

ENSEÑAR A ENTENDER EL JUEGO

La causa más habitual en los errores de un niño parte en la toma de decisiones no en una deficiencia técnica. Es tan importante o más entrenar la toma de decisiones, la visión del juego, la improvisación en el juego o la adquisición de confianza para enfrentarse a la ejecución de cualquier gesto técnico que enseñar los propios fundamentos técnicos. Es evidente que si un niño no sabe efectuar un golpeo de balón nunca podrán ejecutarlo, pero tampoco es menos cierto que por muy bien que sepa realizar una conducción, un regate o un tiro a puerta, si no se atreve a hacerlo en un momento dado o lo hace a destiempo es igual de infructuoso.

El rendimiento deportivo depende tanto o más de las capacidades perceptivas y cognitivas del niño que de las capacidades técnicas y físicas. Por eso hay que anteponer el entrenamiento de la inteligencia del niño a cualquier otro fundamento. Entre otras cosas porque, además de ser más eficaz, es más atractivo para el jugador, por lo que el interés, la ilusión y la motivación por entrenar se incrementarán de manera notable.

El entrenamiento por tanto se basará más en la simulación de acciones de juego reales que en la ejecución analítica de cada fundamento técnico. De esta forma, el niño aprenderá a tomar decisiones sobre la marcha para tratar de, no sólo realizar una acción técnica, sino saber el porqué, el cómo y el cuándo debe realizarla.

El entrenador tiene la obligación de hacer entender de manera clara y comprensible cada ejercicio que se realiza en una sesión. Y a la vez debe asegurarse de que el jugador haya entendido la explicación y realice el ejercicio correctamente, aunque deba repetirlo varias veces.

No hay que preocuparse exclusivamente de la ejecución, que por supuesto es importante, sino de si se han adquirido los conocimientos que se intentan transmitir. No se trata de olvidarnos de la técnica de golpeo, para lo que lógicamente debemos diseñar ejercicios adecuados para su aprendizaje, sino de completar la enseñanza con juegos atractivos que incentiven y motiven el esfuerzo de cada jugador y, además, desarrollen la capacidad cognitiva del niño.

Pero no hay que olvidar que entrenamos a niños con ganas de aprender. No demos por sabidos algunos conceptos que pueden ser sencillos para nosotros, pero de enorme dificultad para algunos niños.

Hay que encadenar ejercicios adaptados al nivel de los niños que dirijamos. Es muy importante la progresión en la dificultad, ya que mandar ejercicios excesivamente complicados al principio puede causar ansiedad en el niño que incluso puedan dar lugar al abandono por sentirse inferior al nivel exigido por el entrenador.

Es evidente que los niños más pequeños requieren métodos distintos a los más hábiles, pero siempre debemos buscar métodos de aprendizaje para que todos los ejercicios sean comprensibles y adaptables a la capacidad de cada niño. Si quiero mejorar el pase, primero hay que mecanizar la técnica de golpeo del balón, pero no podemos conformarnos únicamente con poner a dos niños uno frente a otro pasándose el balón, sino realizarlos con un objetivo: primero, por ejemplo, colocando unos conos detrás de cada jugador para que el pase tenga un objetivo (que no se salga de los conos). Posteriormente se pueden realizar esos pases en carrera, para trabajar el tiempo y el espacio y posteriormente con oposición (juegos de rondos, o ejercicios de dos contra uno, etc.)

Una sesión de entrenamiento que no exige nunca tomar decisiones al jugador no es completa. Al futbolista se le debe pedir que piense, que se sepa mover sin balón, que busque una buena línea de pase, que busque soluciones creativas, etc. En definitiva, que sepa interpretar el juego. Para ello se deben simular situaciones reales de juego que ayuden a solucionar los problemas que se plantean en un partido de fútbol.

El jugador no sólo debe ejecutar una acción, sino asimilar el porqué ha hecho esa acción y saber, en caso de errar, porqué lo ha hecho mal. Si a un niño se le enseña algo, lo que sea, posiblemente se le olvide pronto, si no lo repite a menudo, pero difícilmente se le olvidará si es él quien descubre el porqué de las cosas. *"Una estimulación con una pregunta, un aviso o un consejo, una explicación o una demostración por parte del entrenador, junto con un número suficiente de repeticiones de la misma situación de juego y finalmente la transferencia de la solución del problema a situaciones de juego muy similares por medio de variantes, construyen en la mente del joven*

futbolista un fundamento sólido para el desarrollo de su inteligencia de juego” (Horst Wein)

Primero se plantea un problema: resolver un dos contra uno en banda, por ejemplo. Cada pareja debe resolver el problema planteado. Después de varias repeticiones, el entrenador da algunas sugerencias y se vuelve a repetir. (Entrenamiento de descubrimiento guiado o de resolución de problemas.) En definitiva, los entrenamientos y los entrenadores deben:

- Tener en cuenta el principio básico de la progresividad en la dificultad.
- Además de enseñar los principios básicos del entrenamiento hay que entrenar fundamentalmente la toma de decisiones.
- Adaptar la dificultad de los ejercicios a la capacidad de cada niño.
- Ser tolerantes con los errores técnicos, pero enérgicos con la falta de actitud.
- Buscar variedad en los ejercicios