
¿QUÉ ES LA “PERIODIZACIÓN TÁCTICA”?

Vivenciar el <<juego>> para condicionar el Juego

Xavier Tamarit Gimeno

“¿Cuándo se admitirá que un movimiento deportivo descontextualizado o desajustado (movimiento <<torpe>>) de la respuesta correcta es, por más sudor que exija, una <<teoría>>... y que una percepción mental correcta de una situación es ya (antes del gesto) una práctica?”

Vítor Frade (1985)

4.1. La Supradimensión Táctica para alcanzar el <<juego>> pretendido

“El Fútbol (entiéndase el <<jugar>>) deberá tener como núcleo director la dimensión táctica del juego porque es en ella y a través de ella que se consubstancian los comportamientos que ocurren durante un partido”,

Garganta (1997 cit. por Freitas, S. en 2004)

Como hemos dicho, la “Periodización Táctica” respeta el Principio de “entereza inquebrantable” del Juego, globalizando en cada ejercicio las cuatro dimensiones que forman el Fútbol, así como sus cuatro momentos, siendo los Principios y Subprincipios del <<juego>> los únicos que se desintegran, asumiéndose el Modelo de Juego como referencial de todo el Proceso. El entrenamiento será, por tanto, el encargado de hacer que los jugadores conciban la manera de <<jugar>> que pretende alcanzar su Entrenador.

Sin embargo, pese a la globalidad que adquieren los ejercicios, las cuatro dimensiones que forman el Fútbol no pueden ser vistas bajo el mismo grado de preocupación, por ello precisan ser jerarquizadas de acuerdo con el ejercicio en cuestión. Si el Modelo de Juego es el referencial de todo el Proceso, el aspecto/dimensión táctica será siempre el guía de todo ejercicio, surgiendo los demás factores por arrastre.

Para el Profesor Frade (2003 cit. por Freitas, S. en 2004) “lo táctico no es físico, ni es técnico, ni es psicológico, pero necesita de todas ellas para manifestarse”. También para Amieiro, N., Oliveira, B., Resende, N. y Barreto, R. (2006) “entiéndase que cualquier acción técnica, o física, tiene siempre subyacente una intención táctica”.

Por tanto, el factor táctico aparece como una Supradimensión que deberá ser guía de todo el Proceso de Entrenamiento. Así lo entiende también Oliveira, J., cuando dice que “el Modelo de Juego **adoptado**²⁸ y los respectivos principios deben ser sujetos a un cuidadoso proceso de periodización y planeamiento dinámicos, lo que presupone que el componente físico, técnico y psicológico aparecen arrastrados por el componente táctico pero siempre en paralelo”.

Es por ello que el Entrenamiento debe cobrar una importancia extrema a nivel táctico, tratando todos los aspectos que el Entrenador quiere que ocurran (Modelo de Juego) dentro del terreno de juego en los distintos momentos que el Fútbol posee (momento ofensivo, momento defensivo, transición ataque – defensa y transición defensa – ataque). De ahí, la importancia extrema del Entrenador tener una Cultura Táctica claramente definida en cada uno de los momentos del Fútbol y, basándose en ella dar la máxima coherencia al Proceso a seguir (operacionalización de esta Concepción de Juego).

28 El autor ya no utiliza este término ya que el Modelo de Juego es creado por el Entrenador y no adoptado.

También para Mourinho, J. es el Modelo de Juego el objetivo prioritario cuando afirma que, “una de las premisas de mi trabajo es que los jugadores bajo el punto de vista táctico, sepan claramente como se juega, a que jugamos, cuales son las funciones de cada uno”, cosa que se consigue a través del entrenamiento y entendimiento de los diversos Principios y Subprincipios sin perder el “todo” de vista (como veremos en el Capítulo 11).

Todos ellos coinciden en que conseguir un Modelo de Juego lleva tiempo, por ello es necesario entrenarlo desde el primer día de entrenamiento, y subordinarlo todo a la supradimensión táctica.

4.3. La Especificidad: Principio de Principios

*“Será el principio de Especificidad quien dirija la Periodización Táctica”,
Vítor Frade (2001 cit. por Tavares, 2003)*

El hecho de ser la supradimensión táctica quien debe orientar cada ejercicio, procurando una determinada forma de <<jugar>> caracterizada por ciertos Principios y Subprincipios que conforman un Modelo de Juego (permitiendo el apareamiento del resto de dimensiones por arrastre) provoca que cada ejercicio esté dotado de una Especificidad del <<juego>> que queremos. O sea, siempre estamos entrenando nuestro <<juego>> (aunque como veremos en el Capítulo 10, cada día trabajaremos una estructura respetando de este modo la recuperación – Principio de Alternancia Horizontal), y esto provoca que el entrenamiento sea Específico de nuestra manera de <<jugar>>.

Estamos hablando de una Especificidad total en cada una de las dimensiones, esto es, una Especificidad que acompaña al <<juego>> que pretende desarrollar el Equipo en todos sus factores (Especificidad táctica, técnica, física y psicológica).

De este modo, surge en la Metodología el Principio de Especificidad, que debe ser cumplido en todo momento del entrenamiento, pasando a determinarse como el Principio de Principios de la “Periodización Táctica”. Según Oliveira, J. (1991 cit. por Freitas, S. en 2004) “no basta afirmar que ella es importante, es necesario que este principio se asuma como el <<Principio de los Principios>> y sea el baluarte de toda una metodología adoptada”. El Principio de Especificidad dirigirá, por tanto, la “Periodización Táctica”

Sin embargo, tenemos que diferenciar entre una especificidad con minúscula, y una Especificidad con mayúscula. Según Oliveira, J. (1991 cit. por Freitas, S. en 2004) “sólo se puede llamar Especificidad a la Especificidad si hubiese una permanente y constante relación entre los componentes psico-cognitivos, táctico-técnicos, físicos y coordinativos en correlación permanente con el Modelo de Juego adoptado y sus respectivos Principios que le dan cuerpo”. Por lo tanto es una Especificidad del <<jugar>> y que lleva consigo una Especificidad física, técnica y psicológica. Como dice el autor, “toda actividad se debe orientar siempre por ese esfuerzo Específico requerido por el Modelo de Juego”. A esto se refiere

Faria, R. (1999 cit. por Freitas, S. en 2004) cuando asegura que, “no es suficiente una especificidad-modalidad, es necesario una sub-Especificidad-Modelo de Juego”, evidenciando la diferencia existente entre “Entrenamiento Integrado y Periodización Táctica”.

Resende, N. (2002) nos explica la diferencia existente entre Especificidad y especificidad cuando afirma que, “un entrenamiento Específico es diferente de un entrenamiento compuesto por ejercicios situacionales. Importa destacar que la Especificidad apenas está asegurada y es trabajada de una forma efectiva si las cargas a las cuales los jugadores están sujetos, también estuviesen interconectadas al Modelo de Juego adoptado y sus respectivos Principios, pues en caso contrario se está hablando de ejercicios situacionales”.

A esto se refiere Rui Faria (cit. por Carvalhal, C. en 2001) cuando dice que, la “Periodización Táctica/Modelización Sistémica obliga a una descomposición juego/complejidad, articulándolo en acciones también ellas complejas, acciones comportamentales de una determinada forma de jugar - Modelo de Juego/modelo de complejidad. Esta articulación surge en función de lo que se pretende ver instituido - un concepto de acciones intencionales, una cultura de juego - y por consecuencia una adaptación Específica, que es la táctica/sistémica (entendida como cultura), arrastra consigo aspectos de orden técnico, físico y psíquico. Este concepto reclama así el respeto por el Principio de Especificidad”. Según este mismo autor, “las adaptaciones no se limitan sólo a los cambios fisiológicos, sino también, según Bompa (1983), a implicaciones precisas en los factores técnicos, tácticos y psicológicos”.

Podemos decir entonces que la “Periodización Táctica” basada en esta Especificidad “piensa” el entrenamiento como un diálogo, donde el ataque, la defensa y las diferentes transiciones, interaccionan sin orden establecido. Lo que se pretende entonces, es que los entrenamientos sean simuladores lo más reales posible de los partidos a los que aspiramos... ¡protagonizar!, pues tal y como dice Le Moigne, J.L. (citado por Gutiérrez, G. en 2002), “la legitimación de los modelos simbólicos por la cual éstos describen sus enunciados enseñables no puede fundarse en una analogía experimental e icónica (no ambigua). Pasa por una analogía de comportamientos simulados, simulaciones efectuadas sobre modelos simbólicos. Y la simulación de los modelos simulados no es neutra: afecta a los modelos en sí mismos... Todo conocimiento es estructuralmente circular y autoreferencial. El buen uso de un modelo requiere el reconocimiento previo de su necesaria ambigüedad. El operador que establece la relación intencional de un sujeto con un conocimiento no es un operador cartesiano, claro y distinto”, requiriendo por tanto ejercicios Específicos que ayuden a entender la forma de <<jugar>> que queremos, a través de sus Principios y Subprincipios, así como sus Articulaciones.

De esta forma, los ejercicios que procuren la organización de un Equipo deben simular momentos de la competición, y ese simular se tiene que traducir en ejercicios que en su propia esencia no descontextualicen aquello que es o va a ser la realidad competitiva. Como dice Portolés, J. (2007) “podemos decir que dos

sujetos con iguales bases estructurales pueden diferir mucho en su rendimiento y eficacia en los comportamientos según sea su capacidad para activar y dirigir de forma controlada y precisa dichos comportamientos hacia el objetivo final deseado”. El autor continúa diciendo que, “esta capacidad personal de activación y dirección controlada es una función compleja en sí misma pero lo es más cuando el objetivo a alcanzar no está perfectamente delimitado desde un principio”.

Es por ello que debemos conseguir que el mayor número de jugadores piensen de la misma manera ante una situación dada, o sea, que tengan un objetivo claro (Principios y Subprincipios del <<juego>> que llevan al Modelo de Juego pretendido) desde el primer día. Esto es conseguido a través de ejercicios que simulen la realidad del Juego que aspiramos conseguir.

La “Periodización Táctica” trabaja siempre en Especificidad, no dando lugar, por tanto, a ejercicios analíticos y descontextualizados. Es por ello que rechaza entrenamientos físicos o técnicos separados del Modelo de Juego, ya que esto conduce a una inEspecificidad en el Proceso con sus posteriores consecuencias (como veremos en el Capítulo 11).

No hay que confundir el Entrenamiento “Integrado” con la “Periodización Táctica”. Nosotros estamos hablando de una Especificidad relacionada con la forma de <<jugar>>, distinta de la especificidad del Jugar que predomina en la forma “Integrada”, aunque evidentemente, también tenga ejercicios Específicos.



7. LA NECESIDAD DE ENTRENAR EN CONCENTRACIÓN (TÁCTICA) COMO RESULTADO A UN PROCESO EN ESPECIFICIDAD Y QUE PERMITE ALCANZAR ESA ESFERA DE UN “SABER SOBRE EL SABER HACER”

“Correr por correr tiene un desgaste energético natural, pero la complejidad de ese ejercicio es nula, y como tal, el desgaste en términos emocionales tiende a ser nulo también, al contrario de las situaciones complejas donde se exigen a los jugadores requisitos técnicos, tácticos, psicológicos y de pensar las situaciones, eso es lo que representa la complejidad del ejercicio y que conduce a una concentración mayor”.

Mourinho, J. (citado por Freitas, S. En 2004)



7.1. Importancia de la concentración

“El fútbol de rendimiento superior exige de los jugadores una constante solicitud táctica, tanto en el partido como en el entrenamiento. Es necesario que lo que ellos estén haciendo, lo hagan de una forma concentrada. En este sentido, los buenos desempeños de entrenamiento reclaman elevada concentración para aquello que el entrenador pretende”,

Vitor Frade (2003 cit. por Gaiteiro, B. En 2006)

La concentración según Orlick (1986 cit. por Freitas, S. en 2004) es la “habilidad para cada uno dirigir al máximo su atención hacia los aspectos relevantes de la tarea”.

Para otros autores como Schmid y Peper (1991 cit. por Morilla, M., Pérez, E., Gamito, J.M., Gómez, M.A., Sánchez, J. y Valiente, M. en 2002) “la concentración es una destreza aprendida, de reaccionar pasivamente o de no distraerse ante estímulos irrelevantes”. Además, añaden que “la concentración también significa el estar totalmente aquí y en el ahora, en el presente”. Según Silverio y Srebro (2002 cit. por Freitas, S. en 2004), “la concentración incluye dos elementos: 1). Capacidad de prestar atención a la información pertinente e ignorar lo irrelevante y los estímulos perturbadores. 2). Capacidad de mantener la atención durante un largo periodo de tiempo (90 minutos más descuento)”.

La importancia que adquiere la concentración en la competición es evidente. Tal como nos dicen Orlick y Nideffer (1986 y 1991 cit. por Freitas, S. en 2004), “la concentración es un factor decisivo en la competición, tanto en deportes colectivos como individuales”. Para Morilla, M., Pérez, E., Gamito, J.M., Gómez, M.A., Sánchez, J. y Valiente, M. (2002) “la concentración es uno de los aspectos esenciales para alcanzar el máximo nivel para el que cada deportista esté capacitado”.

Dicha importancia podemos comprobarla a través de diversas entrevistas realizadas por los medios de comunicación a Entrenadores y jugadores profesionales, que la consideran esencial para la obtención del éxito. Entre algunas de ellas, destacamos la de Luis Fdo. Tena, entrenador del América de México, cuando habla de la importancia de la concentración para alcanzar el éxito, al afirmar en el diario As (14 de diciembre de 2006) refiriéndose a su partido del Mundial de Clubes frente al F.C. Barcelona que, “nos enfrentamos a una escuadra perfecta, que siempre juega con la máxima concentración”.

Queda claro que todos le damos una gran importancia a la concentración en el Fútbol. Sin embargo, no es un aspecto que se entrene, y si se hace es de forma inespecífica, lo que provoca incapacidad de concentración durante un prolongado periodo de tiempo (en nuestro caso 90 minutos mínimos) para una misma tarea.

Nuestro Pensamiento, nos lleva a que la concentración debe entrenarse, operacionalizarse en el Proceso de Entrenamiento. Para De le Vega, R. (2003) ante la falta de concentración durante el partido “deberíamos estudiar y analizar bajo que condiciones entrena el jugador porque si sólo se le exige una concentración

mantenida durante poco tiempo, cabe esperar entonces que en el momento de la competición también lo haga (lo que se entrena se refleja en las competiciones)”.

7.2. La “concentración decisional” (táctica) exigida en la “Periodización Táctica” (gracias a su Especificidad)

*“El trabajar y operacionalizar el Modelo de Juego implica concentración”,
Faria, R. (2002 cit. por Freitas, S. en 2004)*

La concentración de la que estamos hablando y, que queremos operacionalizar en los entrenamientos, no es una concentración general, sino una concentración Específica de una forma de <<jugar>>, por lo que la llamaremos “concentración táctica o decisional”. Esta “concentración táctica” deberá estar presente en cada uno de los ejercicios a realizar durante el Proceso.

Para Vítor Frade (2000 cit. por Freitas, S. en 2004) nuestro Proceso va en esta dirección cuando afirma que, “la Periodización Táctica pone énfasis en la asimilación de una forma de jugar, en sus principios: organización de la defensa; del ataque; y de los principios que son sus fronteras, o sea el modo como se transita de un momento al otro, siendo que esto sólo se hace en concentración”. Ésta será, por tanto, una concentración Específica de una determinada forma de <<jugar>>.

Oliveira, J. (cit. por Freitas, S. en 2004) va en la misma línea y nos habla de concentración Específica cuando dice que, “ser trabajada la forma de jugar exige determinado tipo de concentración, cuando nosotros dirigimos el entrenamiento para que esa forma de jugar sea una evidencia de nuestro juego, también estamos apelando para que la concentración necesaria para esa forma de jugar también sea entrenada”. Según este mismo autor, “la concentración es una de las cosas que se entrena para que en el partido nosotros seamos mejores y consigamos hacer las cosas que pretendemos”.

Es difícil, entonces, que en los entrenamientos analíticos se pueda dar esta concentración Específica que nuestro Modelo de Juego va a exigir. Mourinho, J. (cit. por Freitas, S. en 2004) se refiere a ello cuando dice que, “es la construcción de ejercicios que exigen esa misma concentración y la construcción de los ejercicios que la exigen son ejercicios no analíticos, sino ejercicios donde los jugadores tienen que pensar mucho, comunicar mucho y ejercicios de complejidad creciente que les obliguen a una concentración permanente”.

Por lo tanto, será a través de la “Periodización Táctica” (gracias a su Especificidad) que conseguiremos operacionalizar esta concentración exigida en la competición. Para Carvalhal, C. (cit. por Freitas, S. en 2004) “la mejor forma de potenciar la referida concentración, es a través de situaciones que simulen nuestra forma de jugar (...), la simulación a través de ejercicios, entrenando grandes y pequeños principios de juego de acuerdo con esos cuatro momentos, es en mi

perspectiva, la única forma de entrenar la concentración, por lo menos al nivel de la operacionalización”.

Por lo tanto, como ya hemos referido, “la concentración deberá estar siempre presente en el entrenamiento, pero no una concentración cualquiera, pues ésta tiene que aparecer como una subdimensión contextualizada en el proceso de entrenamiento, en su operacionalización, tiene que ser una concentración relacionada a la cultura de juego que el entrenador pretende para su equipo, siendo que la única forma de potenciar esa concentración parece ser a través de la Especificidad del entrenamiento, a través del recurso de ejercicios realizados en un régimen táctico-técnico, teniendo en cuenta los principios, subprincipios y subprincipios de los subprincipios del Modelo de Juego adoptado por el entrenador”, Freitas, S. (2004).

7.3. La intervención del Entrenador en la búsqueda de la concentración Específica

“A veces, los ejercicios están completamente adecuados al modelo de juego, sin embargo, debido a la intervención inadecuada del entrenador se pueden volver desajustados”,

Oliveira, J. (2004 cit. por Gomes, M. en 2006)

Sin embargo, será imprescindible también la intervención del Entrenador para la consecución de esta concentración en el entrenamiento, pues según Oliveira, J. (cit. por Freitas, S. en 2004) para que la “Especificidad sea realmente adquirida no basta con que los ejercicios sean Específicos en términos de estructura de los ejercicios, es necesario que el entrenador tenga una intervención que potencie esa Especificidad”, recalando la importancia del Entrenador, como máximo líder, siendo él quien corrija y explique ante los posibles errores y premie las virtudes mostradas por su Equipo en función del Modelo de Juego que pretende alcanzar. A esto se refieren Robert, J., Schinke y José L. da Costa (cit. por Portolés, J. en 2006) cuando aseguran que, “de acuerdo con Bandura (1990) los atletas de Élite requieren persuasión y feedback técnico específico de entrenadores acreditados con el fin de trascender sus propios límites percibidos para alcanzar resultados del más alto nivel y consecuentemente confirmar resultados”.

Para conseguir esta concentración, por tanto, deberemos hacer sobresalir un comportamiento deseado en un ejercicio a través de la orientación emocional, con la intervención del Entrenador tal como ya hemos hablado en el Capítulo 5. Queda clara la importancia de la intervención por parte del Entrenador para la adquisición de los Principios y Subprincipios inherentes al Modelo de Juego pretendido, así como para la exigencia de concentración Específica de dicho Modelo en los ejercicios, consiguiendo transformar un “saber hacer” en el “saber sobre un saber hacer”.

Según Carvalhal, C. (cit. por Freitas, S. en 2004), “nosotros estamos hablando de una forma de entrenar, donde esa forma de entrenar es una simulación de la

5.2. Crear hábitos a través de la repetición sistemática

“Lo que Mourinho quiere es que sus preocupaciones del momento aparezcan, en la repetición, en el entrenamiento, muchas más veces que otras cualquiera. Por lo tanto, el Principio de las Propensiones es la encargada de calibrar, en especificidad, lo que se quiere que acontezca en los ejercicios cuando se da repetición”,

Amieiro, N., Oliveira, B., Resende, N. y Barreto, R., (2006)

Como ya hemos reflejado en los capítulos anteriores, lo que pretendemos conseguir, a través de la “Periodización Táctica”, es una adaptación de los jugadores a una determinada forma de <<juego>> pretendida por el Entrenador, y que las intenciones previas (lo que queremos que suceda) se formen en intenciones en el acto durante la competición. Según Gomes, M. (2006) “para que los comportamientos de los jugadores y equipo se inscriban automáticamente en el desarrollo del proyecto de juego del equipo es preciso crear hábitos”. Y hace mención a lo referido en el punto anterior: “A través de ellos, los comportamientos surgen al nivel del inconsciente o sea, resultan de la capacidad de anticipación de la repuesta”.

Según Frade (1998 cit. por Rocha en 2000) “cuando entrenamos para conseguir una adaptación, el proceso acontece al nivel del “saber hacer”. Para Carvalhal, C. (2001) esa adaptación es creada “a través de un hábito que se adquiere en la acción”.

Según El Diccionario Práctico Ilustrado, Lello y hermanos editores (cit. por Carvalhal, C. en 2001), hábito es “la disposición adquirida por la repetición frecuente de un acto, siendo la disposición <<una tendencia, una aptitud>>”, que como hemos visto anteriormente vendrá marcada por Sentimientos vivenciados con anterioridad. Bordieu (cit. por Carvalhal, C. en 2001) añade que, “la disposición es un término más amplio que el hábito y puede ser definida como un saber hacer”. Además, nos dice que “las disposiciones pueden ser innatas o adquiridas”, y que “el hábito es una disposición adquirida, pudiendo su aprendizaje tomar diversas formas donde la simple repetición es muchas veces insuficiente”.

Esta repetición puede ser, en ocasiones, insuficiente porque ese hábito, que se adquiere en la acción, puede evolucionar o no con la repetición. Si la repetición de una acción es activa y contextualizada existirá evolución adquiriéndose “un saber hacer” nuevo. Por el contrario, si la repetición se realiza de manera no activa, las disposiciones adquiridas hasta aquí se mantendrán, pero no existirá evolución.

Dada la importancia que acoge la repetición sistemática en la transformación de “un saber hacer” en hábito, Vítor Frade (cit. por Carvalhal, C. en 2001) expone que, “para adquirir un Principio, el entrenamiento tendrá que ser <<adquisitivo>>”, esto es, el tiempo de acción en términos de propensión tiene que hacer aparecer un gran porcentaje de determinadas cosas. Este es otro de los principios en que se basa la “Periodización Táctica”, el Principio de las Propensiones, que consiste en hacer aparecer un gran porcentaje de lo que queremos alcanzar, del objetivo pretendido.

Para ello, debemos condicionar el ejercicio, para que surja repetidamente el comportamiento pretendido.

La forma de operacionalizar un Principio, con el fin de conseguir una adaptación por parte de los jugadores, es entonces a través de la repetición sistemática (en Especificidad), permitida en este caso por el Principio de las Propensiones. Imaginemos que queremos conseguir que los jugadores de nuestro Equipo hagan un tipo de presión. Realizamos un ejercicio donde 6 jugadores presionan, los tres delanteros y los 3 medios (en un sistema 1-4-3-3) ante 7 jugadores con posesión del balón, por ejemplo los 4 defensores más 3 medios. Si lo que queremos es que los jugadores adopten este Principio deberé poner normas al juego de manera que se den muchas recuperaciones del balón por parte de los jugadores que presionan, cumpliendo de esta forma la repetición sistemática que les hará llegar a un hábito. Al ser Específico de nuestro <<juego>> este hábito, podremos alcanzar la esfera del “saber sobre un saber hacer”, que no es otra cosa que “hacer consciente lo que se quiere”, Vítor Frade (2007).

5.3. De un “saber hacer” al “saber sobre un saber hacer”

“Entrenar en Especificidad y tener en la repetición sistemática el soporte de la viabilidad de la adquisición de sus principios de juego le permite promover el apareamiento, en el seno del equipo, de intenciones en el acto en conformidad con las intenciones previas”,

Amieiro, N., Oliveira, B., Resende, N. y Barreto, R., (2006)

Sin embargo, esta repetición sistemática (conseguida con el Principio de las Propensiones) de la que habla Vítor Frade y a la que también se refiere Resende, N., cuando nos dice que, “el aprendizaje (asimilar y apropiar determinados principios del Modelo de Juego) resulta de la repetición sistemática”, deberá ser intencional y activa, o lo que es lo mismo, Específica, pues como dice Carvalhal, C. (2001), “además de la repetición, el aprendizaje requiere una estructuración intencional de las ocurrencias repetidas, siendo sus efectos más visibles, cuanto más activo fuese ese aprendizaje”. A ello se refiere Vítor Frade (cit. por Freitas, S. en 2004) cuando afirma que “sólo el movimiento intencional es educativo”.

Estamos diciendo que ese hábito que pretendemos crear en el jugador, a través de la repetición sistemática, debe ser intencional y contextualizado al Modelo de Juego pretendido.

Es por ello que Vítor Frade (cit. por Resende, N. en 2002) ve la “necesidad de emergencia de la dimensión táctico-técnica en detrimento de la dimensión física”. El autor evidencia de esta forma que el aspecto táctico debe ser el guía de todo el Proceso, dando intencionalidad al ejercicio, lo que obliga a estar activo mentalmente al jugador, produciendo en él una nueva adquisición perteneciente no sólo a la esfera del “saber hacer”, sino también a la del “saber sobre un saber hacer”.

Vemos de esta forma, que el Fenómeno Complejo Fútbol está compuesto por dos esferas del conocimiento. Una esfera centrada en el “saber hacer” y otra esfera que se centra en el “saber sobre un saber hacer”.

Si bien es cierto que el entrenamiento, a través de la repetición sistemática (cumpliendo uno de los principios fundamentales del proceso de enseñanza-aprendizaje), servirá para conseguir adquirir ciertos hábitos (“un saber hacer”), es fundamental, que ese lado adquisitivo del que estamos hablando se dé de forma contextualizada (Específica), relacionándolo con el Modelo de Juego, provocando de esta forma una determinada relación entre mente y hábito que se vuelve fundamental a la hora de transformar “un saber hacer” en el “saber sobre un saber hacer”, que se vuelve de extrema importancia, pues tal como dice Le Moigne, J.L., “en este modelo, el problema de la toma de decisiones en situaciones complejas es concebido como de representación cualitativa, ordenado a responder la pregunta sobre <<qué hacer>>, más que la de <<cómo hacer>>”.

Por ello, esta parte adquisitiva perteneciente a la esfera del “saber hacer” debe darse en toda su esencia (“entereza inquebrantable” del Juego), sin ser descontextualizada, porque sino en cierto modo se está produciendo una deformación en el entendimiento perteneciente a la esfera del “saber sobre un saber hacer”.

Además, debemos tener en cuenta, que en la sociedad en la que vivimos, hay cantidad de disposiciones motoras que son condicionadas por la cultura o el pasado de cada individuo, y que un Equipo está formado por un gran número de individuos, cada uno con sus ideas y formas de <<jugar>>, de acuerdo con cada situación que el Juego exige. Por lo que la tarea del Entrenador será modelar las ideas de cada uno de los individuos que forman su Equipo, y hacer que todos ellos piensen lo mismo y de la misma manera en una determinada situación. Esto nos lleva a la esfera del “saber sobre un saber hacer” (Carvalho, C. en 2001).

5.4. La repetición sistemática (en Especificidad): una cura contra el <<Alzheimer³⁰>>

“Cuando tenía 14 años sabía hacer cualquier raíz cuadrada, estaba cansado de hacerlas en la escuela. Sin embargo, ahora que soy licenciado no consigo hacer prácticamente ni una. La ausencia de práctica me ha hecho olvidarlas”,

Tamarit, X. (2007)

El entrenamiento, sin embargo, no sólo debe basarse en la adquisición de nuevos Principios, sino también en el mantenimiento de los ya aprendidos, ya que los jugadores olvidan ante la ausencia de ejercitación de ciertos ejercicios.

Como dice Castelo, J. (cit. por Resende, N. en 2002), “la ausencia de ejercitar, en el pasar del tiempo, determinados ejercicios, hace que los jugadores/equipos se olviden, debido a la no utilización de la información retenida en la memoria y las instrucciones para su ejecución”. Además, añade que “el olvido lleva a una disminución de la capacidad de realizar acciones con los niveles de desempeño anteriormente alcanzados”. Por ejemplo, un aprendiz de guitarrista, comienza practicando el <<punteo>> con su guitarra. Con el tiempo (más o menos, dependiendo su capacidad de aprendizaje), conseguirá una habilidad en sus dedos que le permitirá aumentar la velocidad de éstos para tocar las cuerdas de la guitarra. Si durante 3 meses dejara de practicar el <<punteo>> para pasar a <<rascar>> las cuerdas, cuando intente <<puntear>> de nuevo su velocidad de ejecución habrá disminuido considerablemente. Exactamente lo mismo ocurre con los jugadores de Fútbol, si dejan de practicar ciertas acciones tanto tácticas como táctico-técnicas, pierden calidad en su ejecución.

El entrenar en Especificidad permite que los jugadores no lleguen al olvido de los Principios y Subprincipios que conforman el Modelo de Juego, ya que éstos están siendo entrenados en todo momento, así como de habilidades táctico-técnicas fundamentales para dicho Modelo. Para Castelo, J. (cit. por Resende, N. en 2002) “al practicar repetidamente y sistemáticamente los ejercicios de entrenamiento específicos, los jugadores evolucionan a través del desarrollo de los diferentes sistemas del organismo, principalmente del sistema nervioso central”, ya que como nos dice, “educar no es meramente desarrollar los músculos, sino habituar el cerebro a comandar el cuerpo”. Y añade que, “la inteligencia es una característica muy importante, pues el atleta precisa tener perspicacia para, primero, observar y captar lo que debe hacer, para después tener capacidad de registrarlo en la memoria y enseguida, enviar una orden que pueda ser cumplida por varios grupos musculares”. El autor da máxima importancia a la inteligencia que debe poseer

30 “Es una enfermedad neurodegenerativa, que se manifiesta como deterioro cognitivo y trastornos conductuales. Se caracteriza en su forma típica por una pérdida progresiva de la memoria y de otras capacidades mentales, a medida que las células nerviosas (neuronas) mueren y diferentes zonas del cerebro se atrofian. La enfermedad suele tener una duración media aproximada de 10-12 años, aunque esto puede variar mucho de un paciente a otro” (Wikipedia).

el jugador, y que, por supuesto, debe darse en la Especificidad que prima en el Proceso de Entrenamiento.

A esta inteligencia se refiere Garganta, J. (cit. por Resende, N. en 2002) cuando dice que en el Fútbol “no basta llegar más lejos, ni saltar más alto, ni ser más fuerte, es preciso ser más rápido, más veloz”. Más rápido en pensar, en encontrar soluciones, en encontrar el error, en descodificar las señales que lo envuelven. Además Garganta & Pinto (cit. por Resende, N. en 2002) añaden que “los buenos jugadores se ajustan no sólo a las situaciones que ven, sino también a aquellas que prevén, decidiendo en función de las probabilidades de evolución del juego”. Para Castelo, J. (cit. por Resende, N. en 2002) todo ello debe entrenarse para conseguir una mejora en el proceso de percepción, pues como él mismo dice “los conocimientos y la experiencia son factores preponderantes para la elaboración de un proceso perceptual, proceso éste que sólo se podrá desarrollar por la práctica en la acción”.

5.5. Despertar Sentimientos en los entrenamientos: una tarea del Entrenador

“Mourinho no sólo procura crear imágenes mentales – <<grabar>> en el cuerpo experiencias relativas a su jugar - sino también asociarles emociones y sentimientos que faciliten las tomadas de decisión, utilizando esa herramienta del cerebro que son los marcadores-somáticos”,

Amieiro, N., Oliveira, B., Resende, N. y Barreto, R., (2006)

Si como hemos dicho, los Sentimientos tienen tanta importancia en la toma de decisiones, entendemos que será fundamental la creación de Emociones y Sentimientos (marcadores somáticos) en los entrenamientos. De esto deberá encargarse el Entrenador.

Según Jensen (2002 cit. por Freitas, S. en 2004) “estudios de varios científicos del Centro para la Neurobiología del Aprendizaje y Memoria sugieren mejores resultados de memorización en situaciones de elevada excitación emocional”. La memoria, de alguna manera, recuerda mejor los acontecimientos que van acompañados de una alta carga de emociones. Damásio, A. (2000) nos aclara que, “las emociones son inseparables de la idea de recompensa o de castigo, de placer o de dolor, de aproximación o de alejamiento, de ventaja o desventaja personal. Inevitablemente, las emociones son inseparables de la idea del bien y del mal”.

Vemos así que la intervención del Entrenador en cada ejercicio, transmitiendo y creando emociones (negativas o positivas) a determinados comportamientos de sus jugadores ante diversas situaciones Específicas de nuestro <<jugar>>, influirá en futuras situaciones idénticas o similares a las ya experimentadas, ayudando en la elección de opciones a tomar, creando ciertas regularidades que dotarán al Equipo de una identidad, pues “después de estar asociadas emociones positivas a comportamientos que el entrenador desea para su Modelo de Juego, y emociones negativas a comportamientos indeseables, el jugador se da cuenta y se siente bien cuando se está comportando de acuerdo con los Principios, Subprincipios y Subprincipios de los Subprincipios del Modelo de Juego” (Freitas, S. en 2004).

También conseguiremos con ello, tal como ya hemos dicho, minimizar el tiempo de razonamiento ante dicha situación, dejando de esta forma más claridad de pensamiento para el detalle, para la creatividad.

