínio da atividade.

Mas, afinal, o talento é inato ou adquirido? Um atleta tem talento ou pode desenvolvê-lo?

O dicionário da Língua Portuguesa define talento como “engenho, habilidade, disposição; aptidão natural ou adquirida”.

As conceções de talento diferem de autor para autor. A maioria dos treinadores e agentes desportivos alega reconhecer talento quando se encontra na presença do mesmo. No entanto, a tarefa de traduzir por palavras aquilo que identifica um talento revela-se uma tarefa complicada e, com o passar dos anos, são várias as teorias com que nos foram brindando os investigadores.

O talento desportivo pode ser caracterizado por uma aptidão especial para obter rendimento desportivo (Vieira e Vieira 2000; Böhme, 2007). Já para Régnier et al. (1993) ser talentoso significa pertencer ao grupo restrito (10%) dos melhores da sua categoria, ou seja, o talento está relacionado com atletas que atingem performances superiores a outros (Bolonhini e Daolio, 2010).

Gagné (1993) estabelece uma clara diferenciação entre dom – possuir e utilizar habilidades naturais ao nível dos 10% melhores da sua idade – e talento - mestria de competências desenvolvidas de uma determinada atividade ao ponto do indivíduo se incluir nos 10% melhores dessa mesma atividade.

Atualmente, a temática da deteção de talentos assenta numa perspetiva que engloba as influências genéticas e ambientais na caminhada até ao Alto Rendimento. Importa portanto, diferenciar as duas perspetivas que nos levam à seleção de talentos: os programas de identificação de talentos e os de desenvolvimento de talentos.

![Diagrama de Processos de identificação e desenvolvimento de talentos](Adaptado de Williams e Riley, 2000)

### 2.3.1. Identificação e seleção de talentos

Para Böhme (2000) e Kiss et al. (2004), a deteção de talentos engloba todos os procedimentos utilizados para determinar se um sujeito possui ou não condições para integrar um nível de treino avançado com vista ao alto rendimento. Segundo Vaeyens et al. (2008), a identificação de talentos é o processo de apontar um indivíduo como capaz de atingir a excelência num determinado desporto, através do seu potencial. No entanto, estes testes estão associados a baixos valores de predição, o que questiona a sua validade. (Durand-Bush e Salmela, 2001).

No estudo levado a cabo por Matsudo (1999), na antiga Alemanha Oriental, realizou-se um programa na área da deteção e seleção de talentos –
Revisão da literatura

avaliaram-se duzentos mil alunos dos quais se selecionaram vinte mil para integrar um programa de formação desportiva. Dessa integração resultou uma escolha de dois mil para prosseguir para um programa de treino avançado. O total de atletas de alto nível conseguido através desses programas foi de apenas vinte. Este estudo corrobora a assunção de Ericsson et al. (1993), quando afirmam que apenas uma pequena parte de todos os praticantes de uma modalidade tem capacidade de atingir níveis de excelência.


Algumas variáveis antropométricas, como a envergadura ou a altura, são critérios fundamentais para a seleção de talentos. No entanto, estes não devem ser utilizadas por si só, o que obriga a uma análise que se estende a outras variáveis, como a técnica, tática ou fatores psicossociais. (Filin, 1996; Kiss et al., 2004; Sáenz-López, Ibañez, Gimenez, Sierra, 2005). Além disso, a literatura aponta que os tradicionais programas de deteção de talento excluem alguns jovens promissores devido, essencialmente, à tardia maturação.
As previsões de talento a longo prazo estão expostas a fatores que prejudicam a sua validade (Calvo, 2003). É certo que existem características que podem ser previstas, como é o caso das qualidades físicas devido à sua estabilidade evolutiva (Calvo, 2003). No entanto, a entrada na puberdade revela-se uma limitação na identificação de talentos. Na verdade, a maturação física precoce, mais concretamente o aumento da estatura e o desenvolvimento da massa muscular, pode facilitar a performance desportiva em determinada altura (MALINA, 1994; MALINA et al., 2000), conduzindo erroneamente o processo da deteção do talento desportivo. Embora a maioria das previsões se baseie unicamente na análise dessas componentes, o talento assume-se como mais do que as características antropométricas. Por outro lado, nada garante que um jovem retenha as características possuídas durante a adolescência (Vaeyens et al., 2008). Também, a motivação e a atitude de um atleta (que se revelam fundamentais tanto no desenvolvimento das suas capacidades enquanto atleta como para se alcançarem níveis de performance elevados) sofrem alterações durante a prática desportiva, uma vez que os interesses do sujeito podem alterar-se. Singer (1998) afirma que os testes psicológicos estão pouco desenvolvidos e limitados no que toca a este aspeto.

Como já foi referido, as previsões a longo prazo (nas quais se insere a previsão do talento desportivo) estão submetidas a fatores externos que influenciam a sua concretização. De facto, podem verificar-se duas previsões: sujeitos não dotados serem vistos como talentos desportivos; talentos serem confundidos como sujeitos não dotados (Calvo, 2003). Os primeiros, comummente rotulados como “falsos positivos”, são tidos como talentos e, depois de introduzidos nos programas de desenvolvimento, são considerados inaptos para a obtenção de níveis de performance elevados. Os segundos, “falsos negativos”, são aqueles que acarretam o maior prejuízo: não são incluídos, inicialmente, nos programas, perdendo a oportunidade de ingressarem na fase do desenvolvimento para potenciar qualidades e capacidades.
Existem casos de jogadores no Basquetebol que não foram considerados talentos ou aptos para jogar a alto nível, enquanto jovens. Michael Jordan – considerado o melhor jogador de todos os tempos – não foi selecionado para a equipa da sua escola (Emsley A. Laney High School) por ser considerado demasiado baixo para jogar. John Amaechi, ex-basquetebolista britânico – é também um exemplo que desafia e contraria as teorias da deteção e seleção de talentos desportivos. Seis anos após o seu primeiro contacto com uma bola de basquetebol (que ocorreu aos 17 anos), ingressou nos Cleveland Cavaliers (equipa da NBA). Considerado, na altura, como “demasiado tardio para jogar”, John Amaechi é o único basquetebolista britânico com o seu nome na “Hall of Fame” do basquetebol norte-americano.

Tendo como referência estes dois exemplos, parece correta a análise de que a perspetiva “top-down” utilizada na deteção de talentos, onde se analisam as características que atletas de alto rendimento possuem procurando identificar-las nos jovens praticantes, apresenta algumas limitações: parte-se do pressuposto que algumas características indicadoras de performance e adultos são extrapoladas para os jovens (Morris, 2000). Na verdade, é sabido que muitas das características apontadas em atletas de topo adultos não se revelam até às fases tardias da adolescência (Abernethy e Russell, 1987). Desta forma, esta teoria começa a ser substituída por uma perspetiva “bottom-up”, onde se analisam os anos da formação desportiva dos atletas de alto rendimento, procurando as variáveis que estabelecem diferenças entre sujeitos (Calvo, 2003).

Assim, mais do que a deteção e seleção de talentos desportivos através de uma filtragem rigorosa dos atletas com a imposição de critérios restritos, este processo deve apoiar-se em critérios mais amplos que permitam eliminar ou minimizar os erros da previsão a longo prazo (Wendland, 1986; citado por Baur, 1993).
2.3.2. Desenvolvimento dos talentos

“O talento, por si só, por maior que seja, não é suficiente para obter níveis de rendimento elevados. Estes só podem ser alcançados por via do seu desenvolvimento, através de trabalho árduo do atleta, num contexto social favorável”

Platonov (1998)

A literatura aponta que, na atualidade, o termo talento está a ser substituído pelo de especialista. Isto revela que esta temática começa a ser cada vez mais abordada pelo prisma do desenvolvimento do talento, e não apenas através da sua identificação baseada na vertente genética.

Através do desenvolvimento de talentos, visa-se munir um atleta (previamente selecionado através dos programas de detecção e seleção de talentos desportivos) de competências e atributos que assegurem, de certa forma, o êxito competitivo (Irúrtia e Iglesias, s.d.). Estes modelos são descritos como o processo de transformação de dons em talento, através de processos de aprendizagem, maturação e prática (van Rossum e Gagné, 2005). A literatura aponta que a prática é a variável que mais influencia os processos de aquisição de novas habilidades (Vaeyens et al., 2008) – um indivíduo só alcançará o seu potencial máximo se for brindado com a oportunidade de ser estimulado e desenvolvido apropriadamente (Morris, 2000; Abott e Collins,
2004). Na verdade, Elferink-Gemser (2005), clarifica que é importante trabalhar com uma definição de talento que vinque o nível atual do atleta mas, sobretudo, o nível de performance a atingir.

Com esta perspetiva em mente, foram criados modelos de desenvolvimento a longo prazo, que permitem que a aquisição dos *skills* seja apropriada à idade do atleta e vá de encontro às necessidades que os jovens jogadores de Basquetebol irão apresentar à medida que progridem na sua carreira.

O grande objetivo deste tipo de programas centra-se na preparação dos jogadores para que possam atingir patamares de excelência em competições de alto nível, nos diferentes aspetos que englobam a performance (Trninić et al., 1999; Vaeyens et al., 2008)

- atleticamente – mover rápida e eficientemente; ter força, agilidade e explosividade;
- taticamente – ter capacidade de ler e reagir a movimentos da bola ou adversários; usar os *skills* apropriados à situação;
- tecnicamente – ter boa técnica de lançamento e qualidade no manejo da bola; utilizar a posição de tripla ameaça;
- psicologicamente – ter autoconfiança, motivação interna e bons hábitos de trabalho.

Existem, porém, alguns fatores não controlados pelos programas ou treinadores. O modelo de van Rossum e Gagné (2005) contempla esses fatores (família, amigos, lesões, local de nascimento) e revela que o acaso pode assumir um papel importante no desenvolvimento do talento. No entanto, o conhecimento de fatores de risco ou uma prática bem estruturada e preventiva podem diminuir a influência do acaso.

Verificam-se, na realidade atual do Basquetebol Nacional, casos em que os atletas iniciam a sua prática desportiva demasiado tarde e outros em que os treinadores, na sua busca pelo sucesso imediato e a curto prazo, contribuem para que a fase da especialização ocorra muito precocemente. Embora em ambas as situações as hipóteses da chegada ao alto nível sejam
escassas, a segunda revela ser um entrave mais sério ao desenvolvimento do atleta e, consequentemente, na busca pela excelência. Como já foi referido, existem casos de jogadores profissionais que atingiram patamares de sucesso elevados quando nada o fazia prever, tanto pelas suas características como pela tardia iniciação na modalidade. No entanto, não estão reportados casos de sucesso de jogadores que sofreram uma especialização muito cedo na sua prática desportiva (devido à sua estatura, por exemplo). Na verdade, a falta de estímulos de diferentes naturezas revela ser um fator limitador da aprendizagem, que é resultado das experiências (Fonseca, 2004).

2.4. Definição de Treinador Expert

Como foi referido anteriormente, existe uma idade própria para o desenvolvimento de determinadas competências e habilidades de um jovem atleta. As responsabilidades do treinador e a qualidade do exercício da sua profissão devem ter em conta essas preocupações de forma a influenciar da forma mais positiva possível o desenvolvimento das habilidades e características.

Como tal, parece ser importante perceber que características deve possuir um treinador de Alto Rendimento e, portanto, incluir uma definição de treinador expert nesta revisão.

A procura e investigação do expoente máximo do exercício da função de Treinador tem vindo a aumentar com o passar dos anos e com a evolução do Desporto. Essa busca traduz-se na intenção de encontrar e traduzir a excelência como um modelo e inspiração para o exercício diário dessa função.

O Treinador de Desporto tem como objetivo específico “promover o aperfeiçoamento qualitativo e o desenvolvimento quantitativo da prática desportiva, quer seja de iniciação desportiva, de competição ou de alto rendimento”, como é definido pelo Decreto-Lei n.º 248-A/2008 de 31 de Dezembro.
Araújo (1994) estabelece algumas funções inerentes à atividade de Treinador: a) professor; b) organizador; c) líder; d) motivador; e) conselheiro; f) disciplinador. Assim, o autor também define as características que um Treinador necessita de possuir no exercício da sua função: a) conhecimento; b) habilidade para ensinar; c) capacidade de trabalhar em equipa; d) capacidade de criar clima de sucesso; d) qualidades próprias.

Dick (1989) afirma que um treinador deve compreender os objetivos de cada sessão de treino e a sua importância na preparação global do atleta e da equipa, bem como entender as transformações causadas no atleta e o que representa o desporto para ele.

Bompa (2005) define as características que deve possuir um treinador de sucesso:

- ser líder;
- ser um professor;
- ser organizado;
- ter capacidade de motivar os atletas;
- ter carácter firme;
- ter alto nível de educação.

---

**Fig. 6 – Modelo do processo de treino para treinadores experts.** (Adaptado de Côté et al., 1995; Ramírez, 2002)
As diferentes estratégias utilizadas pelos treinadores no processo de instrução dos jogadores estão diretamente dependentes do tipo de liderança que este adota. Franks e colaboradores (1998) destacam: a) proporcionar feedbacks constantemente; b) proporcionar boas correções e novas oportunidades de instrução; c) estimular os atletas através de perguntas; d) comprometer-se com o processo de ensino; e) incidir sobre o ambiente para obter uma ordem considerável.

A literatura aponta que um dos fatores que caracteriza um treinador expert é a sua capacidade de liderança (Ramírez, 2002) que comporta processos como os da tomada de decisão, do estabelecimento de relações intrapessoais e do fornecimento de feedbacks estruturados. Barrow (1977) define-a como o processo de influenciar pessoas ou grupos no cumprimento dos seus objetivos.

Características como a inteligência, firmeza e autoconfiança contribuem para a capacidade de liderança e, consequentemente, para que o êxito seja atingido (Ramírez, 2002). Treinadores de Alto Rendimento são tidos como autoritários, mentalmente fortes, realistas nas suas perspetivas, emocionalmente maduros, capazes de suportar o stress e a pressão competitivos e dos meios de comunicação (Ogilvie e Tutko, 1970; Ramírez, 2002).

Woodman (1993) afirma que a chave para os processos de treino assenta na melhoria dos treinadores. Estudos confirmam que os treinadores assumem que a aprendizagem possui um papel fulcral no seu desenvolvimento, particularmente no que se refere à aprendizagem através da experiência (Culver e Trudel, 2006). No entanto, também se acredita que a acumulação de experiência, por si só, não é suficiente para atingir a expertise (Gilbert e Trudel, 1999).

2.4.1. O treinador de Alto Rendimento em Portugal

O Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT), baseado nas propostas de programas homólogos no resto da Europa, considera 4
diferentes níveis na formação de treinadores. Cada um destes níveis possui competências próprias, que se adequam à realidade onde cada treinador irá atuar.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Grau</th>
<th>Funções do treinador</th>
</tr>
</thead>
</table>
| I    | Condução direta das atividades técnicas elementares associadas às etapas iniciais da atividade dos praticantes, ou níveis elementares de participação competitiva, sob coordenação de um treinador de desporto de grau de qualificação superior.  
  Coadjuvância na condução do treino e orientação competitiva de praticantes nas etapas subsequentes de formação desportiva. |
| II   | Condução do treino e orientação competitiva de praticantes nas etapas subsequentes de formação desportiva.  
  Coordenação e supervisão de uma equipa de treinadores de grau I, ou II, sendo responsável pela implementação de planos e ordenamentos estratégicos definidos por profissionais de grau de qualificação superior.  
  Conceção, planeamento, condução e avaliação do processo de treino e de participação competitiva.  
  Coadjuvância de titulares de grau superior de qualificação, no planeamento, condução e avaliação do treino e participação competitiva. |
| III  | Planeamento do exercício e avaliação do desempenho de um coletivo de treinadores detentores de grau de qualificação igual, ou inferior, coordenando, supervisionando, integrando e harmonizando as diferentes tarefas associadas ao treino e à participação competitiva. |
| IV   | Coordenação, direção, planeamento e avaliação, com funções mais destacadas no domínio da inovação e empreendedorismo, direção de equipes técnicas multidisciplinares, direções técnicas regionais e nacionais, coordenação técnica de seleções regionais e nacionais e coordenação de ações tutoriais. |

Tabela 3 – Função dos diferentes graus de qualificação do treinador de desporto.  
(Adaptado de www.idesporto.pt)

Segundo o PNFT, a partir do Nível II um treinador está qualificado para assumir, de forma independente, a direção de uma equipa. No entanto, a legislação em vigor (Lei nº 40/2012) define que, para assumir funções de treinador de Alto Rendimento, é exigido o Nível III da formação de treinadores.
Como tal, não descartando todas as competências que são exigidas ao exercício da profissão com os Níveis I e II, centram-nos-nos nos graus III e IV, uma vez que se relacionam com o Alto Rendimento.

**Nível III**

Este é o primeiro grau de qualificação que, segundo o PNFT, habilita um treinador para dirigir praticantes ou coordenar equipas técnicas na dimensão do Desporto de Alto Rendimento.

A formação específica da modalidade aliada ao conhecimento proveniente das ciências do desporto confere ao treinador de nível III competências que lhe permitem atuar no contexto do Alto Rendimento.

**Nível IV**

O topo da hierarquia da atividade profissional de treinador de desporto assume-se como o nível IV. A par de todas as funções do grau anterior (III), o treinador de nível IV deve revelar espírito de inovação e empreendedorismo, bem como capacidade de liderar equipas técnicas e de coordenação técnica de seleções.

Na realidade do Basquetebol Nacional são escassos os treinadores possuidores de grau de qualificação de nível IV, facto em que nos baseamos para definir os critérios de seleção de treinadores para a amostra deste estudo.
3. Metodologia

3.1. A investigação

Para recolher a opinião dos intervenientes no estudo, foi utilizada a entrevista semiestruturada (Anexo 1). Segundo Barone e Eisner (1997), as observações feitas a partir da interpretação qualitativa são consideradas válidas e reconhecidas pela comunidade científica. Para Patton (1990), estudos que apresentem desenhos qualitativos espelham mais claramente as situações ocorridas na vida real, facilitando a sua interpretação. Através de algumas questões procuramos recolher a maior quantidade de informação possível relativamente aos fatores considerados relevantes na caminhada de um jovem atleta até à chegada ao Alto Rendimento.

Apesar de as questões terem sido elaboradas de forma a cobrir todos os aspectos apontados na revisão bibliográfica como sendo fundamentais no processo de desenvolvimento de um jogador de Basquetebol, foi permitido, a todos os intervenientes do estudo que não se restringissem apenas às questões elaboradas na entrevista. Por termos presente que esta temática não padece de respostas corretas ou erradas possibilitamos aos entrevistados que seguissem a sua ordem de ideias, promovendo opiniões livres e o mais completas possíveis.

De acordo com Denzin (2000), a entrevista releva-se o instrumento mais poderoso de entendimento do ser humano. A entrevista semiestruturada pareceu-nos assim, o instrumento mais adequado aos objetivos que nos propomos, a compreensão profunda e detalhada das perceções dos agentes desportivos sobre a temática do desenvolvimento a longo prazo dos atletas.

Todas as entrevistas realizadas foram transcritas e estão disponibilizadas em ficheiro no CD-Rom que acompanha este documento. Durante a transcrição das mesmas, realizaram-se algumas alterações gramaticais, permitindo uma organização mais simples e compreensível do texto, evitando, porém, alterar o sentido das ideias dos entrevistados.

A análise de dados foi realizada manualmente, através de processos indutivos e dedutivos. Os passos metodológicos enunciados por Côté (1993)
guiaram a estratégia de análise: preparação dos dados; criação de variáveis que representassem cada dimensão descrita na literatura; agrupamento de fatores comuns; e, por fim, codificação das unidades criadas anteriormente.

### 3.2. Amostra

A amostra foi selecionada de acordo com o método não probabilístico-intencional (Marconi & Lakatos, 1985). Pretendeu-se, desta forma, que a amostra selecionada fosse o mais adequada possível à realidade do estudo.

Para pertencer à amostra, os sujeitos foram filtrados por critérios, que serão discriminados em cada um dos casos. Os sujeitos foram identificados pela letra correspondente à categoria a que pertencem neste estudo, seguidos do número a que correspondem dentro dessa categoria, salvaguardando o anonimato dos participantes – como exigência da investigação qualitativa –, procurando garantir a sinceridade e privacidade dos dados recolhidos (Erickson, 1989). Do estudo fizeram parte 14 Treinadores (7 treinadores do escalão sénior e 7 de escalões de formação), 4 Jogadores e 4 Coordenadores.

Na categoria de Treinadores de Séniores (tabela 4), os participantes teriam que cumprir três dos quatro requisitos seguintes:

- a) possuir o nível máximo de Treinador – grau III;
- b) contar com, pelo menos, dez anos de experiência no mais alto escalão competitivo nacional;
- c) ter treinado jogadores internacionais;
- d) ter treinado escalões inferiores.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Treinador de Séniores</th>
<th>Requisitos</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>a)</td>
<td>b)</td>
</tr>
<tr>
<td>TS1</td>
<td>X</td>
</tr>
<tr>
<td>TS2</td>
<td>X</td>
</tr>
<tr>
<td>TS3</td>
<td>X</td>
</tr>
<tr>
<td>TS4</td>
<td>X</td>
</tr>
<tr>
<td>TS5</td>
<td>X</td>
</tr>
<tr>
<td>TS6</td>
<td>X</td>
</tr>
<tr>
<td>TS7</td>
<td>X</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 4 – Requisitos dos Treinadores de Séniores
Na categoria de Treinadores de Formação (tabela 5), os participantes teriam que cumprir dois dos três requisitos seguintes:

a) ter, pelo menos, o nível II de grau de treinador;
b) ter, pelo menos, 10 anos de experiência em escalões de formação;
c) ter treinado jogadores internacionais.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Treinador de Formação</th>
<th>Requisitos</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>a) b) c)</td>
</tr>
<tr>
<td>TF1</td>
<td>X X X</td>
</tr>
<tr>
<td>TF2</td>
<td>X X X</td>
</tr>
<tr>
<td>TF3</td>
<td>X X X</td>
</tr>
<tr>
<td>TF6</td>
<td>X X X</td>
</tr>
<tr>
<td>TF5</td>
<td>X X</td>
</tr>
<tr>
<td>TF6</td>
<td>X X</td>
</tr>
<tr>
<td>TF7</td>
<td>X X X</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 5 – Requisitos dos Treinadores de Formação

Na categoria de Jogadores (tabela 6), os participantes do estudo teriam que cumprir três dos quatro requisitos seguintes:

a) ter passado pelo processo da formação de jogador (10 anos);
b) ter, pelo menos, três anos de experiência como jogador do mais alto escalão competitivo nacional;
c) ter algum título nacional;
d) ter sido jogador internacional no escalão sénior.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Jogador</th>
<th>Requisitos</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td></td>
<td>a) b) c) d)</td>
</tr>
<tr>
<td>J1</td>
<td>X X X X</td>
</tr>
<tr>
<td>J2</td>
<td>X X X X</td>
</tr>
<tr>
<td>J3</td>
<td>X X X</td>
</tr>
<tr>
<td>J4</td>
<td>X X X</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 6 – Requisitos dos Jogadores
Na categoria de Coordenadores (tabela 7), os participantes do estudo teriam que cumprir os seguintes requisitos:

a) ter, pelo menos, três anos de experiência como coordenador;
b) ter o nível máximo de grau de treinador – grau III;

<table>
<thead>
<tr>
<th>Coordenador</th>
<th>Requisitos</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>C1</td>
<td>X</td>
</tr>
<tr>
<td>C2</td>
<td>X</td>
</tr>
<tr>
<td>C3</td>
<td>X</td>
</tr>
<tr>
<td>C4</td>
<td>X</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 7 – Requisitos dos Coordenadores

3.3. Variáveis

Como foi referido e exposto ao longo do capítulo da Revisão da Literatura, a performance num jogo de Basquetebol é determinada pela interação entre diferentes fatores, como ambientais e os psicológicos, competências como as técnicas e táticas, e as qualidades físicas e características antropométricas.

Como tal, antes de proceder à codificação das variáveis, parece oportuno apresentar uma pequena definição de cada uma delas.

**Fatores Ambientais** – também definido como contexto por Ibañez e colaboradores (2004). Representa o meio onde o jogador está envolvido e as suas interações. Segundo Puig (1995), é um dos fatores que mais pode influenciar o percurso de um jogador.

**Fatores Psicológicos** – aspetos psicológicos individuais e relações interpessoais que se desenvolvem com a prática desportiva. Para Matsudo (2003), são determinantes no percurso desportivo de um atleta até ao Alto Rendimento.
Competências técnicas e táticas – representam todos os movimentos que auxiliam um jogador a resolver diferentes problemas da modalidade desportiva (Ibañez et al., 2004). A literatura aponta as competências técnicas e táticas como a base do desenvolvimento do treino desportivo e, consequentemente, do jogador (Campos, 2003).

Qualidades físicas – são definidas como um dos fatores mais influentes no desenvolvimento de um jogador e aquele que pode facilitar o alcance de altos níveis de rendimento (Campos, 2003).

Fatores Antropométricos – desde cedo se revelaram como os primeiros e mais relevantes fatores a ser analisados no que toca à identificação e seleção de talentos (Ibañez et al., 2004; Matsudo, 2003). Traduzem-se como os dados que definem a estrutura física do jogador.

### 3.3.1. Codificação

Depois de efetuadas e transcritas as entrevistas, o primeiro passo foi a codificação das variáveis, de forma a tornar mais fácil o seu agrupamento e a análise dos dados recolhidos.

Como tal, baseado no estudo de Ibañez et al. (2004), foi utilizado um sistema de codificação com 6 variáveis, apresentadas anteriormente. Na tabela 8 estão apresentados os códigos das variáveis, bem como uma deve descrição e exemplos das mesmas.
<table>
<thead>
<tr>
<th>Código</th>
<th>Variável</th>
<th>Descrição</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Ambiente</td>
<td>Fatores do meio onde o atleta está inserido: treinador, família, clube, cultura ou local de nascimento.</td>
</tr>
<tr>
<td>PSI</td>
<td>Fatores</td>
<td>Aspetos relacionados com dinâmicas de grupo e qualidades psicológicas como as relações interpessoais, capacidade de liderança e de trabalho, humildade ou concentração.</td>
</tr>
<tr>
<td></td>
<td>Psicológicos</td>
<td></td>
</tr>
<tr>
<td>TÉC</td>
<td>Técnica</td>
<td>Aspetos relacionados com os gestos técnicos específicos do basquetebol.</td>
</tr>
<tr>
<td>TÁT</td>
<td>Tática</td>
<td>A execução da técnica de forma eficaz e inteligente, bem como a capacidade de entendimento do jogo e das suas exigências.</td>
</tr>
<tr>
<td>QFI</td>
<td>Qualidades físicas</td>
<td>Referentes a qualidades físicas do jogador como a velocidade, impulsão vertical ou força.</td>
</tr>
<tr>
<td>ANT</td>
<td>Antropométricos</td>
<td>Aspetos antropométricos como a altura, envergadura e peso.</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 8 – Codificação das variáveis e sua descrição. (Adaptado de Ibañez, 2004)
4. Apresentação e Discussão dos Resultados

Depois de transcritas, as entrevistas foram analisadas, procedendo-se ao levantamento de todos os fatores mencionados pelos intervenientes ao longo da pesquisa. Dada a quantidade de informação obtida através da análise das entrevistas, optamos pela apresentação dos dados através de diferentes tabelas, as quais servem de ponto de partida para uma discussão mais profunda dos resultados.

No ponto 3.1, apresentaremos os resultados gerais de todas as entrevistas, bem como os fatores mais vezes referidos dentro de cada uma das categorias por parte dos intervenientes deste estudo. No ponto 3.2, iremos apresentar os fatores que foram considerados os mais relevantes para o desenvolvimento de um jogador de Basquetebol.

4.1. Resultados

Depois de definidas as variáveis e analisadas as entrevistas, foi analisada a frequência com que cada fator foi mencionado pelos diferentes grupos na amostra. Os resultados gerais do estudo estão apresentados na tabela seguinte.

<table>
<thead>
<tr>
<th>CATEGÓRIAS</th>
<th>AMB</th>
<th>PSI</th>
<th>TÉC</th>
<th>TÁT</th>
<th>QFI</th>
<th>ANT</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Treinadores de Séniores</td>
<td>136</td>
<td>72</td>
<td>51</td>
<td>41</td>
<td>34</td>
<td>21</td>
</tr>
<tr>
<td>Treinadores de Formação</td>
<td>135</td>
<td>97</td>
<td>48</td>
<td>38</td>
<td>46</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>Jogadores</td>
<td>87</td>
<td>56</td>
<td>25</td>
<td>27</td>
<td>24</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>Coordenadores</td>
<td>57</td>
<td>28</td>
<td>23</td>
<td>15</td>
<td>27</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>TOTAIS</td>
<td>415</td>
<td>253</td>
<td>147</td>
<td>121</td>
<td>131</td>
<td>62</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 9 – Resultados gerais do estudo. Análise da frequência com que cada variável foi mencionada, através dos seus diferentes fatores.

Os fatores ambientais foram os mais destacados pela amostra. Em todas as categorias – Treinadores de Séniores (TS), Treinadores de Formação (TF), Jogadores (J) e Coordenadores (C) – o maior número de referências efetuadas pertenceu à categoria do Ambiente (AMB). Distanciada também das
restantes variáveis, a os fatores psicológicos (PSI) foram também destacados pela amostra.

4.1.1. Treinadores de Séniores (TS)

Os TS consideraram que o fator mais relevante no desenvolvimento de um jogador de Basquetebol é a família. Neste fator, englobamos o apoio familiar que o atleta tem enquanto jovem, bem como, o papel que os pais têm durante a atividade desportiva do seu filho. É importante referir que muitos treinadores consideram a família como o ponto de partida para a prática desportiva. No entanto, à medida que o atleta começa a ficar mais velho e mais independente, verifica-se que a influência dos pais começa a diminuir, passando o(s) treinador(es) a ser o principal fator influenciador do jovem atleta.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Categoria</th>
<th>Fator</th>
<th>Contagem</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Família</td>
<td>23</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Treinador</td>
<td>21</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Equipa</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Competição</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>TÉC</td>
<td>Habilidades técnicas</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>TÁT</td>
<td>Conhecimento do jogo</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Clube</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>TÉC</td>
<td>Lançamento</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>TÁT</td>
<td>Tomada de decisão</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Contexto</td>
<td>9</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 10– Análise da frequência dos fatores de desenvolvimento mais referenciados na categoria de TS

4.1.2. Treinadores de Formação (TF)

Os TF consideram-se o fator com maior influência no percurso de um jovem jogador de Basquetebol. Não descuram o papel familiar na prática desportiva do atleta, mas assumem a sua importância na formação e desenvolvimento do jovem talento.
Algumas características psicológicas, como a ética de trabalho e a atitude, são apontadas como essenciais pelos TF.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Categoria</th>
<th>Fator</th>
<th>Contagem</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Treinador</td>
<td>21</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Família</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>TÉC</td>
<td>Habilidades técnicas</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Competição</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Equipa</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Clube</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>PSI</td>
<td>Ética de trabalho</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>TÁT</td>
<td>Conhecimento do jogo</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Escolhas do treinador</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Qualidade do treino</td>
<td>10</td>
</tr>
<tr>
<td>PSI</td>
<td>Atitude</td>
<td>8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 11 – Análise da frequência dos fatores de desenvolvimento mais referenciados na categoria de TF

4.1.3. Jogadores

<table>
<thead>
<tr>
<th>Categoria</th>
<th>Fator</th>
<th>Contagem</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Treinador</td>
<td>17</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Equipa</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Família</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Amigos</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Condições de trabalho</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>TÁT</td>
<td>Tomada de decisão</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Competição</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>PSI</td>
<td>Ambição</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>PSI</td>
<td>Vontade</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>TÉC</td>
<td>Habilidades técnicas</td>
<td>6</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 12 – Análise da frequência dos fatores de desenvolvimento mais referenciados na categoria de Jogadores
Os Jogadores consideram que as principais influências durante a sua caminhada para até ao Desporto de Alta Competição são o treinador e a sua equipa. Também consideram importante o seu grupo de amigos e o apoio familiar. Fatores psicológicos (ambição e vontade) e táticos (tomada de decisão) também foram apontados como fulcrais na sua caminhada até ao Alto Rendimento.

4.1.4. Coordenadores

Para os Coordenadores, o fator que tem maior relevância no desenvolvimento de um jovem atleta de Basquetebol é o treinador. A mentalidade de um jogador também é considerada determinante pelos Coordenadores e algumas qualidades físicas aparecem-nos como importantes nesse processo, nomeadamente a coordenação motora. É possível verificar que esta categoria compreende e evidencia o papel da família no longo percurso até ao Alto Rendimento.

É importante referir que esta categoria dá a devida importância a fatores ambientais que podem ser, em certa medida controlados através do exercício da sua função, tais como os treinadores e as condições de trabalho que o clube proporciona aos seus atletas.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Categoria</th>
<th>Fator</th>
<th>Contagem</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Treinador</td>
<td>14</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Família</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Escolhas do treinador</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Contexto</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Clube</td>
<td>4</td>
</tr>
<tr>
<td>PSI</td>
<td>Mentalidade</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>TÉC</td>
<td>Habilidades técnicas</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>QFI</td>
<td>QFI em geral</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>QFI</td>
<td>Coordenação</td>
<td>5</td>
</tr>
<tr>
<td>AMB</td>
<td>Condições de trabalho</td>
<td>4</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 13 – Análise da frequência dos fatores de desenvolvimento mais referenciados na categoria de Coordenadores
Depois de conhecidos os fatores mais relevantes evidenciados por cada um dos grupos constituintes da amostra, iremos apresentar aqueles que foram mais referenciados de forma global.

4.2. Fatores relevantes no desenvolvimento de um jogador

Como já destacamos na revisão da literatura, a tentativa de identificar e selecionar apenas um qualquer fator isolado como sendo o fator vital e discriminatório no percurso de um jovem jogador de Basquetebol, é uma tarefa extremamente ardilosa, senão impossível de realizar. Na verdade, dada a complexidade da interação de todas as variáveis e fatores que interferem nessa caminhada, entendemos ser possível identificar não um fator, mas um conjunto de fatores que facilitam o longo processo de formação desportiva para a alta competição.

4.2.1. Ambientais (AMB)

Como já foi referido, o fatores ambientais foram, entre todas as variáveis, aquela que foi mais vezes referenciada pela amostra. De acordo com Rees e Hardy (2000), os fatores que rodeiam um jogador são decisivos para que possa jogar a alto nível. As opiniões da nossa amostra vão de encontro ao estudo de Bloom (1985) em que o autor destaca a importância da família, professor e amigos no desenrolar da atividade de jovens músicos até à excelência.

Os resultados do nosso estudo apontam para a família como o fator ambiental mais relevante no desenvolvimento de um jovem jogador de Basquetebol. Podemos comprová-lo por exemplo através de afirmações como:

"A família, por ser o nosso primeiro ambiente desde que nascemos, é, na minha opinião, o ponto mais preponderante" (TS2)

"Claro que o treinador e os amigos têm a sua influência, mas a família é a base de tudo" (J4),

, o que indica uma semelhança no estudo de Côté (1999) sobre a influência da família no desenvolvimento do atleta.
No entanto, convém entender que existem atletas que provêm de meios menos favoráveis do ponto de vista social (famílias destruturadas ou monoparentais ou condições económicas graves) e que, ainda assim, conseguem alcançar o alto rendimento, por vezes pelo apoio que obtêm do treinador, outras pela sua capacidade de contornar dificuldades.

“não são raras as vezes que verificamos que atletas que vivem em meios complicados conseguem atingir o alto rendimento fruto do trabalho e seriedade, usando algumas vezes isso como o “escape” ao meio em que vivem” (C4).

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fator</th>
<th>Contagem</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Família</td>
<td>64</td>
</tr>
<tr>
<td>Treinador</td>
<td>53</td>
</tr>
<tr>
<td>Equipa</td>
<td>48</td>
</tr>
<tr>
<td>Competição</td>
<td>36</td>
</tr>
<tr>
<td>Clube</td>
<td>32</td>
</tr>
<tr>
<td>Escolhas do treinador</td>
<td>30</td>
</tr>
<tr>
<td>Contexto</td>
<td>26</td>
</tr>
<tr>
<td>Amigos</td>
<td>26</td>
</tr>
<tr>
<td>Condições de trabalho</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>Qualidade do treino</td>
<td>22</td>
</tr>
<tr>
<td>Especialização precoce</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>Competição interna</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Oportunidades</td>
<td>8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 14 – Fatores mais mencionados na variável do ambiente

O papel do treinador também se assume como fulcral na caminhada até ao Desporto de Alta Competição. A sua influência é comprovada pelas multifunções que desempenha para com o atleta.

“Um bom treinador é igualmente um pai e um amigo, é o que o atleta precisa que ele seja em cada momento.” (TS5)

“O treinador vai influenciar o atleta durante todo o seu percurso desportivo.” (J2).
Este fator remete-se para estudos como o de Holt e Dunn (2004) e Santos (2011), que destacam o importante papel do treinador. Também é da sua responsabilidade promover treinos com qualidade que criem desafios adequados aos atletas, motivando o seu desenvolvimento. Por outro lado, as escolhas do treinador podem determinar se um jogador completa o seu processo de formação da melhor forma possível. Nas entrevistas podemos verificar que as opções do treinador, especialmente as que levam a uma especialização precoce, podem destruir o potencial que é identificado a um determinado tem, muito devido a lacunas no desenvolvimento dos diferentes fundamentos técnicos:

“A especialização do jogador suposto grande em idades precoces pode aniquilar um potencial jogador de elite” (TS5)

Esta problemática também é evidenciada por Carlson (1988) e Hill (1993), quando afirmam que a diversidade de estímulos desportivos em atletas é benéfica para o seu desenvolvimento.

Os pares assumem igualmente um papel crucial no percurso de um jovem atleta numa modalidade desportiva. Os nossos entrevistados assumem a sua importância e levam o nosso estudo de encontro ao de van Rossum e Gagne (2005) e de Bloom (1985). Na adolescência, o papel dos pais começa a ser substituído pelo dos amigos, o que pode determinar o abandono da modalidade.

“não é fácil ver os teus amigos a irem sair todas as sextas-feiras e tu teres que ficar em casa ou só ficas até às 22h porque no dia a seguir tens jogo. Se eles não conseguirem entender e te influenciarem de forma errada (no que toca à tua prática e compromisso desportivos), acabas por desistir, porque socialmente não queres ficar para trás.” (J4)
No fator equipa englobamos a questão da relação com os colegas de equipa e a homogeneidade da mesma. Na verdade, o grupo de jogadores onde um atleta está inserido pode determinar o seu ritmo e capacidade de desenvolvimento, bem como a persistência ou abandono da prática desportiva.

“If he or she is surrounded by better athletes then he/she will have a better opportunity to progress and be challenged.” (TF1)

“Um ambiente onde tens um conjunto de jogadores motivados e todos sabem para onde querem ir e atingir um patamar alto, todos sabem lutar para ganhar, todos se sacrificam uns pelos outros e tu estás envolvido nesse comboio, tu vais seguir esse comboio” (J1).

Em termos de competição, decidimos dividi-la em competição propriamente dita, que assumimos ser aquela onde a sua equipa está inserida, e a competição interna que resulta de um grupo de jogadores equilibrado, em que os treinos se revelam como uma constante competição por um lugar nos convocados para o jogo ou no cinco inicial. A ideia comum entre a amostra revela que a competição confere ao atleta a necessidade de progressão, como podemos verificar na seguinte afirmação:

“Acredito que quanto melhor e mais forte for a competição, mais o talento terá de trabalhar, de forma a progredir e ultrapassar os obstáculos que encontra.” (TS7).

Entendemos, portanto, que tanto na competição contra adversários como com os seus próprios colegas de equipa, o jovem atleta terá de procurar a constante superação de forma a poder evoluir. Convém, no entanto, que a competição se adeque ao nível do atleta:

“If the competition is easy, there is no challenge and no growth. If the competition is too difficult, the difference in ability is too wide and there still be no growth. The competition must be appropriate where the talented player is in an environment where he/she can be successful if skills are performed correctly.” (TF3)
Apresentação e Discussão dos Resultados

No fator contexto consideramos como seus constituintes tanto o local de nascimento, bem como a cultura do país. Platonov (1998) afirma que níveis de rendimento elevados só podem ser alcançados num meio social favorável. Podemos comprovar a importância do meio que envolve um atleta, o local de nascimento e a cultura do país determinam se um jovem irá iniciar a prática da modalidade ou não e, posteriormente, se persistirá a longo prazo, analisando o seguinte excerto:

"um jovem com enorme potencial... cresce num país em que nunca se ouviu falar desse desporto, não existindo sequer bolas e cestos. Esse jovem nunca vai ser jogador de basquetebol." (TS5)

Os resultados do nosso estudo apontam, igualmente, o clube como um fator relevante no processo de desenvolvimento de um jovem jogador. Em primeiro lugar, pertence ao clube a escolha dos treinadores que, como já evidenciamos, possuem um papel de destaque nesta temática. Em segundo lugar, as condições de trabalho (horários e espaços de treino) que os atletas necessitam e que a nossa amostra apontou como sendo um dos fatores mais relevantes, é da sua responsabilidade. Por último, parece evidente que um clube com melhores índices de qualidade na formação criará mais oportunidades de desenvolvimento para um jogador fora desse mesmo ambiente, como por exemplo, a ida às seleções distritais ou nacionais.

4.2.2. Psicológicos (PSI)

Os fatores psicológicos foram, depois dos fatores ambientais, os mais mencionados pela amostra deste estudo. Para Baker e Horton (2004), a vertente psicológica é extremamente importante.
Apresentação e Discussão dos Resultados

Para a nossa amostra, a ambição, o espírito de sacrifício e a ética de trabalho revelam-se como os fatores psicológicos mais preponderantes no percurso do jovem atleta até ao Alto Rendimento.

O nosso estudo vai de encontro ao de Thomas (1994), quando afirma que um fator comum nos jogadores de elite é a capacidade de trabalho e de sacrifício. Weinberg e Gould (1996) afirmam que uma das chaves para alcançar o desporto de Alto Rendimento incide no desejo de aprender e melhorar a cada dia. Também na nossa amostra encontramos evidências dessa crença:

“deve manter sempre espírito de aprendizagem constante e espírito de sacrifício.”
(C4).

A paixão pelo desporto que pratica também se assume como essencial, que, segundo Santos (2011), é um fator determinante para aguentar as exigências associadas ao desenvolvimento a longo prazo da modalidade.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fator</th>
<th>Contagem</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Ambição</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>Espírito de sacrifício</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>Ética de trabalho</td>
<td>19</td>
</tr>
<tr>
<td>Força de vontade</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>Autoconfiança</td>
<td>13</td>
</tr>
<tr>
<td>Motivação</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>Compromisso</td>
<td>12</td>
</tr>
<tr>
<td>Paixão pela modalidade</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>Mentalidade</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>Desejo de superação</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>Persistência</td>
<td>9</td>
</tr>
<tr>
<td>Atitude</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Concentração</td>
<td>8</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 15 – Fatores mais mencionados na variável dos fatores psicológicos
Os atletas sentem-se mais motivados e renovam a sua paixão fazendo aquilo que mais gostam de fazer e, consequentemente, sentem-se mais predispostos a demonstrar elevados níveis de compromisso e esforço:

“... adorar o desporto que pratica. No nosso caso, o basquetebol: paixão e necessidade, é o que te empurra para o esforço máximo." (TS2).

A concentração, humildade, autoconfiança e persistência foram outros dos fatores apontados pela nossa amostra como fulcrais para que um jovem jogador consiga alcançar o Alto Rendimento:

“O jogador deve sentir que ainda tem margem para progredir. Este pensamento deve acompanhar o atleta em toda a sua vida.” (TS2)

“ter capacidade de sofrimento e persistência em busca de um objetivo.” (TS7)

Tal evidência assemelha-se ao estudo de Rose, Deschamps, Korsakas (2001), que afirmam que é determinante saber lidar com as situações de stress próprias da competição. Também para estes autores, um praticante de Basquetebol deve possuir elevados níveis de confiança, autocontrolo e concentração.

4.2.3. Técnicos (TÉC)

A capacidade técnica de um jogador parece influir no progresso de um jogador desde os escalões de formação até a competições de alto nível de rendimento. Na realidade, quanto maior for o nível técnico de um atleta, mais facilidade ele terá em solucionar problemas que se lhe deparam durante um jogo, dada a extensão do seu reportório.

Todos os entrevistados concordam em assinalar os fundamentos técnicos básicos da modalidade (habilidades técnicas) como preponderantes para que um jogador possa alcançar o Alto Rendimento.
Alguns treinadores assumem que a aquisição/aperfeiçoamento de uma habilidade técnica própria ou a capacidade de executar habilidades técnicas características de uma posição que não a do jogador pode marcar a diferença:

“Outstanding in a skill that is unusual for their physical disposition” (TF2)

“ter algum movimento que dominem especialmente e que seja seu selo pessoal, aquilo que os define e que garante o sucesso da ação." (TS2)

“... desenvolveu um novo lançamento que lhe permitiu ter uma técnica fantástica e apareceu uma nova técnica. E isso não é para qualquer um." (J1)

No geral, como já foi referido, a amostra considera que os três grandes fundamentos do Basquetebol (lançamento, passe e drible) são essenciais num jogador de Basquetebol, colocando o nosso estudo coincidente com o de Trninić e colaboradores (1999). No entanto, alguns entrevistados destacam a importância de uma boa relação com a bola, de uma boa posição defensiva e da receção da bola:

“Ser capaz de driblar a bola sobre pressão defensiva, com ambas as mãos.” (TF4).
A posição de tripla ameaça foi poucas vezes referenciada pela nossa amostra, apesar de ser considerada essencial para Vaeyens e colaboradores (2008).

4.2.4. Táticos (TÁT)

Indo de encontro ao estudo de Calvo (2001), o nosso trabalho revelou que os dois fatores mais evidenciados na capacidade tática de um jogador são o conhecimento do jogo e a capacidade de tomada de decisão, o que coincide com o estudo de McCormick (2008), quando afirma que é extremamente importante que um atleta tenha uma boa capacidade de tomada de decisão.

A capacidade de utilizar as habilidades próprias adequadas à situação também se revela fulcral para um jovem atleta (Trninić et al., 1999).

Conscientes de que a leitura e compreensão do jogo estão subentendidos no fator do conhecimento do jogo, decidimos discriminá-los, uma vez que foram bastantes as vezes em que foram mencionados separadamente. Por isso, o conhecimento do jogo engloba os processos de compreensão e leitura de jogo, mas os últimos podem não se conter um ao outro e, por isso, foram analisados como independentes. Para além disso, para alguns treinadores a leitura de jogo revela-se bem mais importante que a compreensão ou vice-versa.

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fator</th>
<th>Contagem</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Conhecimento do jogo</td>
<td>32</td>
</tr>
<tr>
<td>Tomada de decisão</td>
<td>28</td>
</tr>
<tr>
<td>Leitura de jogo</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>Compreensão do jogo</td>
<td>8</td>
</tr>
<tr>
<td>Inteligência</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>Antecipação</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Jogar sem bola</td>
<td>3</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 17 – Fatores mais mencionados na variável dos fatores táticos

Na verdade, os processos de compreensão e leitura de jogo, quando desenvolvidos, auxiliam os processos de tomada de decisão, conferindo aos
atletas um maior conhecimento do jogo e, consequentemente, facilitam a sua chegada ao Alto Rendimento:

“O atleta tem de ser inteligente ao ponto de conseguir ler o jogo, decidir rápido e bem quando chamado a tomar decisões durante o jogo, utilizando as suas capacidades técnicas e físicas no momento certo.” (J2)

Para além destes fatores, a capacidade de antecipação também se revela uma qualidade importante para um jogador de Basquetebol:

“all players should have that tactical understanding of what happens next… If players know how to anticipate this at speed, they’ll become more effective as a player and are more likely to achieve high performance.” (TF3)

Estas conclusões levam-nos de encontro aos estudos de Abertnethy et al. (1993) e Sanchéz (2002), que destacam a importância da capacidade de detetar informações relevantes e de antecipar ações.

Tal como no estudo de McCormick (2008) a noção de espaçamento e ocupação de espaços também é referida pelos intervenientes do nosso estudo, especialmente no que toca ao jogar sem bola, isto é, ser capaz de criar espaços para os seus companheiros.

“Há uma noção que desde muito cedo deve ser transmitida aos miúdos: a de ocupação de espaços.” (C2)

“Players should tactically be aware of spacing, they should appreciate the importance of having space between other players.” (TF3)

4.2.5. Físicos (QFI)

As qualidades físicas assumem-se como uma parte integrante do jogo de Basquetebol e são consideradas essenciais para que um atleta tenha sucesso na prática desportiva.
“Como é possível uma decisão técnica acertada se ela não for efetuada por um corpo fisicamente disponível?” (TS1).

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fator</th>
<th>Contagem</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>QFI em geral</td>
<td>18</td>
</tr>
<tr>
<td>Coordenação</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Velocidade</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Resistência</td>
<td>16</td>
</tr>
<tr>
<td>Força</td>
<td>15</td>
</tr>
<tr>
<td>Agilidade</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>Impulsão</td>
<td>11</td>
</tr>
<tr>
<td>Velocidade de reação</td>
<td>7</td>
</tr>
<tr>
<td>Flexibilidade</td>
<td>6</td>
</tr>
<tr>
<td>Força explosiva</td>
<td>4</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 18 – Fatores mais mencionados na variável das qualidades físicas

Assim, as três qualidades físicas que mereceram mais destaque por parte dos entrevistados foram a coordenação, a velocidade e a resistência, como podemos comprovar:

“… coordenação, capacidade que permite potenciar todas as outras…” (TS5).

É importante referir que, embora não sejam consideradas, por parte dos entrevistados, essenciais em idades jovens (dada a possibilidade de serem potenciadas através do treino e ao longo do tempo), a possesão destas capacidades em tenras idades facilita o desenvolvimento do jovem jogador, como podemos verificar pelo seguinte excerto:

“I think physical capabilities can be developed later in life. I think there should be some good physical capabilities to begin with – that will help – but technical definitely is more important at the young age.” (TF3)

Características como a força, a agilidade e a flexibilidade também são mencionadas pelos entrevistados. No entanto, a impulsão é poucas vezes
enunciada, o que parece ser um contrassenso, já que na NBA - aquele que é considerado o Basquetebol de mais alto nível a nível mundial -, são apresentadas como qualidades de eleição.

Por último, a força explosiva e a velocidade de reação são consideradas importantes no desenvolvimento de um jovem jogador: “altos níveis de força explosiva…” (TS1), tal como são destacadas no estudo de Vaeyens e colaboradores (2008).

4.2.6. Antropométricos

<table>
<thead>
<tr>
<th>Fator</th>
<th>Contagem</th>
</tr>
</thead>
<tbody>
<tr>
<td>Altura</td>
<td>25</td>
</tr>
<tr>
<td>Morfologia</td>
<td>20</td>
</tr>
<tr>
<td>Envergadura</td>
<td>13</td>
</tr>
</tbody>
</table>

Tabela 19 – Fatores mais mencionados na variável da antropometria

Por último, apresentamos a variável da antropometria.

É consensual entre a amostra que as caraterísticas antropométricas não são essenciais para a chegada ao Alto Rendimento. No entanto, se estiverem presentes, auxiliam o jogador no alto nível:

“... acho que qualquer um pode chegar ao Alto Rendimento, caso tenha o acompanhamento certo, aspetos psicológicos, etc., independentemente das suas características antropométricas. Isso não pode ser condição.” (J1)

“... percebo a importância da altura na modalidade, mas não aceito que a mesma seja critério de exclusão em termos de seleção de atletas.” (TS5).
5. Conclusões

A complexa interação entre todos os fatores explorados ao longo deste documento sugere a impossibilidade da definição de um único fator como sendo o mais relevante na longa caminhada até ao Desporto de Alta Competição, algo usual em diversos programas de detecção e seleção de talentos.

Através da análise de 22 entrevistas de intervenientes do Basquetebol – Treinadores de Séniores, Treinadores de Formação, Jogadores e Coordenadores – obtivemos um conjunto de fatores que se assumem como fulcrais e que devem latentes no atleta, devendo ser igualmente alvos de focalização preferencial no seu desenvolvimento. A sua interação vai determinar se um jovem atleta alcançará ou não a excelência.

Um primeiro aspeto que podemos retirar das entrevistas prende-se com a resposta à pergunta “É possível prever se um jovem irá alcançar o Alto Rendimento?”. Curiosamente, não existe um consenso entre os sujeitos da amostra. Sentimos, e é a opinião mais comum, que, dada a variedade de fatores que influenciam todo o percurso do jovem atleta, não é possível afirmar, com certeza, que um atleta pode chegar ao Alto Rendimento. No entanto, parece-nos ser possível predizer se um atleta apresenta condições do foro sociocultural e psicológico, técnico e tático, físico e antropométrico que se forem e potenciadas o poderão levar a atingir níveis de excelência.

Uma vez cientes de quais os fatores e qualidades essenciais para o Alto Rendimento e estando informados acerca da melhor forma de as desenvolver, é tarefa dos treinadores adequar o processo de treino às necessidades e características de cada atleta.

O ambiente é, sem dúvida, a variável que mais influência tem na prática desportiva, começando pelo local de nascimento e a oportunidade de experimentar a modalidade, passando pelas influências familiares ou dos amigos, terminando nas oportunidades que o clube e o treinador proporcionam ao atleta.
O papel dos pais vai-se alterando durante as diferentes fases do percurso desportivo de um jovem atleta: desde líder e impulsionador da atividade desportiva, até espetador e seguidor do sucesso do atleta (Côté, 1999).

Existe uma diferença interessante nos dois principais fatores ambientais enunciados pelos Treinadores de Séniores e pelos Treinadores de Formação. Os primeiros consideram que a família é o fator mais importante, seguido do treinador; a opinião dos segundos é contrária – o treinador aparece em primeiro lugar, seguido da família.

Parece-nos que a explicação para esta diferença se prende com o facto de que os Treinadores de Formação, por vivenciarem o processo de formação e desenvolvimento de um jovem jogador, sentem que a sua função multidisciplinar (amigo, pai, instrutor) influencia em grande escala o jovem no seu percurso. Já os Treinadores de Séniores, pelo tardio contacto com um jogador (provavelmente já na idade adulta), centram a sua análise na importância que a família tem durante os primeiros anos de prática.

Em termos psicológicos, foi-nos possível definir um conjunto de fatores que um atleta deve possuir e desenvolver, para que consiga aproveitar na plenitude as etapas da sua formação desportiva. A ética de trabalho, o compromisso e o espírito de sacrifício, a força de vontade, a humildade, a ambição e a paixão nutrida pela modalidade revelam-se essenciais para o aperfeiçoamento das qualidades técnicas e táticas.

Na vertente técnica, concluímos que os fatores mais importantes se revelam como os mais básicos – os fundamentos técnicos da modalidade. No caso do Basquetebol, o lançamento, o drible e o passe assumem-se como os principais fatores, mas ainda são evidenciadas habilidades técnicas como a receção da bola e a posição defensiva.

A maioria dos entrevistados concorda que, em fases iniciais, o ensino da técnica deve ser prioritário. Não descurando a vertente tática e as capacidades físicas, não parece lógico ensinar “quando fazer” se não tiver havido a preocupação de ter ensinado o “como”.
Conclusões

No que toca à tática, apercebemo-nos de que, para os entrevistados, mais do que decorar um glossário de set-plays, um atleta deve conhecer o jogo, isto é, lê-lo e compreender o que cada situação acarreta para si e para a sua equipa. Para além disso, a capacidade de tomada de decisões, preferencialmente, rápida (dada à especificidade da modalidade) e a antecipação assumem-se como características essenciais a desenvolver num jovem jogador de Basquetebol.

Também se verifica que a maioria da amostra defende que todos os jogadores devem desenvolver aptidões que lhes permitam jogar na posição de base. Apesar de ser possível predizer a altura de um atleta, como já foi referido anteriormente neste trabalho, não é de todo descabida a hipótese de desenvolver em todos os jovens jogadores habilidades que podem ser transferidas para qualquer outra posição.

A maioria dos entrevistados considera que as qualidades físicas não têm necessariamente de estar evidentemente em jovens atletas, uma vez que é possível desenvolvê-las ou potenciá-las através do processo de treino. No entanto, como foi anteriormente referido, um jogador de Basquetebol deve ser um atleta. As qualidades físicas são um fator facilitador da performance durante a Formação e uma necessidade durante a Competição e, portanto, verificamos que a tendência evolutiva faz com que os jogadores de Basquetebol de Alto Rendimento sejam cada vez mais atléticos. Assim sendo, qualidades físicas como a coordenação, a impulsão, a velocidade ou a força funcional e explosiva são determinantes no sucesso de um jogador de Basquetebol de Alta Competição.

Por último, para a nossa amostra, os fatores antropométricos deixaram de ser um fator excluinte de jogadores. Ter uma estatura elevada ou membros longos facilita a aquisição de altos níveis de performance mas não cumprir esses dois requisitos não exclui nenhum jogador. No entanto, jogadores que não possuam níveis antropométricos favoráveis devem ser extraordinários nos outros aspetos que interferem na performance desportiva.
Futuros estudos no âmbito desta temática podem assumir uma estrutura longitudinal. Podem centrar-se em acompanhar um conjunto de atletas desde o seu início na modalidade, tentando perceber efetivamente a influência familiar neste percurso. Isto é, uma vez que esta ainda não é clara (existência de atletas provenientes de meios desfavorecidos), seria interessante saber se existem outros fatores que podem colmatar a falta do apoio familiar, como por exemplo, perceber a extensão da influência do treinador enquanto pai, amigo e instrutor.
6. Implicações

Neste capítulo propom-nos a esclarecer algumas implicações que as conclusões deste estudo possam ter na deteção de talentos e no processo de treino.

6.1. Deteção de talentos

Através das conclusões deste estudo, a importância das características antropométricas e habilidades técnicas foi desmistificada. Embora não possam ser descurados, esses fatores não assumem a relevância de que outrora gozavam. Parece-nos portanto, que a deteção de talentos deve fazer uma avaliação mais profunda e detalhada do contexto onde atleta está inserido – do seu passado, da escola e do seu nível escolar -, bem como analisar a vertente psicológica desse atleta: a procura de características como a autoconfiança, ética de trabalho, espírito de sacrifício, humildade e compromisso deve ser uma prioridade em relação à sobrevalorização da estatura.

Deve-se também, dar mais importância a aspetos táticos como a tomada de decisão e o conhecimento, leitura e compreensão do jogo, em relação aos aspetos técnicos. Quanto à busca de características relativas ao campo físico, deve dar-se um enfoque especial à coordenação, velocidade e impulsão, e não tanto à altura ou envergadura de um jovem atleta.

6.2. Processo de treino

Os resultados deste estudo revelam valiosas pistas para o processo de treino e que podem tornar o processo de formação de um jovem uma etapa preparatória de sucesso na caminhada para o Alto Rendimento.

O processo de treino deve contemplar exercícios competitivos, de modo a cultivar o desejo de superação nos jovens atletas. Cabe ao treinador conseguir motivar os seus atletas para a prática séria da modalidade, mas mantendo um ambiente divertido e saudável.

A problemática da especialização precoce de um jovem atleta que apresente uma estatura mais elevada em relação aos seus pares continua a
ser uma realidade demasiadas vezes verificada em diversos clubes. Provavelmente, o desejo de sucesso a curto prazo, trará consequências no processo de formação de um jovem atleta. Por isso, durante etapas da formação, deverá haver uma focalização no ensino da técnica individual – fundamentos da modalidade – para que todos os atletas se tornem versáteis no que toca à sua posição em campo.

O ensino da tática não deve ser separado do da técnica, mas deve haver prioridade na segunda vertente. Deve haver sempre a preocupação em desenvolver no atleta a capacidade de leitura e compreensão de jogo, bem como de tomada de decisões por si só.

Na realidade do nosso Basquetebol, o treino físico deve ser conectado com o treino técnico, dado que, muitas vezes, não dispomos de tempo ou material para o fazer independentemente. Qualidades como a coordenação, a velocidade e a impulsão devem ser prioritárias. No entanto, devem adequar-se as cargas à idade e experiência dos praticantes.

É fulcral que as expetativas dos jovens atletas sejam e se mantenham realistas, através da definição de objetivos apropriados ao nível e experiência do atleta. Se os objetivos tomarem um carácter aliciante, a criação de hábitos de trabalho e desejo de superação será natural e os benefícios desses desafios a longo prazer serão bem visíveis no nível do atleta.

Por fim, devemos ter em conta que o processo de formação de um jovem atleta dura cerca de 10 anos. A criação de atalhos neste processo irá comprometer seriamente as hipóteses de um atleta com potencial de progredir na sua carreira até ao Alto Rendimento.
7. Bibliografia


Abernethy, B., Côté, J., Baker, J. (2002). *Expert decision making in team sports.* s.l.; Australia


Developing the potential for learning through interactions. In R. L.
Jones (ed.), The sports coach as educator: Reconceptualising sports
São Paulo: Artmed.
of parental influences in the development of musical performance.
British Journal of Developmental Psychology, 14, 399-412.
Gruyter.
environments in figure skating and volleyball: a search for deliberate
practice. In J. Starkes & K. A. Ericsson (Eds.), Expert performance in
sports: advances in research on sport expertise (pp. 90–113):
Champaign, IL, Human Kinetics.
facilitation of performance.. In J. Williams (Ed.), Applied sport
psychology: Personal growth to peak performance. New York:
McGraw-Hill.
sport. In R. N. Singer, H. A. Hausenblas & C. M. Janelle (Eds.),
Elferink-Gemser, M. (2005). Today’s talented youth field hockey players, the
stars of tomorrow? A study on talent development in field hockey.
ERICKSON, F. Métodos cualitativos de investigación. In: WITTROCK, M. C.
La investigación de la enseñanza, II. Barcelona- Buenos Aires-


Characterization of college football athletes and basketball:
Anthropometry and Body Composition. E-balonmano.com: Journal of
and their development in Olympic champions. Journal of Applied
Sport Psychology, 14, 172-204.
foundations of coaching: Similarities and differences among
intercollegiate wrestling coaches. The Sports Psychologist, 1
Murphy, Sport Psychology Interventions (pp.117-146). Champaign,
IL: Human Kinetics.
of talent physical precocity and practice in the development of soccer
Hill, G. M. (1993). Youth sport participation of professional baseball player;
Sociology of Sport Journal, Vol. 10 No. 1 pp. 107-114
soccer: An Australian experience. Journal of Sports Sciences. 18
arts: the role of context in motor recall. Journal of Sports & Exercise
Psychology, 20
competencies and environmental conditions associated with soccer
Sports Science, 5(1)
Behavioral and Brain Sciences, 21
Blackwell

Irúrtia, A., & Iglesias, X. (s.d.). La formación de los jóvenes deportistas: de la detección del talento a la intervención federativa.


Ogilvie, B. C., & Tutko, T. A. (1970). Self-perceptions as compared with measured personality of selected male physical educators. In G. S. Kenyon (Ed.), *Contemporary psychology of sport* (pp. 73-78). Chicago: Athletic Institute


Sáenz-López, P. et al. (2005). Multifactor characteristics in the process of
development of male expert basketball player in Spain. *International
Sáenz-López, P., Ibáñez, S.J., Giménez, J., Sierra, A., & Sánchez, M.
(2005). Multifactor characteristics in the process of development of
the male expert basketball player in Spain. *International Journal of
Sport Psychology*, 36, 151-171.
expert ice and field hockey coaches´ careers. In: Commonwealth
Conference in Sport Science, Access to Active Living (pp. 570-575).
Victoria, Canada: University of Victoria PressAccess to Active Living
(pp. 570-575). Victoria: University of Victoria.
enfoque psicosocial. Tesis doctoral inédita. Universidad de Granada.
atleta de basquetebol “Ticha” Penicheiro. Dissertação apresentada
às provas de Mestrado em Ciências do Desporto na área de
especialização em Treino de Alto Rendimento. Faculdade de
Desporto da Universidade do Porto.
and coach influences on young participants. In E.W. Brown, C.F.
Branta (Eds.) *Competitive sports for children and youth: an overview
of research and issues*. Champaign, IL: Human Kinetics,
Silve Filho, F. J., Luguetti, C. N., De Oliveira Paes, F., & Silveira Böhme, M.
T. (2011). Critérios para detecção e seleção de jovens atletas de
basquetebol na cidade de São Paulo / Criterias for sport talents
detection and selection for young basketball athletes in the city of
São Paulo. *Revista Mackenzie de Educação Física e Esporte, 10*(2),
64-73.
Singer, R. N.; Janelle, C. M. (1999), Determining sport expertise: from genes


8. Anexos
ANEXO 1
Modelo da Entrevista

Categoria:
Codificação:

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   a. Capacidade técnica ou cognitiva⁴?
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas?
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas?

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?

7. E que capacidades físicas deve possuir?

⁴ inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

9. Em termos tácticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?

11. Como influenciam as opções tácticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

13. Que factores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?
ANEXO 2
Entrevistas dos Treinadores de Séniores
**Categoria:** Treinador de Séniores

**Codificação:** TS1

1. **Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?**

   Pergunta de resposta difícil. O que é um jovem? 12, 14, 16, 18 anos? Admitindo a idade de 16 anos como referência, diria que há alguns indicadores que poderão permitir prognósticos mais acertados. A altura, envergadura (comprimento dos braços) e o peso parecem-me os indicadores mais importantes. Um corpo com estatura acima da média, com uma boa envergadura e peso equilibrado é decisivo. Os aspetos coordenativos, volitivos e relacionados com o conhecimento do jogo poderão exponenciar o prognóstico mas dependem sempre de um bom corpo.

2. **Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:**
   a. **Capacidade técnica ou cognitiva?**
   b. **Capacidade técnica ou capacidades físicas?**
   c. **Capacidade cognitiva ou capacidades físicas?**

   Há uma tentativa constante dos meios académicos, e não só, de hierarquizar capacidades, ações, fases do jogo, etc. Na minha opinião há tempo para tudo e é desejável que o façamos da forma mais multilateral possível. Concretizando, como se consegue treinar bem uma capacidade técnica sem proporcionarmos ao decisor informação sobre como e quando a utilizar? Como é possível uma decisão técnica acertada se ela não for efetuada por um corpo fisicamente disponível? Eu posso saber o que tenho que fazer sem o conseguir executar? Posto de outra forma, de que me serve executar muito bem um gesto técnico descontextualizado de uma qualquer situação de jogo?

---

5 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
O problema reside na forma como se treina. Cada vez mais, nos desportos coletivos, a integração de múltiplos fatores do treino no exercício é determinante.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

O ambiente é igualmente importante na medida em que é o suporte de toda a sua atividade (desportiva e social): um ambiente familiar equilibrado, a existência de um grupo de amigos “normal”, colegas de equipa que se relacionam, treinadores exigentes, cooperantes e competentes.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

Mais uma tentativa de hierarquização de aspectos que não se articulam de forma previsível. Um indivíduo é influenciado de forma diferenciada pelos aspectos que acima referes. Aquilo que será mais habitual é um atleta ter mais possibilidades de sucesso com uma família equilibrada, um grupo de amigos “normais” e bons treinadores. Mas quantos atletas chegaram ao alto rendimento sem nada destas três coisas? Dizer que uma delas é mais importante… eu não consigo, nem acredito.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

Os aspectos volitivos são determinantes para o treino, o controlo da ansiedade e os níveis de auto confiança decisivos para a competição.

6. Que características antropométricas devem ter para alcançar o alto rendimento?

Como acima refiro, no basquetebol entendo ser determinante a altura, envergadura (comprimento dos braços) e o peso.
7. **E que capacidades físicas deve possuir?**
Índices coordenativos elevados (relação com a bola e técnica de corrida), altos níveis de força explosiva, capacidade e potência anaeróbia elevados e boa capacidade e potência aeróbia.

8. **Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?**

   **Movimentos com bola:**
   Capacidade de concretização (habilidade para lançar, e concretizar, de qualquer zona do campo); habilidade nos arranques em drible, drible penetrante com sentido de cesto, capacidade de alternância da velocidade do drible de progressão; capacidade de passe interior a uma e duas mãos, habilidades associadas à decisão entre o drible e o passe.

   **Movimentos sem a bola:**
   Domínio dos aspetos mais relevantes da técnica individual defensiva (são muitos); capacidade e habilidade na execução de cortes, bloqueios diretos e indiretos e respetivas continuidades.

9. **Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?**
Tudo o que é referido na resposta à pergunta 8 associado ao contexto do jogo. Saber encontrar as respostas adequadas à oposição encontrada (resposta defensiva), contexto vivido (momento do jogo) e estratégia individual e coletiva assumida (o que queremos fazer?).

10. **A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?**
A competição em que um atleta está envolvido, tal como outras dimensões igualmente importantes já abordadas em perguntas anteriores, representa mais um momento importante na sua preparação desportiva. Uma competição adequada no que respeita ao número de jogos (volume) e ao nível
competitivo (jogos equilibrados) é uma ferramenta decisiva no desenvolvimento desportivo de um qualquer atleta.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Se elas forem adequadas, como se espera, a influência é positiva. Contudo, nos escalões de formação é vulgar assistir-se a uma procura quase doentia do resultado desportivo com prejuízos inultrapassáveis nas etapas de formação dos jovens atletas. Concretamente, no basquetebol é vulgar assistir-se à colocação em zonas próximas do cesto de jovens atletas de estatura mais elevada do que os seus colegas de equipa. O problema não está na colocação circunstancial destes jovens em zonas próximas do cesto mas sim na falta de oportunidades que eles têm de poder experienciar minutos de jogo e de treino em zonas mais afastadas do cesto.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

O Clube é o maior problema no processo de desenvolvimento desportivo desta ou de outras modalidades. Se o Clube estiver devidamente organizado, o seu plano operacional definirá etapas de formação para o jovem atleta. A ideia de Clube estará sempre acima da ideia de equipa. Uma equipa, o seu grupo de treinadores, os atletas, os dirigentes, os pais terão sempre que se articular ao acima referido plano operacional. O problema é que são muito poucos os clubes que assim se organizam.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

Poderão ser muitos os fatores que levam a um talento não atingir o nível prognosticado e isso não me parece ser o aspeto mais relevante. Nós temos que fazer bem as coisas e esperar que dentro do grupo dos recrutados sobrevivam aqueles que justificam o nosso investimento. Sabemos que em clubes organizados, com experiência e com tudo o que é preciso para ter
sucesso há atletas que não conseguem lá chegar. O plano operacional definirá as metas e a sua permanente análise permitirá melhor entender se estamos ou não no bom caminho.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

Parece impossível numa entrevista tão longa responder de forma tão curta à última pergunta que solicita uma conclusão.

O aspeto mais relevante – Um Clube organizado.
Categoria: Treinador de Séniores
Codificação: TS2

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?
   Se por “prever” entendemos “ter a certeza”, então, sem dúvida, não acho possível. Podemos, no entanto, ver indícios que nos façam pensar que existem boas hipóteses de que um jogador consiga atingir esse nível. É precisamente esta incerteza, que deve obrigar os treinadores de formação a treinar sempre os fundamentos todos e com todos os seus atletas, sem reparar no que poderá vir a ser o seu futuro, para assim não limitar a sua evolução e, permitir que os próprios jogadores e a mãe natureza façam o seu trabalho.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   a. Capacidade técnica ou cognitiva\(^6\)? Técnica.
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? Técnica.
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Cognitiva.
   Nota: considero que algumas capacidades técnicas podem estar relacionadas com as físicas. Exemplo: técnica de corrida.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?
   Eu diria que o ambiente tem um valor máximo, é fulcral. Considero-o "chave" para atingir o alto rendimento.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?
   Acho que os três são muito importantes: os amigos acabam por ter grande preponderância na vida dos adolescentes, os treinadores podem ser muito importantes e a sua influência pode ser positiva ou negativa, na medida em que pode limitar e não ajudar o jogador. Mas a família, por ser o nosso

\(^6\) inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
primeiro ambiente desde que nascemos, é, na minha opinião, o ponto mais preponderante. Até porque é assim na vida: o que aprendes em casa, o que a família te dá, são os teus valores como pessoa para tua vida toda, para o teu futuro. Não pode haver nada mais preponderante.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

Antes de mais, adorar o desporto que pratica. No nosso caso, o basquetebol: paixão e necessidade, é o que te empurra para o esforço máximo.

Humildade: só sem arrogância é que estamos disponíveis para trabalhar mais e melhor. O jogador deve sentir que ainda tem margem para progredir. Este pensamento deve acompanhar o atleta em toda a sua vida.

Confiança em si próprio: só se confiamos nas nossas capacidades, é que conseguimos concorrer ao máximo nível. Há que viver / jogar sem medos!

Paciência: para continuar a trabalhar sem reparar nos resultados imediatos. Saber que se está a construir uma base sólida para o que será um jogador completo no futuro. Aqui o papel do treinador é fulcral.

Capacidade para dar seu melhor cada dia. Em cada treino e em cada jogo, dar tudo por tudo em cada esforço físico, com atenção e qualidade técnica. Este tipo de mentalidade começa-se a aprender dentro da família.

6. Que características antropométricas deve para alcançar o alto rendimento?

Não acho determinante para alcançar ao alto rendimento, embora a estatura seja sempre um fator que ajuda no nosso desporto. Mas não podemos dizer que alguém não vai conseguir atingir este nível porque é pequeno. Há muita coisa que tem influência no estudo do valor de cada atleta e quais as suas hipóteses de alcançar o alto rendimento. Obviamente será complicado para um poste de 1.80 atingir este nível, mas para um base, com a mesma estatura, não.
7. E que capacidades físicas deve possuir?

Estas podem ser mais determinantes, uma vez que o basquetebol é um desporto baseado na velocidade, nomeadamente na capacidade para executar com a maior velocidade possível as técnicas que o jogador possui. Velocidade para percorrer o campo, velocidade de execução de fundamentos técnicos, velocidade de reação, e velocidade para se deslocar defensivamente. Não se pode ser competitivo - o que é preciso no alto rendimento - se se joga devagar!

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Cada posição no basquetebol, precisa de determinadas habilidades técnicas, por isso, não será a mesma coisa para um base e para um poste. No entanto no basquetebol moderno, os jogadores todos devem conseguir um nível elevado de lançamento exterior, quer de 2p, quer de 3p. O único jogador que pode fugir um bocado a esta regra será o poste 5, embora estes jogadores, cada vez mais, conseguem lançar desta posição com alta com qualidade. Obviamente, as técnicas básicas de passe e drible, utilizar as duas mãos, serão importantes. Também ter algum movimento que dominem especialmente e que seja seu selo pessoal, aquilo que os define e que garante o sucesso da ação.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Boa capacidade de escolha, máxima velocidade. Saber jogar sem bola. Sentido coletivo do jogo na defesa.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influência de alguma forma o seu desenvolvimento?

Diria que a competição e também a equipa, visto que será o nível de concorrência nos treinos diários (equipa) e também em cada jogo (competição) um dos fatores que mais ajuda a desenvolver o talento. Se o jogador com talento treina diariamente num patamar por baixo das suas capacidades, será
complicado para ele progredir. Se joga numa competição fraca, contra adversários também fracos, muito irá conseguir progredir. Por vezes os clubes não valorizam isto e escolhem colocar o jogador com talento no patamar onde é superior e poder trazer mais vitórias para seu clube, em vez de o colocar no patamar com maior exigência, onde o jogador vai progredir mais, embora os resultados para o clube não sejam imediatos.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Podem limitar muito a sua evolução, se são utilizadas táticas que precisam de níveis superiores de formação, ou também se não apostam na formação no jogador, mas sim no resultado do jogo. No entanto, podem ajudá-lo a evoluir, quando estão pensadas para tirar do jogador o seu máximo esforço e atenção para desenvolver tarefas que habitualmente são treinadas e que formam parte do plano pensado para ele progredir.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Claro que tem, ambos. O clube enquanto responsável pela escolha dos treinadores; a equipa é o patamar onde o jogador vai trabalhar e acima de tudo, marcar os tempos na evolução do jogador.

A equipa também tem, nomeadamente pelas capacidades dos atletas (a maior capacidade, maior qualidade nos treinos, maior nível de concorrência individual) mas também pelas atitudes dos elementos da equipa (gostam de treinar?, são bons colegas de equipa?, tem hábitos saudáveis? Etc.)

13. Que factores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

Todos os que já falamos nesta entrevista podem ter influência, e de facto, têm. Mas a vontade pessoal e a determinação, são o mais importante. Determinação para progredir, para atingir o nível desejado. Isto pode ganhar a
luta contra qualquer um dos outros fatores que poderão influenciar negativamente. Portanto, a falta de determinação, se calhar, será determinante.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

Não é fácil, uma vez que há muitos fatores a considerar, mas acho que deve-se dar muita atenção à sua formação enquanto pessoa. Esta área pertence a família fundamentalmente, mas o treinador não pode ser apenas um professor ou a pessoa responsável pelas exigências do treino, mas também um orientador. Alguém que, sem ser parte da família, nem um amigo da mesma idade, tem alguma influência no atleta, porque este acredita nele, e por isso, pode ajudar a orientar em algumas situações, quer dentro, quer fora do jogo ou do treino.

O plano de treino, o planeamento do trabalho ao longo do tempo e a qualidade do desenvolvimento desse trabalho será fulcral, como é óbvio. Isto tudo depende muito do treinador. Sem bons treinadores será complicado um jogador chegar a desenvolver o talento que leva dentro de si. A história está cheia de jogadores que nunca atingiram o seu melhor nível porque o seu talento estava por cima da capacidade do treinador, e este acabou por limita-lo.

Como resumo, estas duas seriam, na minha opinião, as mais relevantes, muito embora não se possa esquecer todas aquelas que foram tratadas ao longo da entrevista.
Categoria: Treinador de Séniores
Codificação: TS3

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?

Acho que sim. Através da minha experiência como jogador e muitos outros colegas que tive com boas qualidades técnicas e físicas, penso que o que desfaz as dúvidas é a parte psicológica. E aquilo que nós temos sentido, nomeadamente na minha equipa sénior, é que os jogadores que conseguem lá chegar têm de ser muito fortes mentalmente. E não temos tido muito sucesso nesse aspeto.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   a. Capacidade técnica ou cognitiva? Técnica é importante porque ele pode saber o que fazer e quando o fazer, mas não o conseguir porque tecnicamente não o consegue fazer. Neste momento acredito que a capacidade técnica esteja um bocadinho mais à frente.
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? Mais a técnica, que continua a prevalecer. Evidentemente que nos sub14 a capacidade física é determinante, mas depois nos sub16 ele se calhar continua a ter o mesmo físico mas a capacidade técnica vai ser mais determinante.
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Nitidamente a capacidade cognitiva.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

É decisivo. Desde o ambiente familiar, que se calhar é onde nós ainda trabalhamos pouco e onde, se calhar, se perdem muitos talentos. Porque no ambiente familiar depositam muitas esperanças no atleta, que não consegue suportar, por si só, a pressão do ambiente que tem em casa mais o ambiente


7 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
da equipa, o treinador, os adeptos e a sua própria pressão. Mas nota-se que realmente o ambiente familiar é determinante para esse sucesso.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

A família é a base de tudo. E esta relação que nós temos com os jovens atletas tem que ser estreita entre nós (treinadores), atletas e muitas vezes o pai ou a mãe ou os familiares directos. E não acontece. Eu vejo pela experiência que tenho que não acontece. Nós vivemos um bocadinho nesta sociedade porque assim fomos habituados. No meu tempo, quando era atleta, o meu pai nunca falou com um treinador meu. E hoje se calhar os pais querem falar muito com os treinadores e não falam sobre aquilo que é o mais importante. Deveriam preocupar-se com outros aspetos que não o porquê de o filho ter jogado pouco, porque é que o filho fez isto ou aquilo, estarem muito mais em cima dele. Mas se calhar se falasse com o treinador para ver o que é que poderia melhorar em casa para que o filho não errasse tanto era fundamental. E esse diálogo não existe.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

Ser humilde, ter carácter/personalidade, muitas vezes irreverente porque gostam mais de arriscar e têm mais vezes sucesso. Gostar de trabalhar e ouvir o treinador e não só. Acredito que estas são as mais importantes.

6. Que características antropométricas deve possuir para alcançar o alto rendimento?

Aqui em Portugal nem tanto mas a altura e a envergadura continuam a ser determinantes no basquete. Temos bons jogadores em Portugal com estaturas médias (1,85m até 1,90m) mas que fora do país não conseguem. Os exemplos que temos de jogadores que conseguiram jogar fora do país são o Sérgio Ramos e o Nuno Marçal. A altura e a envergadura são determinantes.
7. E que capacidades físicas deve possuir?
A impulsão vertical, velocidade de execução, nitidamente.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
Por incrível que pareça, os jogadores que nós temos são relativamente baixos, mas nem por isso são bons dribladores ou lançadores. Podiam pecar num ou noutro aspeto, mas nem nisso são bons. Por isso, continuo a achar que a culpa é dos treinadores: não conseguimos formar postes, tudo bem; não conseguimos formar extremos, tudo bem; mas agora bases, tinha que ser obrigatório.

Muito devido à altura que eles vão ter quando chegarem a séniores. E acho que pecamos um bocadinho aí: procuramos a especialização precoce e miúdos que têm 1,80m com 14, 15 anos e que não vão crescer mais, jogam a poste.

TS3: Sim, mas como coordenador do clube já não tem acontecido tanto. Por exemplo: o nosso melhor jogador dos sub16 e joga a base desde os iniciados. Já não acontece. Eu passei por essa experiência e não quero que aconteça comos meus atletas. Mas há clubes em que acontece isso. Às vezes ganhar a qualquer o custo é mais importante que a formação do jogador.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
Somos muito deficitários nesse aspeto. Mas muito devido à nossa competição. É fraca e a evolução que se dá nos sub14 e nos sub16 não é aquela que se devia verificar. E o jogador só atinge a maturidade quando chega perto dos 22, 23. E só nessa altura é que a maturidade competitiva é que permite que a leitura de jogo e as capacidades cognitivas sejam bem trabalhadas. Nesse aspeto nós estamos muito atrás. E a formação do jogador de basquete, que dura normalmente 10 anos, não se verifica. Porque raramente jogadores que começam entre os 6 e os 8 anos, conseguem chegar aos 18 anos com maturidade suficiente.
10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?

Tem. A nossa competição é fraca e muitas vezes o jogador que tem talento joga no escalão superior. No entanto, quando vem ao seu escalão, sendo dominador, em vez de o demonstrar e marcar a diferença, pensa que é um desprestígio jogar naquele escalão e só o prejudica. Nunca é para se valorizar nem fazer a diferença. Acha que o lugar dele é no escalão superior, onde se sente bem e tem oposição. Mas quando viesse abaixo ele teria, independentemente da oposição, que ser mais decisivo. E nós não temos essa mentalidade: ser tão bom como é nos sub18, mas ser um sub16 dominador e o melhor. E nós não temos essa mentalidade.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Claro. Estivemos ao bocado a falar sobre isso. Muitas vezes acontece que colocamos o nosso jogador mais alto a jogar a poste e hipotecamos o futuro dele. Se calhar se o tivéssemos colocado a jogar a base e como se calhar seria o único jogador na equipa que tem capacidade de chegar mais alto, aumentaríamos essas hipóteses. Mas com a especialização precoce matamos um talento. E a opção do treinador influencia muito esse aspeto.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Claro. Se tiveres uma equipa competitiva no clube, torna-se mais fácil. Se é um clube que é novo ou pouco competitivo, aí o jogador vai ter algumas dificuldades para se promover. Normalmente esses jogadores com talento estão nos grandes clubes: no passado verificava-se isso - O Porto recrutava tudo o que era jogador. Mas hoje isso já não acontece: se houver dois ou três jogadores que o Porto venha convidar aqui, eles dizem que não querem sair, porque acham que neste momento trabalhamos tão bem ou melhor que esses clubes.
Nota-se que os atletas são mais fiéis aos amigos, clube e grupo. E isso faz com que a sua ambição pessoal passe para segundo plano: jogam mais com base nessas amizades e no grupo que têm e não saem para outro clube por essa razão.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

O ambiente familiar é decisivo. Características morfológicas, porque até certo ponto podem ser decisivas mas depois deixam de o ser. A especialização precoce. Vontade de querer mais e ser melhor que os outros.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

Bom ambiente familiar e bons treinadores, que também é importante. Boas condições de trabalho.

Agora dele mesmo: ser persistente e humilde. Gostar de trabalhar, aprender e ouvir.

Tenho vários exemplos na minha equipa. Jogadores que chegaram aos 18/20 anos e ganharam quase tudo e para se afirmar nos séniores é complicado.

Então considera mais importante todo o contexto em que ele está inserido (ambiente familiar, treinadores, clube) do que propriamente a técnica e as características do jogador?

TS3: Sim. Tenho vários exemplos no clube que me dizem isso. Por exemplo, tenho um atleta que é um talento nato no basquetebol, mas a cabeça não funciona. Ele tem tudo – salta bem, lança bem, passa bem… faz tudo bem. Toma boas decisões, mas depois aquilo que faz com que ele não esteja cá com a cabeça é o extra-basquetebol. Quando está cá, envolvido no projeto e acarinhado pelo treinador, seccionista e colegas de equipa e vamos a qualquer lado fazer jornada dupla, ele é um jogador fantástico. Quando vem ao fim-de-semana de casa, esquece. Tem essa característica.
**Categoria:** Treinador de Séniores  
**Codificação:** TS4

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?
   Sim.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? Técnica.  
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Cognitiva.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?
   Interfere completamente. Pode limitar a disponibilidade emocional que é a base para existência de disponibilidade física e crescimento maturacional. Por outro lado, mais positivo, pode despertar essa necessidade de disponibilidade.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?
   Família.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?
   Equilíbrio emocional; Agressividade desportiva; Capacidade de aprendizagem

6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?
   Massa corporal e estatura.

---

8 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
7. **E que capacidades físicas deve possuir?**
   Coordenação motora, flexibilidade e força.

8. **Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?**
   Fortes conhecimentos dos fundamentos individuais e do momento de jogo para a sua utilização.

9. **Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?**
   Capacidade de adequação das suas prestações aos vários esquemas táticos apresentados e ao incremento da intensidade de jogo.

10. **A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?**
   Influencia de acordo com a forma como a competição é abordada pelo treinador e os objetivos por ele delineados.

11. **Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?**
   É uma resposta de manual. Uma verdade de LaPalisse. Pode colocar o fim num percurso de talento mas pode também promover ou descobrir o talento além do expectado.

12. **O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?**
   Sim, pela escolha de treinadores e oferta de condições.
   A equipa também influência mas a outro nível, mais emocional, que ao contrário do factor clube, pode ser gerido pelo treinador.
   Neste ponto quero salientar que o talento desenvolve melhor e mais rapidamente quanto maior for a competitividade e competência dos restantes jogadores da equipa. Desenvolvimento iterativo e de superação.
13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?
Problemas familiares; Deficientes abordagens de treino e competição da parte da equipa técnica; Más condições de treino.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?
A harmonia que deve existir entre necessidade e oferta.
O jogador necessita de condições emocionais, desportivas e contextuais para desenvolver o seu talento.
O líder desse processo de desenvolvimento, o treinador, deve trabalhar no sentido de oferecer, não somente exercícios de desenvolvimento técnico-físico, mas também um ambiente de ensino-aprendizagem equilibrado, procurando sinergias entre o jogador e os restantes elementos envolvidos no seu processo de crescimento, família, equipa e o próprio treinador.
1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?

Respondendo diretamente à pergunta tenho que dizer claramente que não. São demasiados os casos que são apontados antecipadamente como atletas de elite de determinada modalidade e que por algum motivo ficam claramente aquém dessas expectativas, muitos deles nem chegam a competir a nível sénior, desistindo durante o árduo percurso.

Acho no entanto possível identificar os fatores de sucesso dos atletas em dada modalidade e com isso procurar trilhar caminhos para que cada atleta possa atingir o máximo das suas capacidades: para alguns esse será o alto rendimento para outros será uma competição sénior inferior ou a recreação. Se o processo de treino for conduzido tendo em conta esses fatores de sucesso e as características individuais do atleta, com uma maior frequência seremos capazes de auxiliar atletas a atingir o mais alto rendimento, potenciando ao máximo as suas capacidades iniciais.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   a. Capacidade técnica ou cognitiva?
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas?
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas?

O que os estudos sobre diferentes modalidades indicam é que a tomada de decisão é o principal fator que diferencia os expert dos não expert em diversos desportos, por isso sinto-me tentado a responder a capacidade cognitiva na alínea a) e c).

Já na alínea b) as capacidades técnicas.

Porém, se me permitisse gostaria de ir um pouco mais além na minha resposta sobre esta temática. Vejo a modalidade de basquetebol e o desporto em geral numa perspetiva muito mais integradora. Ou seja considero o
desenvolvimento da capacidade técnica, física e cognitiva indissociáveis e como tal devem ser desenvolvidas em paralelo e de forma harmoniosa promovendo desta forma um mais eficiente e profícuo desenvolvimento do atleta na sua globalidade. Para cada atleta porém a “dose” de cada capacidade particular deverá ser ajustada às suas necessidades individuais, pois só assim ele atingirá o máximo das suas capacidades.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

O ambiente em que o atleta se desenvolve é determinante e quando falamos em ambiente podemos-nos referir ao ambiente micro, clube e família, ou macro, região, país, cultura desportiva etc.

Como um exemplo limite podemos pensar num jovem com um enorme potencial para a prática da modalidade de basquetebol, que cresce num país em que nunca se ouviu falar desse desporto, não existindo sequer bolas e cestos. Esse jovem nunca vai ser jogador de basquetebol. Porém se tivesse nascido num país em que a modalidade é considerada o desporto nº 1, as suas hipóteses crescem significativamente, não sendo no entanto garantia total que o concretizará. Tal depende de muitos outros fatores, associados ao ambiente familiar e aos valores e à motivação que daí advêm, ao ambiente associado ao treino e á competição, qualidade dos treinadores e cultura desportiva do clube por exemplo.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

Considerando como já expressei anteriormente que o desenvolvimento dos atletas segue dinâmicas e trajetórias individuais terei que responder que a resposta a esta questão dependerá de atleta para atleta. Os pais certos num caso poderão ser os errados noutro por exemplo. Não é incomum atletas de elite serem órfãos e terem tido infâncias extremamente pobres por exemplo.

Se for obrigado a escolher entre um dos três teria que dizer o treinador pela sua característica multifacetada. Um bom treinador é igualmente um pai e
um amigo, é o que o atleta precisa que ele seja em cada momento. Para além
disso tem a capacidade de influenciar e educar os outros elementos no objetivo
superior de auxiliar o atleta no seu desenvolvimento.

5. **Em termos psicológicos, que características deve possuir um
jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?**

Antes demais, não acredito na noção mais comum de talento, como
capacidades especiais com que o atleta nasceu. Acredito que os jovens
possuem capacidades iniciais diferentes quer a nível físico quer mental, mas
que acima de tudo é o tipo de prática, em qualidade e quantidade que os vais
levar ou não a atingir o alto rendimento.

Dito isto e mais uma vez reconhecendo que cada atleta é um atleta,
aponto como características, a capacidade de trabalho, o perfeccionismo
adaptativo e a competitividade, a capacidade de superação, a capacidade de
liderança (principalmente a transformacional), a humildade para acima de tudo
poder aprender todos os dias e com toda a gente.

6. **Que características antropométricas deve possuir para alcançar o
alto rendimento?**

Esta parece-me a pergunta mais complicada. Qualquer treinador dirá
altura. Porém acabamos de ver na NBA o Tony Parker, que não é o jogador
mais alto do mundo a liderar uma das equipas que chegou à final da NBA. Na
Euroleague vemos o Spanoullis a ser eleito o MVP, o Navarro a ser o jogador
mais dominante da década, jogadores que não podem ser considerados altos,
nem sequer para a sua posição. O último em termos condicionais e
antropométricos provavelmente não teria sido selecionado para a modalidade
enquanto jovem.

Por isso cito John Wooden quando o mesmo refere, mais do que a altura
do jogador importa saber a altura a que quer jogar. Não sou um apaixonado
pela antropometria, percebo a importância da altura na modalidade, mas não
aceito que a mesma seja critério de exclusão em termos de seleção de atletas.
7. **E que capacidades físicas deve possuir?**

A posição em que os jogadores jogam altera um pouco as necessidades. Colocaria enfase 1º na coordenação, capacidade que permite potenciar todas as outras, a agilidade, a força e a resistência por exemplo. Um atleta mais coordenado é ao mesmo tempo mais econômico em termos energéticos como mais eficiente em termos musculares.

2º na força, mas não uma força puramente hipertrófica, com enfase no volume, no sentido do culturismo, mas força funcional e específica da modalidade, que permita igualmente a economia energética e a eficiência muscular.

3º a resistência específica da modalidade, centrada na resistência aeróbia de alta intensidade com o intuito de elevar o limiar aeróbio-anaeróbio.

8. **Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?**

Na minha ótica o lançamento e em seguida o lançamento. É cada vez mais importante que qualquer jogador domine a técnica de lançamento para ser considerado uma ameaça para a equipa adversária que com isso se vê comprometida com a sua defesa, criando dessa forma por um lado maiores dificuldades defensivas e por outro maiores soluções ofensivas. Vemos em qualquer jogo europeu ou americano como os treinadores jogam com as percentagens dos maus lançadores oferendo-lhes os lançamentos e inclusive fazendo falta para eles irem para a linha de lance livre.

Num segundo plano mas bastante próximo coloco o passe. O jogo está cada vez mais tático, obrigando todos os jogadores a dominarem quer as diversas técnicas de passe quer tudo o que lhe está subjacente a nível tático.

Lançando agora uma certa confusão, também considero o drible uma técnica chave, especialmente para o típico jogador português e nunca a negligenciaria.
9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

O jogo de basquetebol é um jogo extremamente complexo do ponto de vista tático, com uma variedade infindável de ações grupais (2x2 ex.) e de equipa a poderem ser executadas e sucessivamente alteradas no decorrer do jogo. Considero que mais do que uma característica ele deve possuir elevada cultura tática para executar e interpretar o que o jogo lhe exige em cada momento. A escolher uma ação tática, no contexto do basquete moderno escolheria o Bloqueio Direto, principalmente na ótica do bloqueado, quer na leitura do 2x2, quer na interpretação coletiva da exploração das vantagens do Bloqueio direto.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?

A competição, tal como o treino é decisiva para o desenvolvimento do atleta, devendo a mesma estar à medida das capacidades do mesmo. Não me interessa que um jogador tenha imenso sucesso em sub-14 porque fisicamente é superior (maturacionalmente mais avançado) e consegue marcar 50 pontos num jogo. É necessário que esse atleta tenha um desafio mais exigente, um que o obrigue a desenvolver outras capacidades. Por outro lado, a dose adequada de sucesso, ida às seleções distritais, presença fases finais e 5 ideias, também servem para manter e aumentar a motivação para a prática.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Podem definhar por completo o atleta como lhe podem abrir as portas para a exploração do seu máximo potencial.

Como alguns exemplos: A especialização do jogador suposto grande em idades precoces pode aniquilar um potencial jogador de elite. A opção por ritmos de jogo extremamente baixos na formação pode condicionar todo o desenvolvimento do atleta. A opção por sistemas defensivos pouco agressivos
que dependam mais da incapacidade do adversário concretizar do que da agressividade imposta pela defesa.

As opções corretas por parte dos treinadores auxiliarão obviamente a que o atleta explore todo o seu potencial: Incentivar o jogador “suposto” grande a conduzir a bola, a desenvolver o seu lançamento exterior e as suas capacidades técnicas, introduzir sistemas defensivos agressivos que apelem à superação e à responsabilidade individual como principal fator de condicionamento do adversário. Ritmos de jogo elevados.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?
A história do clube, a sua organização e enquadramento, os quadros de treinadores, as competições em que se envolvem, tudo pode influenciar o desenvolvimento do atleta. Da mesma forma para a equipa.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?
O que é o talento? Que capacidades estamos a falar? Tem talento físico, mas não tem elevadas capacidades psicológicas, tem talento técnico, mas não tem disciplina tática, Psicologicamente é fabuloso, mas mede 1,40 e quer jogar basquetebol na NBA.

Detém física, técnica, tática e psicologicamente as capacidades necessárias ao mais alto nível e não teve sucesso? Poderá não ter tido a “sorte” de ter tido a oportunidade necessária de mostrar a qualidade da sua preparação.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?
Não acreditar em talento. Acreditar que o processo de desenvolvimento de um atleta é um processo individual, a longo prazo cujo resultado é
imprevisível, mesmo quando achamos que fizemos tudo bem. Procurar dentro
das nossas capacidades e do nosso papel dentro desse processo auxiliar da
forma mais individual possível o desenvolvimento do atleta. A uns será enfase
nas capacidades físicas, outras técnicas, outras limitar a ação dos pais, etc etc.
É um puzzle extremamente difícil de completar. Se tivesse que dizer um aspeto
diria a motivação. Usaria até outro termo, a paixão. São necessárias tantas
horas e tantos sacrifícios que só com uma paixão ininterrupta e crescente pela
modalidade é que é possível o sucesso ao mais alto nível.
Categoria: Treinador de Séniores
Codificação: TS6

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?
   Sim, acho possível, pois um treinador que consiga pensar no presente o no futuro ao mesmo tempo, consegue ver se o atleta em questão tem aptidões suficientes que possam ser trabalhadas para o futuro e assim chegar ao alto rendimento.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? Física.
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Cognitiva.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?
   É sempre muito importante o meio que o atleta frequenta, pois como jovem que é, tem a tendência de se adaptar ao meio em que está presente. Caso um atleta jovem esteja presente num meio de más influências com certeza que irá afetar a sua performance em qualquer desporto que esteja presente. Mas se por acaso estiver num meio de boas influências, só irá ter motivos para que a sua performance seja a máxima no desporto que frequenta.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?
   Por opinião própria acho que todos são muito importantes. Pois sem nenhum deles conseguimos ter uma vida boa, visto que se tivermos uma vida boa exterior ao desporto, essa irá influenciar no desporto.

9 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

O jogador deve ter uma mente limpa sem problemas exteriores ao desporto, deve sim ter o costume de disciplina, de autossuperação. Entre outras características importantes.

6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?

Altura e envergadura parecem os mais importantes.

7. E que capacidades físicas deve possuir?

Deve possuir sim um bom aspeto físico, capacidades não normais aos outros, que o facilitem na prática das atividades exigidas.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Em termos técnicos o jogador deve possuir alguns dos mais importantes que a modalidade exige. No exemplo do basquetebol deve possuir o drible, o lançamento e o salto, e entre outros, para poder atingir níveis máximos.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Deve possuir sim a inteligência pois com a inteligência, em qualquer jogo podemos ser bem-sucedidos. Com o aspeto da inteligência podemos ter um jogador que não tem problemas de decidir a melhor jogada, de ler bem o jogo e descobrir os pontos fracos do adversário.

Em termos táticos o jogador deve entender a sua posição dentro do campo. Em que deve saber executar os movimentos selecionados por o treinador. Se um jogador tiver fácil execução nos movimentos táticos, pode vir a ter futuro em outros palcos, como o do alto rendimento.
10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?

Sem dúvida alguma que é o fator de maior influência, pois sem competição não há evolução.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

As opções táticas por vezes são o fator que leva ao jogador a atingir esse alto rendimento, pois um treinador pode ajustar as suas opções táticas para que esse atleta em questão as execute de maneira facilitada.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Com certeza que o clube tem influência, pois é o clube que investe no jogador ao longo da sua formação para que se torne uma potencialidade.

Quanto as colegas, é o fator mais relevante, pois os colegas são aqueles que dão força ao atleta de continuar a tentar e a evoluir, pois se não tivermos colegas que nos dificultem as execuções não conseguimos atingir o alto rendimento.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

Não posso responder com certeza, mas arriscando na resposta, acho que um jogador com talento não consegue atingir um nível elevado por más influências entre amigos, mau ambiente de vida social e familiar, entre outros.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

Os aspetos mais relevantes são com certeza ter a determinação e o objetivo de evoluir no desporto que frequentamos. Saber que barreiras são para ser ultrapassadas e nunca desistir ao primeiro obstáculo.
Anexos

**Categoria:** Treinador de Séniores  
**Codificação:** TS7

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?  
   Em certa medida sim, embora possa existir sempre alguma probabilidade de erro.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   a. **Capacidade técnica ou cognitiva**? Capacidade técnica
   b. **Capacidade técnica ou capacidades físicas**? Capacidades físicas
   c. **Capacidade cognitiva ou capacidades físicas**? Capacidades físicas

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?  
   O bom ou mau ambiente que rodeia o jovem atleta é preponderante para o seu percurso até ao alto rendimento.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?  
   Em 1º lugar o treinador, mas a família tem também um papel muito importante.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?  
   Deve ser mentalmente forte, persistente e muito ambicioso.

---

10 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?
   Estatura, massa corporal e potência de membros inferiores.

7. E que capacidades físicas deve possuir?
   Agilidade e Coordenação motora (destreza).

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
   Bom manejo de bola/drible, excelente capacidade e qualidade de passe, correta e rápida técnica de lançamento.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
   Grande conhecimento do jogo – leitura/interpretação/correta e rápida execução.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?
    Sim. Acredito que quanto melhor e mais forte for a competição, mais o talento terá de trabalhar, de forma a progredir e ultrapassar os obstáculos que encontra.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?
    Quanto mais bagagem tática o treinador der aos jogadores, mais preparados para resolver as diferentes situações que se colocam no jogo, os jogadores vão ser.
12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

O Clube pode ter interferência no desenvolvimento de um talento. A equipa depende, pois se temos conhecimento de talentos que saíram de um grande grupo de jogadores, existem também outros casos onde tal não acontece.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

Expectativas demasiado elevadas/exageradas do próprio, dos treinadores e pais, mau ambiente para o seu desenvolvimento, pouca vontade de progredir do jogador.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

No meu ponto de vista deve trabalhar com os melhores treinadores e estrutura (fisioterapeuta, psicólogo) num meio ambiente favorável (treino, família e escola), ter um grande conhecimento do jogo e ter capacidade de sofrimento e persistência em busca de um objetivo.
Anexo 3
Entrevistas dos Treinadores de Formação
8.1.1.1. Do you think it is possible to predict if a young player will reach high performance level?

Yes I do think it is sometimes. If a player has a very good work ethic and high levels of concentration and a desire and reliance to get better then I believe it is possible to predict.

9. At young stages, what do you consider more important to develop or potentiate to reach high performance level:

b. Technical capacity or physical capabilities? Technical.
c. Cognitive ability or physical abilities? Cognitive.

10. What is the role of the environment surrounding the young talented player? How does it interfere in the route to high performance?

The environment is very important as the environment can stretch or keep the athlete in his/her comfort zone. For example if the athlete is in an environment where no player is better than him/her then there is no challenge to push the athlete to the level of their ability.

11. Which of these has the greater role: family, friends or coach?

Family has the greater role as if the family does not support what the athlete does then it makes it difficult for the athlete to be successful. For example, if the athlete needs money, transport and equipment then it is the parents who can facilitate these requirements.

12. In psychological terms, what features should have a talented player to reach the top level?

Resilience, confidence, commitment, willingness to sacrifice, work ethic, persistence and ability to deal with failure.
13. What physical attributes should a talented player have to achieve high performance?

A structural sound body. Good posture and joint alignment to prevent future injuries. Long limbs is an advantage with a high make up of fast twitch muscle fibers. Balance, coordination, flexibility and speed.

14. And what about physical capabilities?

Ability to react quickly with speed and power, speed endurance - An ability to last for extended time with speed and ability to change speeds.

15. In technical terms, what features a player must possess to achieve high performance?

Solid fundamentals in passing, receiving, dribbling and shooting with both hands on both sides of the body.

16. In tactical terms, which features a player must possess to achieve high performance?

An ability to read any situation. For example reacting to the movement of the ball on offence and an ability to react to the player you are marking on defense.

17. Does the competition, where the young talented player is, have some influence on his development?

100% yes, because the talented players ability needs to be stretched and tested by good competition to continue to get better.

18. How do the coach's tactic choice influence a player with talent in youth stages?

Coaches tactics choice can hinder or help a player greatly. For example if a young player is big at a young age and the coaches plays them at the centre
position only then they will never get to develop guard skills. When this player gets older they may not grow and be too small to play any other position than guard when they are older.

19. The club has any influence in the development of a talent? And the team (as a group of players)?

Yes. If the club plays in a poor league then the player will not be challenged (if they are of a high ability). The team also does. If he or she is surrounded by better athletes then he/she will have a better opportunity to progress and be challenged.

20. What factors lead a player with talent not to achieve a high level?

Bad choices with choice of club, school and/or coach. Taking poor advice from some people. Not surrounding himself with better players, who will challenge him.

21. As a conclusion, which aspects do you find most relevant in the development of a player with talent?

Sacrifice is huge. Players often do what is easiest or what they want to do. A lot of the time players will need to make sacrifices and do things they may not want to do at times to be truly successful. Putting in enough hours daily to be the best is a big barrier that most players struggle to do.
 Categoria: Treinador de formação
Codificação: TF2

1. Do you think it is possible to predict if a young player will reach high performance level?
   Until they are 14 I believe you can’t predict. At 14 if they have the work ethic, they are practicing with 100%, focus on skills that seem impossible, are being coached and are practicing frequently, i.e. in line with European schools, then I think you can tell they have potential to reach high level. But before that age and certainly 12 or younger it’s impossible to tell.

2. At young stages, what do you consider more important to develop or potentiate to reach high performance level:
   a. Technical or cognitive ability? Technical ability.
   b. Technical capacity or physical capabilities? Technical capacity.
   c. Cognitive ability or physical abilities? Cognitive ability.

3. What is the role of the environment surrounding the young talented player? How does it interfere in the route to high performance?
   They need to be in an environment that supports their decision to dedicate themselves to whatever sport or skill they wish to master. They must be coached, technical fundamental abilities taught and repeated constantly but in a fun environment. Dedicating themselves has to be their decision and no one else’s (not parents). Also a competition that is better than they are is a must, but not one that is too tough or it will ruin motivation.

4. Which of these has the greater role: family, friends or coach?
   To reach excellence in the sport, the Coach is most important.

5. In psychological terms, what features should have a talented player to reach the top level?
   Love to play the game
6. **What physical attributes should a talented player have to achieve high performance?**

   Height helps as there is more chance to be noticed by elite coaches. But then, after that, it depends on the player. At a later age, I guess weight and wingspan become important, but at the levels I coach is not so important, so as we don’t know what the attribute will be when they finish growing. But if they are very tall for their age then we have to keep them involved in the sport. If weight is a problem, then it’s more important to not be overweight and being underweight. So I say a tall skinny kid with long arms you will pick them as they are more likely to end up being 7 ft tall.

   Also know how tall are their parents: if they are tall there is a 95% they will be within 10 cm either way of the father height - 2.5% to be over 10 cm taller, assuming they are male kids. Yugoslavia clubs go to areas where they know the population tend to be tall and will stop kids on the street to play basketball or volleyball with the promise of an education.

7. **And what about physical capabilities?**

   Agility, speed, jumping and strength are important.

8. **In technical terms, what features a player must possess to achieve high performance?**

   Consistently performing at a high level. Expert in the fundamentals. Outstanding in a skill that is unusual for their physical disposition, i.e. tall and play point guard, short but being an outstanding rebounder.

9. **In tactical terms, which features a player must possess to achieve high performance?**

   Ability to read the game, anticipate what can happen and to create opportunities in the game to achieve a successful outcome be it on offence or defense.
10. Does the competition, where the young talented player is, have some influence on his development?

   Definitely, too strong and the player will lose interest if they lose all the time, too weak and they won’t improve. I think they need to play against players better than them to improve.

11. How do the coach’s tactic choice influence a player with talent in youth stages?

   If tactics are designed to win games then it can be bad for players developments. EG screening at the young level hurts development of one on one play or getting free. Likewise playing to your strongest player does not help the weaker players.

12. The club has any influence in the development of a talent? And the team (as a group of players)?

   Yes, if the club does not have a pathway or provide a route for the players to progress, then it’s difficult to motivate with goals at the senior professional level. Likewise the club must be dedicated to bring talent up rather than bring players developed elsewhere at the senior level. Regarding the team - Yes, if a player is outstanding compared to their team, they must move to a higher level of competition. Practice is 99% of the development hence practicing with players weaker than they are will not improve them as much as if they practiced with better players than they are.

13. What factors lead a player with talent not to achieve a high level?

   Lack of coaches, lack of opportunity to play and practice. Influences of friends or lack of support from the family. High cost of participation in sport.

14. As a conclusion, which aspects do you find most relevant in the development of a player with talent?

   The ability of the player to recognize that talent without hard work and dedication is not enough to reach the elite level.
1. Do you think it is possible to predict if a young player will reach high performance level?

I don’t think it is possible. I think that for many reasons, it all depends on the quality of their practice and I feel while that some players may be talented from a very young age, on others it all depends when you start your practice.

For example, John Amaechi was 17 years old when he first started playing basketball and within 6 years he got signed to the Cleveland Cavaliers. So I think if you saw him at 14 years old, apart from his size, I don’t think you could predict he would be an elite basketball player.

2. At young stages, what do you consider more important to develop or potentiate to reach high performance level:

a. Technical or cognitive ability? Technical. If you’re talking about higher level performance then these players have to have technical skills first and then you can teach them, in time, how to apply those technical skills, so they can understand the game a little better. It is similar to the writing technique. You’ll have to learn the technique to write letters (perfect your handwriting) before you can start stringing them together to make sentences and paragraphs.

b. Technical capacity or physical capabilities? Technical. Again because I think physical capabilities can be developed later in life. I think there should be some good physical capabilities to begin with – that will help – but technical definitely is more important at the young age.

c. Cognitive ability or physical abilities? Cognitive. At the young level is important to understand and read the game before they even considerer in getting stronger, faster and quicker. These physical skills can be developed later on, when they are getting closer to adulthood.
3. What is the role of the environment surrounding the young talented player? How does it interfere in the route to high performance?

It is very important. It needs to be safe and secure. The adults within the environment need to be approachable and honest. And I think that if an environment did not provide these young players with a safe environment and if the players felt threatened in anyway, then while there maybe be short-time benefits, I don’t think that young person will experience long-term success because they wouldn’t have a fully appreciation and love for the game later on in life.

4. Which of these has the greater role: family, friends or coach?

I think family, in particular parents, has the most important role, more than friends and the coach, because of the support they can offer. I think that while young players are still dependent on their parents, it’s important that parents encourage participation, taking them to places, being there, showing interest and not just going there reading a book with their heads down and not paying attention. They need to be involved, ask questions, acknowledge effort and reward it. This is a great advantage if a child has this interest in effort. So I think the family is the one that has the greater role.

I also think that parents shouldn’t just opt into whatever is convenient, or should feel that they’re doing their bit just by taking them to the local club or school. Again, when the child is incapable of making his own decision (intellectual), they should be the ones who are seeking and finding out the best provision, and not just looking at the cost or location. Actually, they should be looking for quality and then making the appropriate sacrifices to make sure that their child is in the best environment for his development. And this begins with the family.

5. In psychological terms, what features should have a talented player to reach the top level?

Young players need to develop emotional balance. They need to learn not to fall in low mood. So their mood shouldn’t be to low and they shouldn’t be
easily excited either. There should be an optimal level of emotional balance and that’s where you’ll find high levels of performance. So it is about talented players accepting failure and mistakes, realizing that those failures and mistakes are inevitable and they are essential for development and growth. If talented players can appreciate this, I think they will continue to try to stretch themselves and growing. Otherwise, if a talented player is easily excited or experiences low mood, eventually somebody who is equally talented or maybe more skilled, I think psychological they will suffer, if they aren’t aware of emotional balance.

6. What physical attributes should a talented player have to achieve high performance?

I don’t think that there are any attributes or characteristics that they should have, but I think there are few that help. So, it would help for players to have long limbs, long wingspans. If you took two equally skilled players, but one was taller or had longer limbs, you’d find that he was more effective in the game. I wouldn’t say they should have, but it would certainly help.

7. And what about physical capabilities?

Talented players should definitely be flexible, have muscular endurance, should be very familiar with using their muscles for a long period of time without tiring. They should have speed (be quick), change direction quickly (be agile) and to have fast reaction times. These are the characteristics they should have if they want to reach high performance.

8. In technical terms, what features a player must possess to achieve high performance?

In technical terms players need to learn how to run properly and to stop properly. You’ll find that players, who don’t know how to stop properly, will be insecure in running at full speed and stopping. They’ll gradually slow down before they stop.
They need to be in an athletic position, they need to know how to squat and be on that “ready” position, which is essential. It helps you in the triple threat, in playing defense and it strengthens key muscles that will allow you to be faster, stronger and more agile.

9. **In tactical terms, which features a player must possess to achieve high performance?**

Players should tactically be aware of spacing, they should appreciate the importance of having space between other players. And they should appreciate the use of the dribble – know how to and when to dribble. And likewise, if a teammate has the ball, a player should know what to do when a player moves – how do they move, how do you anticipate what happens next?

Once players have been given the skills of how to cut, screen and move, all players should have that tactical understanding of what happens next. And if option A fails, then “what’s option B?”, and so on. If players know how to anticipate this at speed, they’ll become more effective as a player and are more likely to achieve high performance.

10. **Does the competition, where the young talented player is, have some influence on his development?**

Competition allows the player to develop. A talented player, like any player, needs his/her skills to be challenged. The competition must offer an environment whether other players possess skills that encourage the talented player to outwit them. If the competition is easy, there is no challenge and no growth. If the competition is too difficult, the difference in ability is too wide and there still be no growth. The competition must be appropriate where the talented player is in an environment where he/she can be successful if skills are performed correctly. But the execution of these skills must be successfully achieved under pressure.

11. **How do the coach’s tactic choice influence a player with talent in youth stages?**
I think coaches will definitely influence. For example, I believe that at the young age I think a coach should teach all the players how to be a point-guard, how to play that position. Because you have no idea how tall a kid will grow, and if you learn guard skills, ultimately they'll be able to play any position. If a coach does not appreciate that and play the biggest 12/13 year old kids on the post and teach them post moves, you are limiting that child's long term options. If they stop growing by the age of 15, they are no longer big enough to play at post. It won't be a wise decision for a coach not to put kids in different positions at young ages. They should all learn how to be guards and know how to play on the perimeter, both offense and defense.

12. The club has any influence in the development of a talent? And the team (as a group of players)?

Certainly has. It’s the club responsibility to offer opportunities that is appropriate for the level of their players and their teams. Is the club providing them with the right level of competition for their development? Either not enter teams in weaker leagues or leagues that are too strong. Does the club provide them with opportunities to display their talent beyond the club? Are they taking them to tournaments at the off-season? Are they taking them aboard to other countries to experience what’s like out there?

Going back to the importance of the environment, I think a player’s team is also very important for the player’s development. Is the player around other players who are supportive? Are they hard-working? Are they good people? Honest? Do they have the right attitude to learning? If they consider themselves as learners, then I think a talented young player is on the right team. If a player is within a group that’s very selfish, where they don’t accept blame, then I think he is on the wrong environment and they will develop to a certain point, but won’t reach their full potential. The team will definitely influence.

13. What factors lead a player with talent not to achieve a high level?
A player’s attitude will ultimately affect their potential. A player with poor attitude won’t make himself countable, he won’t take responsibility for any mistakes or failures, he won’t be ready for a higher level.

If he doesn’t appreciate high levels of commitment, they will also suffer. They need to love and embrace practice knowing that they have to commit themselves in order to become a better player to reach a higher level. This won’t be achieved by practicing once or twice a week, maybe not even only three times a week. Habits need to be developed and that needs to happen at the young age.

I also think that effort needs to be high. If a player does not have a good work ethic, does not know how to work hard, they won’t be somebody who will stretch themselves to play at the higher level. They will be very complacent and they will be happy to stay in their comfort zone for many years. I think high levels of effort will lead a player to high performance,

14. As a conclusion, which aspects do you find most relevant in the development of a player with talent?

I think it is important to look how the player is introduced to the game and to the competitive environment. The introduction to the sport or to level they wish to play at is very important. That first stage could be the most important building block to their career. Which is why, taking it back to parents, it’s important them put the kids in the right environment. The clubs offer them a safe and secure environment, because that introduction to the game is very important. How parents respond to their child’s enthusiasm is extremely relevant. If a player express an interest, show enthusiasm into playing basketball, it’s very important that parents respond to that appropriately and they shouldn’t ignore it. Even if it is inconvenient or they aren’t familiar with that.

The development of a player also relies on how the coach delivers the program, how he communicates with young people and parents. It is important to know how the club encourages progression beyond the club, what are the exit routes from the club. Players should feel that their club is a stepping stone
to something bigger and better, so they can start to see the whole picture and start thinking what happens next and working on their long-term goals.

The talented player needs to understand the importance of quality practice – while we speak about commitment and practicing maybe every day, I think that ultimately what's most important is the quality of practice, not just picking a ball and go to the park. But you can pick up the ball and make sure you are having a quality practice at the park, to make sure you get better. There is no magic spell that all of a sudden creates a good player, even if you go every day. What matters is what you do and how you challenge yourself. I think these are the key aspects which are most relevant in the development of talent.
1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?

Não. A complexidade das interações de todos os fatores que têm influência no rendimento desportivo não nos permite dizer com certeza que um jogador vai chegar ao alto rendimento. No entanto, é possível saber se o jogador reúne algumas das condições que facilitem a chegada ao alto nível.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   
   a. Capacidade técnica ou cognitiva\(^{11}\)? Técnica
   
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? Técnica
   
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Cognitiva

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

É fulcral nesse percurso. As condições do ambiente que o rodeia podem ser benéficas para a prática desportiva. Por exemplo, corretos hábitos alimentares ajudam à recuperação e produção de energia. Também as estruturas que o país, cidade ou clube possuem podem determinar a qualidade e quantidade da prática.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

Penso que depende da idade. Numa fase inicial, considero que a família acaba por ter um papel mais preponderante: no fundo, são os pais que são responsáveis pelo primeiro contacto da criança com a modalidade. Para além disso, até uma certa idade é a sua disponibilidade que possibilita ou não a prática regular semanal. Penso que esse é o ponto de partida. À medida que o atleta vai crescendo, a influência dos amigos vai aumentando. O treinador,

\(^{11}\) inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
embora vá mudando, acaba por ser aquele que tem uma influência mais duradoura, partindo do princípio que a prática se mantém ao longo dos anos.

No entanto, cada um deles tem a sua importância, no seu devido tempo, pelo que se torna difícil dizer qual deles é o mais preponderante.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

Capacidade de ouvir, humildade, força de vontade, espírito de sacrifício, desejo por querer mais e melhor.

6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?

Penso que a altura e envergadura ajudam, mas não são essenciais.

7. E que capacidades físicas deve possuir?

Agilidade, velocidade, impulsão vertical e coordenação.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Ser capaz de driblar a bola sobre pressão defensiva, com ambas as mãos. Lançar efetivamente em qualquer parte do campo. E saber passar bem a bola.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Ser capaz de aproveitar bloqueios diretos e indiretos. Perceber vantagens durante o jogo e compreendê-las.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?

Certamente. Tanto o excesso de dificuldade durante a competição como a falta dela pode desmotiva-lo.
É importante que a competição se adeque ao nível do atleta e, simultaneamente, crie oportunidades de sucesso e obstáculos e desafios para a progressão.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Podem destruir o talento como podem potenciá-lo e desenvolvê-lo. Se limitarmos um jogador a uma posição pela sua altura em sub14, provavelmente, em idades mais avançadas irá acusar a falta de fundamentos.

Se conseguirmos proporcionar a um talento oportunidades para experimentar, desenvolver e aplicar as diferentes habilidades nas diferentes posições e espaços do campo, estaremos a ajudar à sua preparação para o futuro. Daí que as nossas escolhas, durante a formação, devam passar por criar desafios aos atletas e não limitá-los a um set play ou movimentação.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Sim, pelas condições que lhe proporciona: tanto a competição como as condições físicas e materiais que possui.

Quanto à equipa, a coesão do grupo parece-me essencial pelas condições de trabalho que proporciona. O equilíbrio e homogeneidade do grupo, por toda a competitividade interna que criam, obrigam a um maior empenho e esforço para esse desafio em cada treino e, consequentemente, à melhoria do seu nível.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

Má estrutura do clube, incluindo maus treinadores. Satisfazer-se com o que tem e não procurar a superação pessoal.
14. Como conclusão, quais os aspectos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

   Capacidade de tomada de decisão, inteligência, agilidade, rapidez, espírito de sacrifício, gosto em trabalhar e capacidade de ouvir.
**Anexos**

**Categoria:** Treinador de formação  
**Codificação:** TF5

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?
   Podemos ter um “feeling” que determinado jovem possa lá chegar, no entanto isso irá depender de bastantes fatores que variam ao longo do tempo. No fim, o atleta pode não ter o que é preciso para chegar ao alto rendimento.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   a. Capacidade técnica ou cognitiva?  
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas?  
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas?

   Acho necessário desenvolver ou potenciar todos os aspetos referidos, no entanto, considero que as componentes cognitiva e técnica devem ser muito mais enfatizadas do que a capacidade física.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?
   O meio ambiente que rodeia o jovem atleta é um fator importante para que este possa atingir os seus objetivos. Acho que o ambiente, através dos seus estímulos possa influenciar a personalidade e características do atleta.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?
   Todos os referidos são importantes. Penso que dos três, a família seja o primeiro a influenciar o atleta, seguido dos amigos e por fim o treinador que garante a permanência ou não do atleta na modalidade.

---

12 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
5. **Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?**

Penso que a principal característica seja a confiança que cada um tem para atingir os objetivos. A força de vontade, motivação, o estar focado nos objetivos propostos, o saber lidar com a pressão, o saber sofrer para atingir as metas, alheiar-se do que possa distrai-lo e ser otimista, é mais de meio caminho andado para atingir a alto rendimento.

6. **Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?**

No que concerne ao basquetebol, o peso e altura devem estar de acordo com o seu escalão etário, sendo necessários cuidados para acompanhar esses fatores.

7. **E que capacidades físicas deve possuir?**

Quanto às capacidades físicas, deve ter um bom desenvolvimento motor para que possa desenvolver a velocidade, força e resistência, flexibilidade e coordenação para atingir os objetivos que lhe são propostos.

8. **Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?**

Em termos técnicos o jogador deverá possuir um vasto uma técnica bem apurada, em que os fundamentos apreendidos ao longo das épocas anteriores o possam destacar dos outros. Para isso o drible, lançamento e o passe são fundamentais não esquecendo que também se joga quando não se tem a posse de bola. Gostaria ainda de focar que no alto rendimento, as tomadas de decisão são mais rápidas daí que os aspetos psicológicos e físicos também são essenciais para o êxito nos aspeto técnico.
9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Uma boa leitura de jogo, saber discernir rapidamente o que fazer se algo não correr como planeado nos treinos. Dar uma resposta rápida a cada um dos movimentos táticos do adversário.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?

Sim, se houver nessa competição elementos (atletas, ambiente no pavilhão, etc.) que interferem de forma positiva ao longo da época sobre o jogador, com certeza que o vai preparar para enfrentar desafios mais competitivos.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

As táticas usadas pelo treinador têm como intuito munir a equipa de estratégias para conseguir ultrapassar as dificuldades colocadas pelo adversário. As variadas opções existentes ajudam na formação do atleta. No entanto as mesmas devem ser apreendidas com conta, peso e medida para que o atleta consiga apreender de forma correta os vários passos da mesma.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

O clube em que está inserido tem com certeza influência no seu desenvolvimento, tanto pelo historial como pelas pessoas que fazem com que o “modelo” no clube se mantenha. A equipa é sem dúvida muito importante pois só sendo um grupo coeso pode ajudar todos e cada um em particular.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?
A falta de motivação própria ou do conjunto em que está inserido podem influenciar. Nestes fatores estão englobados tantos os aspetos psicológicos como físicos.

14. **Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?**

O conjunto de diferentes fatores, tanto psicológicos como físicos, todos explicados previamente. A sua prática deve ser consistente para que, quando estiver perante alguma dificuldade, a possa ultrapassar com a sua bagagem técnico-tática.
1. Do you think it is possible to predict if a young player will reach high performance level?
   
   Personally I feel that you can and this may not be simply because of their skills on the court but other factors like work ethic, attitude, how they connect with teammates, academics, time management. All of these things are what the individual is responsible for 100% of the time so if they are putting the relevant work in to improving these aspects of their lives then it will transfer over to developing their skills which will enable them to progress towards a higher level of performance.

2. At young stages, what do you consider more important to develop or potentiate to reach high performance level: (Choose one in each)
   
   a. Technical or cognitive ability?
   
   b. Technical capacity or physical capabilities?
   
   c. Cognitive ability or physical abilities?

   Technical ability, technical capacity and cognitive ability are what I feel are more important. This is mainly because as an athlete gets older, naturally physical side of the game will improve either by playing or hitting the gym but where I have seen a lot of young kids suffer is the ability to retain information from a previous practice session and the ability to make decisions. They need to spend more time developing the mental side of the game as well – ability to accept criticism, accept failure and also what they choose to focus on. For example they should focus on things they can change like their attitude, approach, rather than focus on petty things like the gym is too hot, the referees were bad.

3. What is the role of the environment surrounding the young talented player? How does it interfere in the route to high performance?

   I feel that the environment is a major factor for any individual. For example those who live in a typically rougher / dangerous environment will
naturally be under a lot more pressure and may find distractions a lot more common in their route. Whilst athletes could also be in an environment where the coach is teaching bad habits that will have a negative impact or could be putting the kids through an incredibly difficult workout which again would be negative.

4. Which of these has the greater role: family, friends or coach?

This is a hard question as I strongly believe that all three plays a major role in a player’s life for varying reasons and I also believe that the stronger the network an individual has behind him the more likely he is able to succeed. But in picking one I would have to say family this is mainly because at a young age without support from parents, players would find it hard to get to practice, pay for various things, feed themselves etc.

5. In psychological terms, what features should have a talented player to reach the top level?

For me I feel that the most important aspect is what they individual chooses to focus on. I have seen numerous talented players not make it due to them always focusing on what I call petty problems. Things like the ball doesn't have enough air in it, the gym is too hot, referees were bad. What they should focus on is things that they are solely responsible for and can actively change. This includes things like attitude, effort, communication, tone of voice, team mate interaction.

6. What physical attributes should a talented player have to achieve high performance?

Mobility / flexibility, strength, endurance, speed, agility and reaction time.

7. And what about physical capabilities?

- Running
- Jumping
- Catching
8. In technical terms, what features a player must possess to achieve high performance?

Good ball handling / dribbling, make a variety of passes (push, bounce, overhead, baseball), shooting (good technique, range and consistency), rebounding and defense.

9. In tactical terms, which features a player must possess to achieve high performance?

- Read the defender – pass and cut, backdoor, flash and seal
- Space awareness – where is the ball, team mates etc.

10. Does the competition, where the young talented player is, have some influence on his development?

For me I feel that that the competition is one of the major factors of developing young talent. This is mainly based around the concept to be the best you have to be to beat the best and this is something that most talented athletes love to do. So putting them playing in a lower standard league or similar players in a higher league, the ones in the higher league will naturally get better, as they will be tested and tried by tougher competition, forcing them to be at the best for longer periods rather some easier competition talented players can coast through.

11. How does the coach’s tactic choice influence a player with talent in youth stages?

Depending on the coach, some coaches design systems to fit a specific player or type of player as giving the ball to your best player will increase your chances of winning. Although it is a sad truth, many coaches prefer the winning path to the development path. This won't allow the player to develop confidence and leadership but also to work negatively in that the player may get the impression he is above everyone else.
12. The club has any influence in the development of a talent? And the team (as a group of players)?

I feel that the whole purpose of a club is to develop talent not only in the gym but as individuals as well. I use basketball as a tool to develop my players into mature young men as I feel that the sport teaches them a lot of lessons that will be beneficial in later life for example things like decision making, punctuality, discipline, hard work, accepting criticism. Everyone in my opinion is responsible 100% of the time to a commitment of making each other better and each other succeed to the best of their ability. Regarding the team, to a degree I believe this is true partly because both have to work together for any form of success to occur. A good player will know what he has to do to get the best out of his team, where a team will know what they have to do to get the best player in positions for him to succeed. Outside of the sport, you have the social side of things and too many times players have been subject to peer pressure for example. So it is important that the players act as good role models for each other and are constantly trying to make each other better.

13. What factors lead a player with talent not to achieve a high level?

Poor Attitude, lack of effort, love for the game dies, can't accept criticism and mentally week

14. As a conclusion, which aspects do you find most relevant in the development of a player with talent?

- What does the athlete truly focus on and how hard do they work?
- What sacrifices are they prepared to make?
- What are their relationships like with family, friends and team mates?
- What level is he playing at compared to what level he should be playing at? For example if the player is the best in his U14 age group then he should be playing U16 as well.
Categoria: Treinador de formação
Codificação: TF7

1. Do you think it is possible to predict if a young player will reach high performance level?
   No. It is a combination of hard work, deliberate practice (10,000 hours), personality, coaching staff, luck, genes, avoiding injuries. The number of variables is too high to predict.

2. At young stages, what do you consider more important to develop or potentiate to reach high performance level: (Choose one in each)
   b. Technical capacity or physical capabilities? Physical.
   c. Cognitive ability or physical abilities? Cognitive.

3. What is the role of the environment surrounding the young talented player? How does it interfere in the route to high performance?
   Environment has a huge impact on a player’s development. The support or lack of it by parents, the goal of the coach (development vs winning), the club he plays for (does he see older players practice and learns from them or is he only with his age group?)

4. Which of these has the greater role: family, friends or coach?
   High performance cannot be achieved without any of these. I believe that these have equal importance in a player’s development however I think without an unselfish coach it is impossible to reach high performance.

5. In psychological terms, what features should have a talented player to reach the top level?
   Curiosity, confidence, coachability, willpower, perseverance.
6. What physical attributes should a talented player have to achieve high performance?
   As long as the player is skillful and versatile height and weight does not matter that much (Ex: Spud Webb, Jason Kidd, Nate Robinson etc.)

7. And what about physical capabilities?
   Explosiveness, stamina, not prone to injuries, power.

8. In technical terms, what features a player must possess to achieve high performance?
   Very strong fundamentals (footwork, shooting, passing, ball handling, defense).

9. In tactical terms, which features a player must possess to achieve high performance?
   Must be able to think on his feet and understand different situations and instructions.

10. Does the competition, where the young talented player is, have some influence on his development?
    Yes. Development comes from coaching, deliberate practice and challenge where the player can check where he is at and what he needs to work on, if he is not challenged he will get complacent and will stop working as hard as he should.

11. How do the coach’s tactic choice influence a player with talent in youth stages?
    It has a heavy influence. If the coach focuses on sets and winning rather than fundamentals and development, the young player will have a limited skill set, which will be exploited when he gets older (u18).
12. The club has any influence in the development of a talent? And the team (as a group of players)?
   Same as with the previous question. If the club is winning-focused the players will not improve.

13. What factors lead a player with talent not to achieve a high level?
   Talent does not exist. Just deliberate practice! If you practice long hard and smart hours you have a chance to make it big. Drazen Petrovic was not talented, but he spent 8-10 hours in the gym every day!

14. As a conclusion, which aspects do you find most relevant in the development of a player with talent?
   Philosophy of his club, Mindset of the player, Support from parents and friends, Physical attributes (stamina, explosiveness, injury free).
Anexo 4
Entrevistas dos Jogadores
1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?

É possível prever que ele tem capacidade para chegar ao Alto Rendimento. Se vai chegar, não depende só das capacidades físicas que aparenta. Existem outros aspetos, quer sociais, quer mentais (psicológico e cognitivo) que influenciam de forma tão importante quanto o aspeto físico.

É possível prever que é bom atleta ou mau atleta.

Chegar ou não chegar tem a ver com a forma como ele trabalha para atingir o Alto Rendimento. Pelo acompanhamento de qualidade que lhe permitia chegar lá, isto é, que tenha um treinador/professor/encarregado de educação que lhe transmita de forma adequada e os conteúdos adequados para que ele possa progredir sem parar até chegar a um nível de excelência. Por outro lado, o próprio atleta tem que ter a capacidade de dedicação e de vontade. Por muita vontade que o treinador tenha de transmitir o melhor conhecimento do Mundo, se o atleta não quiser fazer acontecer e não se dedicar, nunca irá chegar lá.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:

a. Capacidade técnica ou cognitiva\(^\text{*}\)?

b. Capacidade técnica ou capacidades físicas?

c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas?

Tudo. Tudo é importante, na devida proporção: tanto a parte física como as cognitivas. Quem quer desenvolver um atleta de alto rendimento, deve ter noção de quais são etapas de crescimento.

\(^*\) inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
Cada modalidade tem as suas especificidades. Antes de chegar a sénior, um atleta já deve ser portentoso. Só assim terá oportunidade de ter uma grande carreira e não se ficar por uma boa carreira.

Tem de ter noção das técnicas básicas, para evoluir as seguintes.

Ter conhecimentos táticos: partir do básico (leituras de jogo, aclaramento, etc.) para progredir e saber utilizá-las consoante as ideias dos treinadores que irá ter.

Por isso tudo tem que ser evoluir.

Eu aos 16 anos joguei contra uma equipa americana. Considerava-me uma pessoa forte. No entanto, era metade ou um terço dos americanos. Por isso não concordo quando se diz que é a parte genética que conta – o trabalho também. E sinto que poderia ter chegado mais longe, se tivesse sido trabalho nesse sentido.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

A 100%, para bem e para o mal. Um ambiente onde tens um conjunto de jogadores motivados e todos sabem para onde querem ir e atingir um patamar alto, todos sabem lutar para ganhar, todos se sacrificam uns pelos outros e tu estás envolvido nesse comboio, tu vais seguir esse comboio. Se estiveres numa equipa ou conjunto de amigos que se reúne de vez enquanto para treinar e que vão porque está na moda mas não estão convictos que podem chegar mais longe, podes ter muitas capacidades, mas provavelmente vais segui-los. Isto porque surgem diferentes interesses – sair à noite, videogames.

Se fores dotado, claro que consegues chegar mais longe. Mas não é suficiente. Os meios onde te inseres acabam por definir os teus interesses, que podem afastar-te da prática, mesmo estando envolvido numa equipa em que todos desejam chegar ao Alto Rendimento.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

Todos. Não acredito que nenhum tenha mais relevância do que o outro.
Todos têm que interagir e ajudar a encontrar um caminho. Se cada um puxa para o seu lado, certamente é aquele onde passas mais tempo e onde tens fatores de maior importância, que te leva. Se é a equipa onde passas mais tempo e te criam objetivos e ilusões de chegar mais longe, vais atrás da equipa. Se em casa te dão outros objetivos ou criam outras ilusões, se calhar mais fáceis (onde não é preciso tanto esforço), vais para essas soluções. Se os teus amigos chegam à tua beira com altos carros sem custar nada e vida fácil, tu se calhar procuras esse meio.

Se houver, por parte dos amigos e família, encorajamento e apoio na vida desportiva, encaminham-te e torna-se mais fácil. Caso contrário, dividem-te.

O aspeto social e familiar é importante que exista, para que nunca te canses. Os Centros de Alto Rendimento não fazem sentido se não tiverem enquadramento familiar. Se for campo militar, o atleta vai cansar-se, especialmente em miúdos mais novos, onde a solidez psicológica não está desenvolvida.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

Grande espírito de sacrifício, capacidade de passar as dificuldades, abdicar de bastantes coisas e dedicar o seu tempo à prática desportiva.

Resistência psicológica para dar a volta num momento em que não esteja bem (lesão ou perder jogo por exemplo). Isso e a pressão que há da competição interna, na busca por um lugar na equipa.

Ter ambição, querer chegar mais longe, não aceitar que exista perfeição, o que também depende do treinador (através dos feedbacks de que pode ser sempre melhor).

Ser inteligente em termos emocional, saber ler os adversários, esconder fraquezas e potenciar os seus aspetos fortes.

O Basquetebol é muito exigente em termos psicológicos.
6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?

Depende. Mas acho que qualquer um pode chegar ao Alto Rendimento, caso tenha o acompanhamento certo, aspetos psicológicos, etc., independentemente das suas características antropométricas. Isso não pode ser condição.

Kareem Abdul-Jabbar, apesar dos seus 2,17m, era abafado por toda a gente. E através dessa sua “deficiência” desenvolveu um novo lançamento que lhe permitiu ter uma técnica fantástica e apareceu uma nova técnica. E isso não é para qualquer um.

Cada modalidade tem as suas características antropométricas definidas. No Basquetebol cada vez são maiores, mais forte e mais ágil; cada vez mais atlético.

7. E que capacidades físicas deve possuir?

Trabalhadas e potenciadas o mais cedo possível, mas de forma a que se chegue a sénior estejam num patamar extremamente elevado. Em Portugal, se tiveres capacidades físicas excecionais, tens oportunidade de vingar.

Para o basquetebol – impulsão, força, velocidade e velocidade de resistência, coordenação.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Ser capaz de lançar, receber e passar a bola e driblar a bola. A base é mais importante.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Na formação nada, isto é, começar pelos princípios de jogo e obrigar a que eles estejam presentes até Séniores. Uma equipa com princípios, não precisa de jogadas – elas servem para retirar o melhor de um ou outro jogador.
10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?

A competição existe desde que nascemos.

Deve estar presente não só no jogo, mas no treino. Todos os exercícios do treino têm que ser de competição, nem que seja com nós próprios.

Influencia definitivamente, a evolução de um jogador.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Se um treinador souber a utilidade de uma situação tática, vais conseguir fazer com que o jogador com talento sobressaia e conseguir tirar o rendimento certo dele, sem prejudicar a equipa. Mas também temos casos em que o nosso jogador mais talentoso recebe a bola, marca 50 pontos no jogo, mas os colegas não tocam na bola. Ganham uns jogos, até um dia em que aparece uma equipa mais avançada e não se dá nada.

Eu não sou contra colocar um jogador de 1,80m em sub14 jogue perto do cesto. Não pode é jogar SÓ perto do cesto. Tem que ter capacidade para isso, mas também para jogar fora. Não pode ficar lá fixo. Tem que saber jogar e ser capaz de lançar em todos os sítios.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Grande influência. É o clube que escolhe os treinadores, que arranja as condições para os atletas treinarem. Não deve interferir na parte técnica, mas escolher as pessoas certas para o fazerem.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

Todos aqueles que fomos falando ao longo da entrevista. Mas essencialmente a falta de condições de trabalho, falta de ambição do atleta e falta de acompanhamento.
14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

Todos os aspetos são importantes.

Se não houver bons gestores desportivos, o treinador não consegue fazer um bom trabalho por falta de condições. É preciso que os treinadores também possam evoluir e apresentar novas soluções.

A motivação do atleta, a partir das competições, dos treinos e da visibilidade da modalidade.

Tudo tem influência – aspetos físicos, psicológicos, técnicos e táticos. Mas todos têm que ser trabalhos.
Categoria: Jogador
Codificação: J2

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?
   Sim, na minha opinião, acho que é possível prever se um jovem poderá chegar ao alto rendimento, começando sem dúvida por uma seleção natural que será feita durante os períodos de início da prática da modalidade.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   a. Capacidade técnica ou cognitiva\textsuperscript{14}?  
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas?  
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas?
   É sempre difícil hierarquizar qualquer uma das capacidades porque, variando de desporto para desporto, acabam por ser todas muito importantes. Relativamente ao basquetebol, na minha opinião, a capacidade cognitiva acaba por ser sempre a mais importante, não só pelo simples facto de ser a mais difícil de desenvolver, mas também pelo facto de que é a capacidade cognitiva que nos leva a decidir em que momentos do jogo e de que maneira pamos em prática a as nossas capacidades técnicas e físicas. Mas é verdade é que isoladamente nenhuma capacidade é suficiente para a alta competição, o atleta tem de ter potencial natural para as características da modalidade e a prova disso é que se pegarmos em dois jovens exatamente com a mesma idade, mesmo sexo, mesmo treinador e os treinarmos exatamente da mesma maneira, o mesmo número de horas, o mais provável é ao fim de alguns anos, eles atinjam resultados diferentes, tao dispaes ao ponto de um poder estar entre os melhores do mundo e o outro ser um atleta mediano.

\textsuperscript{14} inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

O ambiente que rodeia o atleta interfere sempre no seu percurso até ao alto rendimento. Todo o ambiente envolvente vai ter influência nas decisões do atleta relativamente a seriedade com que ele leva a sua carreira, principalmente nos momentos de menos sucesso.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

Apesar de todos terem influência, na minha opinião é o treinador que acaba por ter o papel mais preponderante no percurso do atleta. O treinador vai influenciar o atleta durante todo o seu percurso desportivo, enquanto quer a família, quer os amigos têm influências diferentes durante as várias fases de crescimento e desenvolvimento do indivíduo. Quando se é mais novo, a família tem uma maior influência, enquanto que à medida que vamos ficando mais velhos cada vez mais a família tem menos influência e começa a ser mais notada a forte influência dos amigos.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

É sempre difícil definir características psicológicas que um atleta deve possuir para alcançar o alto rendimento, mas terá de ter um pouco de muitas, mas também ser equilibrado em todas elas, quer as que são vistas como positivas, quer as que são vistas como negativas. Por exemplo, um atleta tem de ser sempre um bocado arrogante e egoísta, apesar de que se o for em excesso, poderá influenciar negativamente no seu desenvolvimento desportivo e o relacionamento com os outros colegas de treino. Mas também são bastante importantes características como o espírito de grupo, a relação com os outros e a predisposição para o sacrifício entre outras. No fundo e na minha opinião são muitas as características que influenciam o atleta a alcançar o rendimento.
6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?

As características antropométricas são importantes para ajudar um atleta a desenvolver as suas capacidades físicas mais facilmente. Ao exemplo do basquetebol, tendo dois atletas com as mesmas capacidades físicas, o que parte em vantagem será aquele com maior estatura, com pernas maiores e maior largura de ombros, mas características antropométricas que se possa chamar ideais, é muito mais difícil de definir.

7. E que capacidades físicas deve possuir?

Basicamente, o atleta, na minha opinião, tem de ter um corpo atlético com as capacidades físicas bem desenvolvidas. As capacidades físicas são tão importantes como todas as outras capacidades que o atleta terá de ter e servem como de compensação as desvantagens nas características antropométricas.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

A capacidade técnica é bastante importante, mas não mais importante que a capacidade física ou tática. A capacidade técnica tem de ser desenvolvida da mesma maneira e com a mesma importância que a capacidade física (claro que depende de desporto para desporto), mas sendo tecnicamente muito desenvolvido, mas muito pouco desenvolvido, por exemplo taticamente, o atleta não será capaz de por dentro de campo no momento certo todas as características técnicas que tem.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Na minha opinião, as capacidades táticas são sem sombra de dúvida as mais importantes. O atleta tem de ser inteligente ao ponto de conseguir ler o jogo, decidir rápido e bem quando chamado a tomar decisões durante o jogo utilizando as suas capacidades técnicas e físicas no momento certo. Terá
também de conseguir levar para dentro de campo tudo o que o treinador pede, mais ainda quando se joga um desporto coletivo, pois o ideal é conseguir quando o atleta toda decisões durante o jogo, ele saiba o mais exatamente possível como o companheiro vais reagir ao seu movimento decisões.

10. **A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?**

Sim, ter algum sucesso é importante para o desenvolvimento do atleta. Um atleta que vá competir numa competição em que nunca tem o mínimo de sucesso leva-o a desmotivação e à perda de auto confiança. Mas, por outro lado, uma competição em que o atleta seja dominador em todas as áreas também leva a que possa acabar por haver algum excesso de auto estima que poderá levar o atleta a se desinteressar pelo treino. Em qualquer uma destas situações, o papel do treinador é preponderante para manter o atleta motivado e cheio de vontade de melhorar e se superar treino após treino.

11. **Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?**

As opções táticas do treinador são tão importantes como importante é o treinador na formação do atleta. As opções que o treinador toma influenciam sempre a motivação do atleta e a vontade de querer chegar mais longe. O atleta quando esta numa equipa onde não se sinta bem, seja por que motivo for, não vai conseguir potencializar todas as suas capacidades.

12. **O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?**

A influência que um clube tem no desenvolvimento de um atleta limita-se simplesmente ao facto de, conseguir ou não, disponibilizar todas as infraestruturas de que ele necessita. Quanto à equipa, ela tem bem mais influência que o clube, pois é uma influência mais abrangente e que envolve muitos mais aspetos do que o simples facto de haver companheiros para treinar. Se o atleta não se sentir bem no grupo (treinador e companheiro de...
elevado?

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

São muitos os fatores que poderão levar um atleta a não potenciar o seu talento, sendo esses fatores muitas vezes difíceis de detectar e mais difícil ainda de os modificar, por isso acho que não consigo identificar aqui nenhum desses fatores, pois, apesar de poderem ser verdade nuns casos não seriam corretos em muitos outros. Desde fatores óbvios e levados bastante em conta como a prevenção de lesões que podem acabar com a carreira de um atleta que tem tudo para atingir o sucesso, até aqueles fatores impossíveis de controlar e que as vezes nem levamos em conta, como ao simples facto de haver um desgosto amoroso em fases da adolescência do atleta, todos influenciam o desenvolvimento desportivo do atleta e limitam a potencialização de todas as suas capacidades.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

Todos os aspetos já falados anteriormente são relevantes no desenvolvimento de um atleta, começando pela seleção natural, em que partirá do treinador ou avaliador de talentos, identificar de quais os atletas com maior potencial. A partir daí tudo tem influência, sendo na minha opinião, as mais importantes, as infraestruturas que o atleta tem a disposição, a qualidade do treinador e a qualidade de equipa.
**Categoria:** Jogador  
**Codificação:** J3

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?
   Desde o início que se pode observar se um jovem tem talento natural ou não, mas penso que o que realmente vai definir se ele chega ao alto rendimento ou não, terá a ver com a capacidade e a qualidade de trabalho do mesmo.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? Física.
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Física.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?
   Penso que o ambiente que rodeia o jovem atleta é fundamental. É importante o jovem ter estabilidade a todos os níveis para poder crescer e desenvolver ao máximo as suas capacidades. A presença da família é muito importante, estar rodeado de bons amigos, estudar, ter uma boa educação, estar longe de más companhias e maus vícios tais como tabaco, álcool, drogas, etc, penso que são algumas das características que o ambiente ao redor do jovem atleta deve ter para ele poder evoluir ao máximo!

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?
   Sem dúvida a família.

---

15 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

Penso que a nível psicológico o jovem deve ter bastante autoconfiança, maturidade, força de vontade, capacidade de sacrifício, ambição e determinação!

6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?

No caso do Basquetebol em particular, e no desporto em geral, penso ser importante ter-se boas capacidades antropométricas (altura, envergadura, etc.), pois facilita imenso no que diz respeito à ocupação de espaço e altura no campo, mas penso que não seja fundamental, pois pode haver características físicas como a velocidade e explosividade que compensem a falta de altura, e a prova disso, é que já houve desportistas bem baixos a jogar ao mais alto nível do basquetebol mundial (NBA), mas em contrapartidas bastante fortes e rápidos!

7. E que capacidades físicas deve possuir?

A nível físico, penso que em qualquer desporto, é necessário que o jovem possua uma boa flexibilidade, resistência, força, velocidade e impulsão. Claro que depois, consoante as modalidades, há aspetos mais importantes do que outros, mas em geral penso serem estas. No caso do Basquetebol em particular, para além das características anteriormente referidas, uma boa altura (estatura física), é sempre importante!

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Em termos técnicos, no Basquetebol, penso que é importante ter um bom controlo de bola, um bom drible, boa finta, ser bom no jogo de 1 contra 1, boa técnica de lançamento e sua respetiva eficácia, e, por fim, uma boa posição defensiva.
9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

A nível tático, penso que seja importante para o jovem atleta ser disciplinado taticamente, saber as jogadas e qual o seu papel em cada jogada, saber os “timings” corretos da jogada (onde deva passar, penetrar ou lançar) e, por fim, deve ter uma boa leitura tática, saber o que esta a fazer tal como saber o que os colegas de equipa estão ou devem fazer.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?

Sem dúvida!! Quanto maior for a competição, melhor será o desenvolvimento do jovem atleta. Ter outros jovens atletas ao mesmo nível ou nível superior, vai estimular a evolução do jovem atleta. Já o contrário, ter uma competição fraca, vai acabar por relaxar e limitar a sua evolução.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Penso que os treinadores da formação do jovem atleta têm um papel fundamental no seu desenvolvimento. Por mais que um atleta tenha talento, senão tiver a confiança do treinador e o tempo de jogo necessária para adquirir experiência de jogo, nunca evoluirá tanto como aquele jogador que tem a confiança do seu treinador e que joga bastante tempo. As opções dos treinadores na formação são fundamentais!

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Sem duvida!! As condições e as infraestruturas que um clube apresenta é que vão elevar e exponenciar o talento. Para se chegar ao alto rendimento, o talento por si só não é o suficiente. É preciso muito treino e trabalho, e as condições e infraestruturas do clube estão diretamente relacionadas com a qualidade do treino! É sempre importante ter uma boa relação com os outros
colegas de equipa, mas penso que isso não seja muito determinante no desenvolvimento do jovem atleta!

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?
Problemas de personalidade, maus vícios, falta de apoio da família e amigos, azar com lesões graves, problemas pessoais com treinadores, penso que são alguns fatores que influenciam negativamente o nível onde poderia ter chegado um jovem talento!

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?
Como conclusão final penso que o mais importante e relevante para o desenvolvimento de um jovem talento até ao alto rendimento passa pelo apoio da família e amigos, uma boa educação académica, um bom cuidado com o corpo, alimentação, repouso, saúde em geral, ausência de más companhias e maus vícios, boa relação pessoal com treinadores e colegas de equipa, e como é obvio, qualidade de treino, boas infraestruturas e condições de treino, e por fim, todo o acompanhamento profissional do jovem desde o início até ao fim. Uma boa personalidade, uma atitude vencedora e vontade de singrar na vida também influenciam bastante o futuro do jovem atleta.
Categoria: Jogador
Codificação: J4

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?
   Não se vai chegar ou não, mas penso que é possível perceber se tem hipóteses e condições de lá chegar.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? Técnica.
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Cognitiva.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?
   É extremamente importante. Creio que define a entrada para a modalidade mas, acima de tudo, a permanência, especialmente durante a adolescência. Falando por experiência própria, não é fácil ver os teus amigos a irem sair todas as sextas-feiras e tu teres que ficar em casa ou só ficas até às 22h porque no dia a seguir tens jogo. Se eles não conseguirem entender e te influenciarem da forma errada (no que toca à tua prática e compromisso desportivos), acabas por desistir, porque socialmente não queres ficar para trás.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?
   Não é fácil hierarquizar. A minha família teve um papel essencial – se não fossem eles, provavelmente nunca teria começado a jogar Basquetebol, nem teria condições para ter continuado. Claro que o treinador e os amigos têm a sua influência, mas a família é a base de tudo.

16 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?
   Vontade e ambição. Tem que ser capaz de aguentar a pressão do treinador, do jogo, do treino, da competição interna. Tem que ser humilde e deve saber trabalhar com seriedade.

6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?
   Penso que não é fulcral, mas a altura e a envergadura ajudam. E um bom controlo do peso.

7. E que capacidades físicas deve possuir?
   Deve ser ágil, rápido e forte. Deve conseguir mudar rapidamente de direção, ser coordenado e ter uma boa impulsão.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
   Ser um bom driblador, passador e lançador. A partir daí, tudo se pode desenvolver.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
   Saber identificar e aproveitar vantagens que a sua equipa tenha em relação à equipa adversária. Conseguir jogar um 2x2 em qualquer parte do campo e entender que necessidades se impõem à equipa em diferentes situações de tempo ou marcador.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influence de alguma forma o seu desenvolvimento?
    Claramente. É necessário que a competição se adeque ao nível do atleta, isto é, que seja exigente (de modo a tirar dele o melhor rendimento e para evoluir) mas também que lhe permita ter sucesso, se trabalhar para isso.
11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Acho que tanto podem matar um jogador, como potenciá-lo. Tudo depende de quais opções são essas. Mas sinto que vivemos demasiado com a nossa mente no “ganhar a todo o custo” e no sucesso dos treinadores. Por exemplo, a especialização precoce pode limitar um miúdo que sobressai em termos de altura em sub14.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Sim, pelas condições que proporciona ao atleta (pavilhão, treinador, horas de treino). Quanto à equipa, quanto mais homogénea for, maior será a competição entre os jogadores por um lugar. Por isso, maior necessidade um jogador terá de se empenhar e, consequentemente, de evoluir.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

Falta de seriedade e compromisso. Falta de capacidade de sofrimento e de lutar por aquilo que quer. A qualidade dos treinadores com quem trabalha também pode fazer com que todo o seu potencial não seja desenvolvido ao máximo.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

Acho que o apoio que tem da família e amigos pode ajudar a aguentar a pressão da modalidade. A capacidade do treinador em saber desafiá-lo durante os treinos, é fulcral para que sinta necessidade de evoluir.

De resto, parte da sua vontade, ambição, do saber sofrer e do gosto pela modalidade.
Anexo 5
Entrevistas dos Coordenadores
Categoría: Coordenador
Codificação: C1

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?
   Não. Em primeiro lugar, há-que enquadrar o que se entende por “jovem” na pergunta. Hoje em dia falar-se em detecção de talentos é algo volátil, apesar da investigação científica ser evoluída. Parece-me contudo que mais importante do que detetar talentos é desenvolver os potenciais talentos que decorrem da massa de praticantes.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? Física.
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Física.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?
   Um enquadramento social ajuda na prestação desportiva de forma óbvia. A título de exemplo, ter a possibilidade de fazer refeições equilibradas permite com certeza que os aspetos do rendimento desportivo e da recuperação sejam mais eficazes.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?
   Não é fácil hierarquizar estes 3 fatores, já que há momentos diferenciados em que cada um destes agentes tem maior prevalência.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?
   Vontade, Persistência, Superação, Dedicação e Disciplina

17 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?
   Ectomesomorfismo.

7. E que capacidades físicas deve possuir?
   Coordenação, Força, Velocidade (de deslocamento e de reação) e Potência Aeróbica e Anaeróbica.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
   Deve, obviamente, dominar os requisitos técnicos da modalidade. Progressivamente deve executar bem, bem e sempre, e bem, sempre e depressa.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
   Deve ter boa leitura de jogo, inteligência e tomar decisões acertadas.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?
    Claro que sim. Da mesma forma que traçamos os objetivos das nossas equipas e que eles não podem ser demasiado fáceis nem demasiado ambiciosos, também a competição onde pretendemos que o talento evolua não pode ser fácil de mais nem difícil demais. Por vezes achamos que os talentos devem ser jogar “mais acima” e estamos a colocar-lhes objetivos inalcançáveis. Obviamente que o insucesso os desmotiva.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?
    Podemos “desenhar” os movimentos para que o “talento” sobressaia no jogo e mostre todos os seus recursos. Contudo, se a decisão tática for no
sentido de não prever a posição onde vai jogar no futuro, todo esse trabalho fica comprometido.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Obviamente que sim. A criação e manutenção de condições materiais e humanas são decisivas. Para além disso, as opções formativas e do percurso desportivo desse eventual talento. Um treinador que quiser vitórias imediatas e a todo o custo não vai conseguir potenciar os seus jogadores, seja ao nível dos conteúdos de treino, seja também ao nível da posição onde joga, por exemplo.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

No sentido inverso, aqueles que levam um talento a atingir um nível elevado. Isto é, ser um exemplo para todos em termos de trabalho e, do ponto de vista da sua personalidade, não exacerbar essa característica de forma a ser mal visto pelos diversos agentes. Acho que o insucesso também é um fator a ter em conta, nomeadamente quando exigimos demais de um jogador que não deixa de estar num processo de formação.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

O “desenho” de um correto programa de desenvolvimento progressivo das suas capacidades, que seja ambicioso mas não desadequado. A paciência, que inclui o respeito pelas suas fases de desenvolvimento, sem atropelos. E o trabalho de motivação para o atingir de metas alcançáveis.
1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?

Acho que é possível prever, mas tem que ser feita uma análise de vários fatores. E não exclusivamente do fator antropométrico. Os nossos programas de deteção estão diretamente dirigidos só para esse desenvolvimento antropométrico, o que, na minha opinião, não é suficiente.

Para mim, há três fatores extremamente importantes para desenvolver o talento: genética, treino e vontade.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potencializar para atingir o alto rendimento:

   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? As qualidades motoras são primordiais, depois vêm as técnicas e por fim as volitivas.
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Cognitivas.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

Este é um fator extremamente importante no desenvolvimento do talento, uma vez que pode facilitá-lo.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

É complicado responder a esta pergunta. A valorização do meio ambiente depende muito da simultaneidade da ajuda. A família tem uma grande influência: particularmente, passando pela educação dos próprios pais, o ambiente familiar pode ser extremamente prejudicial para o desenvolvimento do talento. Aí, o treinador, através do seu conhecimento, acaba por ter um papel muito importante.

---

18 inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
Penso que as duas coisas são extremamente importantes. A forma como os pais encaram a participação do filho no desporto e a sua prestação e a relevância do treinador na caminhada. Para além disso, influência do nosso primeiro treinador é imensa. Em Portugal, enquanto não encontrarmos solução para a nossa Formação (que muitas vezes passa pelos dirigentes, que não percebem a importância de ter os melhores treinadores na base), não iremos avançar.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?
   Força de vontade e ambição.

6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?
   Altura e envergadura.

7. E que capacidades físicas deve possuir?
   Resistência, coordenação, agilidade, impulsão. Mas convém perceber que todas estas qualidades podem ser trabalhado no treino. E o treino físico não deve ser separado do treino técnico-tático, devido à pouca quantidade de horas de treino semanais que nos são permitidas. A rapidez e a força devem ter um trabalho complementar.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
   É fundamental que nas idades mais jovens eles dominem a técnica. O treino deve ser diversificado, tanto 1x0 como 1x1. Sem menosprezar a importância do 1x0, a técnica deve ser treinada em regime competitivo, porque é mais fácil fazer um atleta compreender a necessidade de melhorar a sua técnica.

   Há um fundamento que será prioritário, devido à tendência natural do miúdo: o lançamento. Mas tanto o passe, o drible ou o lançamento são importantes.
Mas parece-me que, numa fase inicial, a grande preocupação deve ser a motivação do miúdo que aparece, naturalmente, através do lançamento.

**9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?**

Há uma noção que desde muito cedo deve ser transmitida aos miúdos: a de ocupação de espaços. Deve ter uma sequência metodológica, principalmente através de jogos reduzidos.

**10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?**

Tem muita influência. Seja mini ou sénior. Acontece que em Portugal a competição está organizada mais para um nível adulto do que infantil. Elas deviam ser intervaladas, tendo períodos que permitissem ao treinador avaliar. Para haver evolução, há necessidade de treino, competição e avaliação.

**11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?**

As opções táticas podem condicionar o desenvolvimento do atleta. Falando por experiência própria, verifico que muitas vezes, se o treinador der uma estrutura de jogo, os jogadores seguem cegamente essa estrutura. E isso não se pretende. Deve haver sempre espaços para a criatividade do jogador.

Na escolha de um set-play, o treinador deve preocupar-se em dar várias opções para cada situação. E o que se verifica é que um jogador mecaniza-se em determinada opção e não escolhe a que se adequa mais à situação do momento.

Temos vindo a evoluir neste aspeto. Lentamente, mas temos. E o tipo de treino, se engloba ou não processos que exigam tomada de decisão, faz toda a diferença.
12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

   Tem. Principalmente as condições físicas e materiais. Clubes com condições físicas facilitam muitas vezes as condições de trabalho e horários de treino. Esse ambiente cria condições para a criatividade do jogador.

   A equipa enquadra-se no ambiente que o rodeia e, por isso, tem grande influência.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

   A qualidade do treino e a criação de objetivos intransponíveis é determinante.

   Falta de ambição e de capacidade de sofrimento – “no pain, no gain”, como dizem os americanos.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

   Fatores físicos, psicológicos, sociológicos, qualidades técnicas, tudo entra quando falamos no Alto Rendimento.

   É difícil responder a esta pergunta. Penso que a interação entre todos os fatores vai determinar o desenvolvimento do talento de um jogador.

   Acima de tudo, acho que um jogador não pode ter uma qualidade fundamental, deve ser completo em todas elas.

   Se não houver estrutura para acompanhar o talento, tudo se perde. E essa estrutura vem de diferentes lugares: problemas de saúde ou alimentação, planificação e controlo do treino, hipóteses de ser competitivo, ambiente familiar e escolar favorável.
Categoria: Coordenador
Codificação: C3

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?

Chegar ao alto rendimento depende de um número de fatores tão extenso que será impossível efetuar tal previsão com 100% de certeza. No entanto, temos hoje em dia algumas ferramentas que nos permitem ter uma maior certeza relativamente a essa possibilidade, embora nunca o possamos afirmar com um grau de certeza elevado.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   a. Capacidade técnica ou cognitiva\(^{19}\)? Técnica.
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas? Técnica.
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas? Físicas.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

Creio que pode interferir ao ponto de impedir o acesso do jovem ao alto rendimento.

4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

Creio que entre a família e o treinador, a preponderância é semelhante, tendencialmente estou tentado a dizer “treinador”. Numa primeira resposta diria “família” mas vivemos atualmente numa sociedade onde cada vez mais nos deparamos com atletas que vivem num ambiente monoparental, bem diferente daquele que nos habituamos a identificar como uma família “normal” há uns anos atrás. Daí a minha escolha.

\(^{19}\) inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?
Motivação, compromisso, concentração, autoconfiança, inteligência.

6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?
A mais importante será a altura.

7. Que capacidades físicas deve possuir?
Velocidade e agilidade, partindo do princípio que estamos a falar de características deve possuir e não daquelas que posteriormente deverá adquirir e que decorrem do processo de treino.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
Falando de basquetebol, depende obviamente da posição que projetarmos para o jogador dentro do campo. No entanto, creio que o domínio da técnica individual ofensiva nos seus fundamentos básicos (drible, passe, lançamento) será o alicerce para no futuro alcançar a elite.

9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?
A Tática individual creio que deverá ser ensinada posteriormente, não a considero prioritária relativamente à técnica. A inteligência e rapidez na tomada de decisões serão as características mais importantes.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?
Sim. A muita competitividade ou a falta dela pode ser causadora de eventuais desvios no desenvolvimento do jogador. Exemplo: uma competição extremamente exigente e competitiva pode levar a “queimar” etapas de formação com o objetivo de vitória. Uma competição pouco competitiva poderá
ser um fator que impeça o jogador de evoluir favoravelmente ou até fazê-lo sentir que será desnecessário melhorar as suas capacidades para poder vencer.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Conforme mencionei anteriormente, se o treinador abdica de algumas etapas em função de resultados. Exemplos: defender zona em escalões inferiores. Utilizar um jogador extremamente alto apenas e só debaixo do cesto com funções específicas e limitativas.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Sim. O ambiente e o grupo são fatores determinantes, principalmente em grupos de adolescentes. Não tenho a certeza sobre o alcance do “clube” mas se o contexto for o que depreendo (por exemplo, condições de treino oferecidas pelo clube), creio que sim.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

Vários exemplos: O facto de numa idade tenra o jogador não estar ainda tão desenvolvido fisicamente como outros jovens, não lhe dando assim as mesmas oportunidades que a outros com menos talento mas um melhor rendimento a curto prazo. Um mau acompanhamento social e familiar.

Existem muitos outros, alguns mencionados atrás como por exemplo, na questão das opções dos treinadores.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

A qualidade dos treinadores e as suas aptidões nos vários níveis de intervenção sobre o jogador.

As condições de treino oferecidas.
Anexos

Categoria: Coordenador
Codificação: C4

1. Acha que é possível prever se um jovem vai chegar ao alto rendimento?

Podemos sempre prever, analisando as características das atletas, físicas, mentais, de personalidade, embora na realidade sejam muitos mais os pressupostos para que uma atleta consiga a atingir o alto rendimento.

2. Em idades tenras, o que considera mais importante desenvolver ou potenciar para atingir o alto rendimento:
   a. Capacidade técnica ou cognitiva?
   b. Capacidade técnica ou capacidades físicas?
   c. Capacidade cognitiva ou capacidades físicas?

Assumindo que idade tenra será algo compreendido entre os 8 a 12 anos, julgo que o mais importante será a capacidade técnica e física, dando “armas” às atletas para que possam progressivamente melhorar o seu jogo, que com o tempo será mais tático (e com isso, melhorar a capacidade cognitiva), sendo acima de tudo, nessas idades, o mais importante é mesmo transmitir o gosto pela modalidade, o prazer do jogo.

3. Até que ponto o ambiente que rodeia o jovem atleta interfere no percurso até ao alto rendimento?

Tem um peso relativo, pois não são raras as vezes que verificamos que atletas que vivem em meios complicados conseguem atingir o alto rendimento fruto do trabalho e seriedade, usando algumas vezes isso como o “escape” ao meio em que vivem. Ao invés, também verificamos que atletas de meios “perfeitos”, podem não estar preparados para defrontar adversidades e desistirem à primeira contrariedade.

---

\[20\] inteligência, tomada de decisão, leitura de jogo, ...
4. Qual destes tem o papel mais preponderante: família, amigos ou treinador?

Os três são aspetos fundamentais para o desenvolvimento de um atleta, mas julgo que independentemente do meio familiar, se o treinador acreditar nas capacidades da atleta, pode ter um papel muito importante na sua evolução.

5. Em termos psicológicos, que características deve possuir um jogador talentoso para alcançar o alto rendimento?

Deve ser confiante, acima de tudo acreditar ser capaz. Depois deve manter sempre espírito de aprendizagem constante e espírito de sacrifício.

6. Que características antropométricas deve ter um jovem atleta para alcançar o alto rendimento?

Como é um hábito dizer, gostamos de jogadoras “longas”, móveis, e com boa capacidade de reação. Nos tempos atuais, tão importante como a altura, é sem dúvida a mobilidade física da atleta.

7. E que capacidades físicas deve possuir?

Para conseguir alcançar o alto rendimento, deve possuir boa “estampa física”, sendo que isso pode ser suprimido caso tenha alguma característica “diferente”, como sendo uma atleta muito rápida ou de estatura elevada.

8. Em termos técnicos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Uma boa capacidade drible, fazendo com que a bola “faça parte do corpo”, seja capaz de passar com ambas as mãos, lançamento rápido, e boa coordenação motora na realização de todas as referidas.
9. Em termos táticos, que características deve possuir um jogador para alcançar o alto rendimento?

Duas características são fundamentais: ser capaz de boas leituras de vantagem/desvantagem e a “reação instintiva” muito trabalhada, de modo a ser capaz de ser rápida na reação a mudanças que surjam em jogo ou treino.

10. A competição em que um talento está inserido durante a formação influencia de alguma forma o seu desenvolvimento?

Sem dúvida alguma! Embora como em tudo haja exceções à regra, se durante a sua formação a atleta competir sempre “no limite”, jogando em superação e contra as melhores, de certo que a sua evolução e desenvolvimento será bem mais significativo.

11. Como influenciam as opções táticas do treinador nos escalões de formação um jogador com talento?

Varia de treinador para treinador. No meu caso, opto por colocar um jogador com talento a jogar numa posição que poderá ser “sua” no futuro, ao invés de colocar a jogar para resultados imediatos, sendo que com isso, não só acabamos por enriquecer ainda mais a equipa como os jogadores.

12. O clube tem influência no desenvolvimento de um talento? E a equipa (enquanto grupo de jogadores)?

Terá sempre influência, dependendo da mentalidade que é inculcada nos jogadores e no grupo de trabalho.

13. Que fatores levam um jogador com talento a não atingir um nível elevado?

O seu desenvolvimento pode ser interrompido por tudo o que foi anteriormente referido: o meio familiar, social em que vive pode ter um efeito negativo; a mentalidade do próprio jogador pode não conseguir evoluir no sentido de estar apto para um grau mais elevado; fisicamente, uma lesão em
alturas decisivas da sua etapa de formação pode também ter um peso significativo, são vários os fatores.

14. Como conclusão, quais os aspetos que acha mais relevantes no desenvolvimento de um jogador com talento?

Acima de tudo, mentalidade! Um jogador com mentalidade vencedora, de trabalho e com uma boa dose de espirito de sacrifício, conseguirá sempre atingir um patamar elevado no seu jogo, embora obviamente não existe um “padrão certo”, pois se assim fosse, não haveria tantos “talentos prematuros” que não conseguem atingir a alta competição.