

# FORMAÇÃO DE ESPORTISTAS



VALDIR J. BARBANTI



# Resumo de Formação de Esportistas

Todos parecem saber que as crianças e os jovens não são adultos, mas com frequência costumam negligenciar essa informação no trato diário com eles. No caso do treinamento esportivo voltado para esse público, é essencial considerar que crianças e jovens requerem tratamento diferenciado, no que concerne aos objetivos, aos conteúdos aplicados e à atitude das pessoas participantes do processo.

Este livro tenta responder dúvidas de treinadores, pais, educadores e dirigentes de ordem prática sobre formação de esportistas. Desde a escolha da modalidade esportiva, a iniciação, a aprendizagem das técnicas até a competição e as competências psicológicas e emocionais que caracterizam o treinamento esportivo dos atletas iniciantes.

Valdir J. Barbanti é professor titular da Escola de Educação Física e Esporte da Universidade de São Paulo. Recebeu seu título de Ph.D. em Educação Física pela University of Iowa, nos Estados Unidos.

Foi atleta de nível internacional, campeão e recordista brasileiro em várias provas de atletismo. Foi treinador de inúmeros atletas campeões brasileiros e preparador físico da Seleção Brasileira de Basquetebol Masculino.

É autor de diversos livros sobre treinamento esportivo, aptidão física e condicionamento físico. Divulga suas idéias em cursos e palestras por todo o país e no exterior. Pratica corrida, tênis, futebol, musculação e tem como hobby a fotografia.

Conheça as demais obras do autor publicadas pela Manole

[Acesse aqui a versão completa deste livro](#)