



**BASQUETEBOL  
TEXTOS TÉCNICOS**

TEOTÓNIO LIMA



ANTOLOGIA  
DE TEXTOS

E SOCIEDADE  
DESPORTIVA

79

BASQUETEBOL  
TEXTOS TÉCNICOS

**AUTOR**

Teotónio Lima

**TÍTULO**

Basquetebol Textos Técnicos

**COORDENAÇÃO DA EDIÇÃO**

João C. Boaventura

**EDIÇÃO**

Ministério da Educação

Direcção-Geral dos Desportos

Av. Infante Santo, 76, 4.º

1399 Lisboa Codex

**COMPOSIÇÃO E IMPRESSÃO**

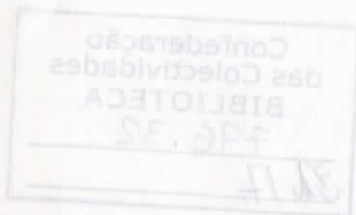
Tip. Minerva do Comércio

**TIRAGEM**

3000 exemplares

**DATA**

Janeiro de 1988



## **Índice**

<b>OLHAR E APONTAR PARA O CESTO</b>	<b>3</b>
1 — Fixar o centro do aro?	4
2 — Fixar a parte posterior ou anterior do aro?	6
3 — Uma pedagogia concreta assenta em indicações precisas	8
<b>LANÇAMENTO</b>	<b>11</b>
1 — Aprender bem e adquirir bons hábitos	11
2 — Treinar o que se sabe fazer e treinar com um objectivo	17
3 — Os grandes jogadores fazem-se pelo treino	34
<b>NÃO HESITE, FAÇA CONTRA-ATAQUE</b>	<b>35</b>
1 — Cinco argumentos a favor do contra-ataque	35
2 — O contra-ataque também se treina	40
<b>NÃO HESITE, FAÇA CONTRA-ATAQUE! E PRINCÍPIOS DE APLICAÇÃO</b>	<b>35</b>
1. Introdução	54
2. Princípios fundamentais	55
3. Aplicação prática dos princípios	63
<b>Referências bibliográficas</b>	<b>65</b>