FUNDAMENTOS DE PLANIFICACIÓN EN LOS DEPORTES COLECTIVOS

Francisco Seirul·lo Vargas

Enero 2000

INTRODUCCIÓN

En el ámbito del Entrenamiento Deportivo vivimos bajo el imperio de principios, jerarquías de lo principal y lo secundario, de sistematizaciones basadas en la lógica de la progresividad o de la transferencia…Estos principios gobiernan el mundo del entrenamiento de todos los deportes individuales y han impregnado a los deportes de equipo sin que tengamos conciencia de ello. Se han dado por válidos como paradigmas "supralógicos" por haber sido refrenados por la "ciencia del entrenamiento". Esta tiene la misión de disipar la complejidad de los acontecimientos del entrenamiento, cuestión de probada eficiencia y legitimidad en su aplicación a los deportes individuales y entendemos como no válida para los deportes de equipo. Pues estos modos simplificadores de la realidad del entrenamiento actual proponen en unos casos la exclusividad de fenómenos biomecánicos como ele principal de su rendimiento, reflejando los bioquímicos o psicomotrices a un segundo o tercer plano, mientras que en otras especialidades utilizan los bioenergéticos como conductores únicos del proceso de entrenamiento, todo ello dirigiendo criterios del análisis de la ciencia cartesiana, desestimando las condiciones de complejidad e interacción intersistémica en que se desenvuelven las mayoría de las especialidades deportivas y la totalidad de los deportes de equipo.

En los deportes de equipo debemos llegar a una nueva concepción de la planificación, de carácter holístico, pues nos encontramos ante una práctica muy compleja donde interactúan los jugadores, estructuras hipercomplejas, en un entorno de alta variabilidad e incertidumbre que ocasionan episodios de juego indeterminados y aleatorios, de alguna manera relacionados con el azar. Hay que reconocer, además, fenómenos inexplicables entre lo preciso-impreciso, entre el orden y el desorden o entre la auto o la hetero-organización. Estas condiciones aportan grandes restricciones para explicarlas y conceptuarlas a través de la ciencia cartesiana, que es cerrada y rígida en su metodología operacional, por lo que tenemos que asumir el reto de abrir una nueva opción de plantear las prácticas y por lo tanto de planificarlas. Debemos pasar de una coherencia que podamos llamar epistemológica a una *apertura epistemológica* que permite la licencia de

afrontar el conocimiento que es consustancial con las situaciones vividas en el ecosistema-juego donde la incertidumbre convive con la auto-referencia de las interacciones socio afectivas o las emotivo-volitivas en cada episodio vivido por el jugador antes, en el entrenamiento, durante el partido y después del juego.

Por lo tanto, los principios, leyes y demás sistematizaciones lógicas utilizadas para organizar, planificar los deportes individuales no son válidas para los deportes que nos ocupan, pues la linealidad que prima lo cuantitativo, jerarquiza en principal o secundario, determina caminos lógicos progresivos para planificar sesiones y sistemas de entrenamiento donde más de lo bueno es siempre mejor, son altamente dañinas para solventar las estrategias que requiere el ecosistema irreversible juego deportivo donde se ha de intervenir actuando lo incierto, lo aleatorio, el juego múltiple de interacciones y retroacciones o la creatividad, constituyentes del magma de nuestra práctica específica, propiciando la necesidad de planteamientos holísticos y no restrictivos.

Vamos a afrontar el Proceso de Planificación de estos deportes con el decorado de la complejidad como referencia, siendo conscientes que planificar es prever y secuenciar los acontecimientos de entrenamiento necesario para los deportes de equipo, es decir, entrenamiento complejo, por lo que los procedimientos secuenciado deben permitir que permanezcan las interacciones cambiantes entre los sistemas, logre promover las complejas relaciones entre tiempo y espacio altamente diferenciadas de lo progresivo, respete que objetivo es solo una pincelada de prioridad de optimización en ciertos sistemas que interactúan, preferentemente, en cierta posible dirección y frecuencia, como si de un juego sistémico se tratara. Por todo ello proponemos una planificación que denominaremos: microestructuración.

Vive en la complejidad del ecosistema-juego deportivo, propone únicamente formas que respetan la organización de "lo viviente", que es el jugador, ser vivo que se encuentra siempre en un desequilibrio dinámico estabilizado esporádicamente gracias a las interacciones vividas en ese ecosistema-práctica deportiva. Nos vemos obligados a

que logre la optimización del jugador permitiéndole obtener los resultados deseados en forma ininterrumpida en la competición, de esa determinada especialidad deportiva en la que está implicado.

Decimos presupuestos teóricos, pues son planteados de esta forma, de acuerdo con los conocimientos del entrenador que después verán contrarestada su validez con la práctica real del entrenamiento cotidiano propiciado por estos planteamientos teóricos con una terminología específica y reconocida por todos los componentes del equipo técnico.

Decidimos llamar acontecimientos del entrenamiento a cada situación de práctica real que se desprende de los presupuestos teóricos, porque no son solo tipos de ejercicios, sino también, las diferentes competiciones, los medios de recuperación, los controles médicos o psicológicos, las vacaciones…Todo aquello que tiene que hacer el jugador mientras permanece en el seno del equipo, son acontecimientos que debe vivir para lograr su continua optimización.

Tenemos que mencionar el concepto de vida deportiva en este punto ya que cada jugador de nuestro equipo se halla en un determinado punto de ese proceso de auto-conformación del camino de su vida deportiva. La planificación tiene que conjugar los intereses del equipo y del proyecto institucional con éste valor personal, si quiere obtener los resultados deseados, a nivel individual y deberá, posteriormente, homogeneizarlos con los del grupo.

La optimización del jugador en la perspectiva sistémica supone alejarse de la maximización de las cualidades, normalmente objetivo de los procesos lineales de los deportes individuales, "más de lo bueno es siempre mejor". En los deportes de equipo no es así, pues lo que pretende la planificación es obtener una optimización de los sistemas de todas las estructuras del deportista y esto sucede bajo la interactividad dinámica de todas las estructuras y no por el desarrollo máximo de alguna de ellas.

puede entrenar y por lo tanto planificarlo. La duración de los contratos determina la utilización de medios, más o menos específicos para obtener resultados a más largo o corto plazo. Y de manera general la estabilidad económica, por el cobro estable, afecta en mayor o menor medida a los aspectos motivacionales durante el entrenamiento, muy a tner en cuenta en la planificación de la sesión diaria.

El proyecta alimenta una serie de premisas que tienen su reflejo en la Planificación del Proceso de entrenamiento, pues interactúan con los elementos específicos como son la carga, aspectos temporales de ajuste de contenidos, las condiciones metodológicas de las sesiones y demás elementos que hemos tratado. Si analizáramos estas premisas desde la teoría tradicional del entrenamiento serían clasificadas como segundo o tercero en orden de importancia para el rendimiento, pero vistos desde la perspectiva ecosistémica son fenómenos de asociación, organización que interactúan con todos los demás, que aunque puedan ser menos específicos, sistémicamente todos son de la misma importancia. Si bien no debemos entrar en esas calificaciones que, sin duda, implican restricciones en las interacciones y por lo tanto en la optimización del rendimiento de los deportistas.

Una vez concretado el proyecto, el equipo de entrenamiento debe realizar la planificación que permita lograr los objetivos que el proyecto propone y de la forma que se le han presentado, atendiendo a las premisas del entorno y cultura del equipo, reconocidas en el proyecto.

LA PLANIFICACIÓN

Es el conjunto de presupuestos teóricos que el entrenador realiza, consistentes en la descripción, previsión, organización y diseño de todos y cada uno de los acontecimientos del entrenamiento que deberán ser realizados en un determinado momento de la vida deportiva de un jugador, mientras permanece en este club, así como de los correspondientes medios de análisis y control que permiten modificar estos acontecimientos, a fin de obtener un proceso de entrenamiento cada vez más adecuado

Los objetivos inciden claramente en la planificación en tanto en cuanto la carga del entrenamiento debe ajustarse temporalmente a las competiciones que se desarrollen, lográndose los deseados niveles de estados de forma según las supuestas necesidades del equipo. De esta manera los jugadores no se "desgastan" en lograr demasiados estados de forma innecesaria durante el año, y responder con los medios específicos para lograr objetivos de otra categoría.

Determinar una clara organización funcional en el club, proponiendo las distintas áreas funcionales y el peso específico que cada una de ellas tiene a la hora de tomar decisiones. Es necesario que haya un suficiente equilibrio de competencias para procurar interacciones no conflictivas, en su funcionamiento diario.

Esta funcionalidad precisada facilita mucho la velocidad para resolver las necesidades de la planificación en los aspectos de apoyo tecnológico al entrenamiento, la fluidez de conexiones entre los estamentos del club y la disponibilidad económica para construir y conservar los espacios de entrenamiento. Un pequeño o un gran club no pueden diferenciarse en estos aspectos. Cada uno a su nivel, pero ambos están obligados a cuidarlos bien, pues todos ellos son de gestión diaria y por tanto muy influyentes en el entrenamiento. Podíamos concretar todo este proceso en el conocimiento compartido por todos los estamentos de unos determinados hábitos funcionales o procedimientos eficaces y sencillos, conocidos y conservados por todos los estamentos.

Lograr altos niveles de integración social y económica entre todos los componentes del equipo. El equipo técnico y el directivo deben negociar unas condiciones mínimas y máximas en los acuerdos contractuales de todos. Tiempo mínimo o máximo y posibilidades de renovación anticipada, condiciones fijas o por objetivos del montante económico que percibe cada uno, topes salariales máximos y mínimos, o como se aplican otros criterios o incentivos económicos deben ser claros y eficaces.

La reconocida situación económica tanto en las grandes cifras de los grandes clubes, como en las pequeñas de los pequeños, tienen influencias en el total del tiempo que se

las cuestiones que serán optimizadoras del proyecto, al optimizar su propia funcionalidad.

Teniendo el inicio del proyecto como punto de partida, contemplamos los elementos constituyentes del club deportivo donde vamos a realizar la Planificación.. Nacen del deseo, la ilusión de mejorar tanto la organización del club, como sus resultados, por lo que las personas implicadas deberán:

Conocer, comprender y asumir la historia y el entorno cultural-deportivo del club, para partiendo de estas connotaciones culturales, identificar una filosofía que permita el continuismo o no de esos valores establecidos, "una forma de hacer" en todos los estamentos del club. En el aspecto estrictamente deportivo que nos ocupa, esta filosofía se concreta en la contratación de cierto perfil de entrenador, equipo técnico y jugadores que se entienden como el más adecuado para desarrollar un determinado tipo de juego que satisfaga las expectativas identificadas en nuestro entorno.

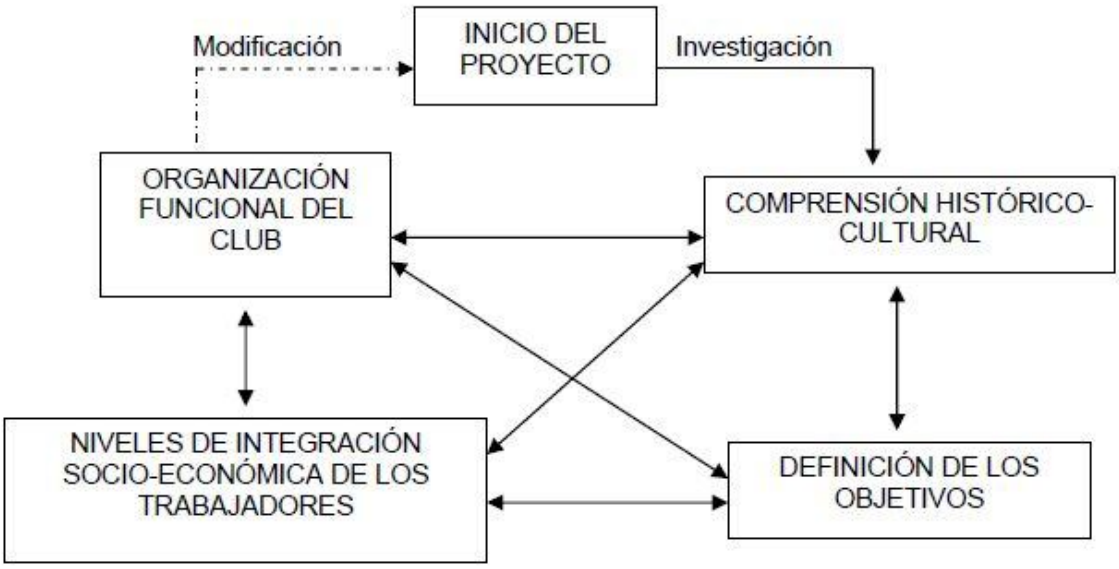
Estas cuestiones inciden en la planificación que el equipo técnico tiene que realizar, pues deberá conjugar contenidos de las sesiones de forma que el jugador se encuentre en un determinado ambiente de entrenamiento con la filosofía de base, sea capaz de realizar con cierta prioridad ciertos sistemas de juego más o menos complejos, más o menos preciosistas, con mayor o menor aceptación de los valores individuales o colectivos…Tendrán, también, que elaborar formas de observación y control que les permitan identificar el cómo los jugadores, de manera específica asumen éstas cuestiones, durante los entrenamientos y en la competición, y todo ello deberá ser así contemplado en la Planificación.

Fijar unos determinados objetivos como meta deportiva de ese proyecto, a corto, medio y largo plazo. No solo serán objetivos de rendimiento resultadistas, sino que también pueden ser de valoración, estética…

organizar y proponer, planificar acontecimientos de entrenamiento que sean de esa naturaleza, atendiendo además a las condiciones de incertidumbre e irreversibilidad de las prácticas competitivas específicas de cada especialidad deportiva. Los llamados acontecimientos son descripciones teóricas que llevados a la práctica ocasionan situaciones de interacción entre los practicantes que les proporcionan opciones de optimización preferente en alguna de sus estructuras y desencadena la activción intersitémica necesaria para su autoconformación diferenciada, según sean sus condiciones actuales. ¡¡El resto es atractivo!!

EL PROYECTO

Sin duda, la realización de un proyecto deportivo es algo más complicado de lo que aquí exponemos. En la Teoría Económica y en la Estructura de las Organizaciones, se estudian con mucha más profusión estas cuestiones, pero es necesario que aquí desarrollemos los elementos consustanciales de cualquier proyecto deportivo que influyen en el diseño de la Planificación del Proceso de Entrenamiento en el que nos venimos a interesar.
De esta simplificación debemos mencionar (fig.1) el carácter circular e interactivo de todas



Estos resultados deseados se tienen que ajustar al momento de su vida deportiva. Muchos de los abandonos, pérdida de interés y resultados se deben a que por querer obtener un gran resultado puntual se desarrolla, maximiza una determinada cualidad que es la determinante para ese logro. Esto ocasiona desajustes en la conformación global del jugador de manera que no puede mantener el nivel de resultados obtenidos puntualmente, apareciendo el término de jugador "quemado" pues no logra obtener los deseados resultados apetecidos, incluso ve decrecer su rendimiento.

Por supuesto entendemos que si bien existen unos planteamientos comunes para la planificación de todos los deportes de equipo, cada especialidad deportiva tiene ciertos matices en las condiciones de la competición, tiempo de partido, cambios de jugadores durante el mismo y otros muchos debidos a los aspectos reglamentarios específicos que vamos a ir descifrando las propiedades que debe tener las Planificación de los deportes de equipo que debe ser:

Única
Específica
Personalizada
Temporizada

Estos aspectos organizativos nacen de la exigencia contextual de los deportes de equipo y atendiendo a ellos obtendremos criterios clarificadores para identificar las diferencias entre distintas especialidades y la necesidad de planteamientos altamente diferenciados para cada especialidad en el momento de realizar su planificación.

ÚNICA

Debe contar con las aportaciones de todos los componentes de equipo-entrenador, que hasta en los equipos más modestos tendría que ser entrenador y preparador físico y en los de más alto nivel pueden llegar a ser 6-8 especialistas, alguno de ellos "doblados" lo que

supondría 10-12 personas. Cada especialista aportará sus conocimientos que deberán ser contrastados por los demás para que haya una unificación de perspectivas.

Se obtendrá así, que todos los acontecimientos del entrenamiento sean observados desde paradigmas coincidentes o de altísima compatibilidad, de modo que esta confluencia permita propuestas prácticas unificadas de características mediatizadas por los valores y criterios paradigmáticos comunes, acaso podamos obtener un crisol transdisciplinário que permita concebir, al mismo tiempo, tanto la unidad como la diferenciación de ideas que aportan los distintos técnicos, en beneficio del deportista.

El concepto único se amplía, también, a nivel prescriptivo además del paradigmático ya indicado. Normalmente, en la Teoría General del Entrenamiento aparecen prioritariamente descritos valores de mejora física, mientras que en la unidad de la Planificación para los deportes de equipo estarán descrito todos los acontecimientos prescritos para optimizar la totalidad de las Estructuras: la condicional, la coordinativa, la cognitiva, la socio-afectiva…

Es necesario que partiendo de una unidad terminológica formal, exista también unidad en las condiciones de descripción e identificación de los contenidos específicos necesarios para diseñar las tareas de entrenamiento, lo que permitirá la instauración de una metodología específica que incluso se identificará con una "escuela", una forma concreta de vivir los acontecimientos del entrenamiento, en ese club y con ese grupo de entrenadores que, evidentemente, ya era contemplada en el Proyecto, y a él se ajusta.

Este es el reto de todo equipo de entrenadores, el lograr esta unificación paradigmática y prescriptita que concuerde con el proyecto del Club donde desarrolla su profesión. No al contrario imponiendo un determinado modelo predeterminado que puede haya tenido éxito con otros jugadores o en otro entorno donde antes trabajaron. La forma en que se prescriben los acontecimientos del entrenamiento ajustados a nuevos y diferentes Proyectos, enriquece sobre manera la formación del equipo de entrenamiento, manteniendo abierto el interés por los nuevos acontecimientos, motivado en la

investigación de los procesos de entrenamiento, y su planificación, siempre haciéndola compatible con los objetivos establecidos en el proyecto del Club.

ESPECÍFICA

Deberá atender de forma específica a las consecuencias que ocasionan los diferentes Reglamentos del juego y de la competición, en las posibilidades de manifestación macroscópica de los procesos internos de las Estructuras de los deportistas a ellos sometidos. En cada deporte su reglamentación y la manera de interpretarla son las premisas que inducen a una "optimización diferenciada", por lo tanto específica, de ciertos sistemas preferentemente a otros, en sus aspectos cualitativos, dentro de cada Estructura del jugador. Tenemos que tener presente que hay muchas maneras de interpretar esas premisas reglamentarias de los deportes de equipo una de las interpretaciones aa tener en cuenta es la del propio jugador que si bien es la menos científica, nos dará indicios del nivel inicial, desconocido, da optimización de sus estructuras. Esta información debe suministrar valores para la Planificación con los que el equipo entrenador podrá programar y diseñar los acontecimientos del entrenamiento, debiendo tener en cuenta:

Cómo el jugador interpreta e interactúa con la "lógica interna" del juego.
Siguiendo e interpretando a P. Parlebas, esta lógica interna supone "el asumir las consecuencias de los sistemas de obligaciones que imanen al jugador las reglas de un deporte específico". Desde las más evidentes como son la motricidad permitida, el manejo de un determinado objeto y los segmentos ejecutores validados hasta las no tan explícitas como, qué prioridades utiliza en la construcción de sus juicios perceptivos, si identifica suficientemente los diferentes ritmos en los espacios significativos, o si utiliza más o mejor las alternativas de reacción, de anticipación o de creación en los intercambios con sus oponentes y compañeros… En fin, como establece sus prioridades intersistémicas ante los episodios del juego tanto en los entrenamientos como en las competiciones.

Cuando planificamos los contenidos de las tareas y sus relaciones con las de otros microciclos para que cumplan los criterios de microestructuración, debemos tener en cuenta los distintos deportes, pues cada uno de los reglamentos permiten ser interpretados desde perspectivas diversas

Cómo asume el jugador el impacto de las condiciones del espacio del entorno de competición.
En el entorno del juego el espacio se configura bajo las premisas de incertidumbre e irreversibilidad. Mientras que en el entorno de la competición aparecen otro tipo de elementos que vienen determinados por el entorno familiar, los medios de comunicación, los directivos y aficionados del Club, así como la incidencia arbitral y federativa en la competición…

Tenemos que atender a estas incidencias cuando diseñamos las tareas de entrenamiento que tienen que adecuarse a estas connotaciones espaciales anticipando en la planificación todos los acontecimientos de esta naturaleza.

Cómo se enfrenta el jugador al volumen de competiciones que debe afrontar en este determinado momento de su vida deportiva en la defensa de su club. En él existe ese determinado clima competitivo que cualitativamente hemos visto en la anterior propuesta y en este momento planteamos lo cuantitativo como factor de inestabilidad de ese ambiente establecido en el club, ofreciendo otros aspectos para tener en cuenta en la Planificación.

El factor **número de partidos** desencadena una serie de condicionamientos que afectan de manera específica a la Planificación del entrenamiento y en sus contenidos que se pueden cifrar en:

Quedan menos días para entrenar pues "se gastan" no sólo en el propio hecho competitivo sino también en viajes, descansos activos y recuperación. Lo que obliga a optimizar los mecanismos de recuperación del jugador y a utilizar medios de entrenamiento de

cualidades que contengan elementos de acción y asimilación específica para que sus efectos se noten en la inmediata próxima competición.
La dinámica de las cargas de entrenamiento debe ser rápida, ajustada al microciclo semanal en el que indefectiblemente tendremos competición.
Los procesos adaptativos individuales deben ajustarse a las exigencias de la frecuencia competitiva existente, por lo que la planificación de sus espectros estructurales debe lograr esta adaptación ya en la pretemporada para obtener el estado de forma deseado desde el primer partido de la temporada competitiva.

La planificación por "microestructuración" que proponemos, veremos que se ajusta a esta interpretación de una de las condiciones específicas de estos deportes, la competición.

El dilatado periodo de competición obliga a definir y entender el concepto "estado de forma" de manera diferente a cómo lo describen los deportes de otra dimensión competitiva, pues es imposible mantener durante nueve meses un estado óptimo de forma. En nuestro caso habrá que definirlo atendiendo al resto del equipo y también en relación con el estado de forma del equipo contrario. Tendremos que utilizar dinámicas de carga que logren el mantenimiento de un estado de "alta forma" de muy larga duración y que permita momentos estelares de forma óptima de manera puntual en tres o cuatro momentos de la temporada cuando el calendario de las diferentes competiciones en que participa lo exija.
Debemos disponer de sistemas de control del estado de forma individual pero también colectivos que relacionan los estados de forma relativos entre los jugadores del equipo, para hacer coincidir en el momento oportuno el mayor número de jugadores en un estado de forma óptima cuando queremos obtener los resultados colectivos más importantes y evitar las caídas colectivas del estado de forma. Interpretamos de estas premisas que para obtener estos estados de alta forma durante largos periodos tenemos también que disponer de elementos de entrenamiento muy afines y específicos pero que permitan controlar la carga que asuma el jugador. Muchas veces estos imperativos hacen proponer sistemas monótonos cuando sólo se tienen en cuenta los criterios propios de los deportes

individuales pero que si utilizamos los criterios de variabilidad y la interactividad dinámica y el entrenamiento estructurado, el problema se atenúa, permitiendo obtener muchos más largos estados de forma, en los términos deseados, planificando un entrenamiento que estimamos es más atractivo para el jugador.

La imperiosa necesidad de ganar en las competiciones que son objetivo del Proyecto del Club nos hace inclinar hacia un entrenamiento en el que al optimización del jugador queda supeditada en gran medida a lo que pueda aprender en la competición. Las propuestas del entrenamiento tienen que descartar la carga genérica y solo la general se realizará para la recuperación después de la competición, por lo que tendremos que evaluar la competición como el componente más específico de la carga semanal. De esta forma ajustamos el nivel de estado de forma necesario para ganar ese partido sin merma de las posibilidades de ganar también el próximo, siempre que el resto de días de entrenamiento semanal puedan atender a las necesidades de optimización continua ajustada al momento de vida deportiva de los diferentes jugadores de la plantilla. Los contenidos planificados por el entrenador tiene que solventar los problemas aparecidos en la competición de esa semana, lo que hará necesaria una planificación abierta no construida por programas predeterminados sino por estrategias de entrenamiento aunque deba comportar ciertos elementos programados.

La interpretación de ciertas condiciones del Reglamento de competición donde se fija el número de jugadores y a veces ciertas características referidas a la edad o el nivel de formación, y en todos los casos el número máximo de jugadores que pueden estar inscritos en el acta del partido nos permite entender el alto nivel de competitividad externa del grupo así como el de competencia interna, para lograr y mantener la titularidad. Es necesario que planifiquemos los sistemas de las sesiones de manera que puedan ser realizados en grupo pero sin descuidar que en la práctica cada jugador debe sentir que el entrenamiento está pensado para él, para satisfacer sus propias necesidades. De esta manera nos aseguramos su nivel de participación en cada sesión de entrenamiento y su competitividad. Pero además debe permitir la auto-observación y el control por contraste

del propio rendimiento en la sucesión de microciclos. De esta forma logramos que este jugador pueda conocer el papel que debe asumir dentro del equipo en cada momento de la temporada. Así puede haber jugadores que sólo estimen la necesidad de su participación en los momentos claves de la competición mientras que otros pueden considerarse imprescindible durante toda la competición. Descubrimos y construimos el carácter competitivo de cada jugador, los más jóvenes aceptarán su papel e irán defendiendo su personalidad competitiva. El ambiente más o menos competitivos que crean los contenidos de las sesiones permite ajustar estos conceptos y la metodología utilizada en la aplicación de esos contenidos determinan el nivel competitivo de las relaciones interpersonales. De esta forma se construye el estilo competitivo del equipo, su personalidad en la competición, su nivel de autogestión.

Los últimos inmediato resultados logrados por el equipo, asó como las expectativas existentes ante las próximas confrontaciones debidas a la interpretación que el club haga del calendario de competiciones establecido por la Federación correspondiente, determina otros aspectos de la Planificación específica de estos deportes. Dado que los resultados obtenidos en competición son una de las formas de evaluación del rendimiento del equipo y como tal influye en la elección de los contenidos de entrenamiento y no sólo como un factor de valor psicológico como puede parecer a primera vista. Los buenos resultados precedentes afianzan lo realizado hasta ese momento según se había previsto inicialmente y los malos pueden y deben modificar la Planificación en aquellos parámetros de ajustes de obtenidos, no así en los estructurales.

Por otro lado y de acuerdo con el tipo de competición, el inmediato oponente con unas determinadas características conocidas, obliga a los ajustes de contenidos y acaso en los sistemas de entrenamiento en este microciclo dentro de los parámetros previstos pero que en ese momento se cuantifican con la identificación del estado de forma actual del oponente. De manera que si teníamos previsto un determinado estado de forma de nuestro equipo como suficiente para superar a ese determinado oponente y éste se encuentra, actualmente, en otro estado, debemos modificar lo previsto y ajustarlo a las necesidades actuales y no asumir riesgos en este momento según sea la clase de

competición en la que nos encontramos. En las competiciones en las que el adversario próximo se fija por sorteo, este proceso de ajuste es aun más comprometido, pues el próximo no lo conocemos y al realizar ajustes para superar el actual podemos mediatizar el lograr el estado de forma necesario para superar la siguiente. Lo que no hay duda es la necesidad de una planificación "plástica" que admita estas modificaciones absolutamente necesarias.

Una diferente interpretación de la competición nos muestra lo específico de la planificación de los deportes de equipo cuando observamos las variadas competiciones que debe afrontar a lo largo de la temporada todo equipo de elite. Necesariamente puede enfrentarse con otros equipos más cualificados en varias ocasiones a lo largo de la competición. Es evidente el diferente clima competitivo que se genera entre los "eternos rivales" que se enfrentan en cualquier momento de la temporada. Pero también en el caso de la sociedad deportiva estime como prioritaria una u otra competición en la que participa su equipo.

Estos criterios a veces se anteponen a otros de los ya mencionados y hace modificar los mecanismos de control del estado de forma colectiva sólo atendiendo a éste. Desde el punto de vista de la planificación es posible atender a esta vicisitud si ello no afecta de modo irrecuperable a los sucesivos acontecimientos competitivos que el equipo deba afrontar el resto de la temporada. Más fácil es cuando esta exigencia es sólo individual cuando un jugador quiera estar bien al enfrentarse con su ex-equipo. El problema se individualiza y afecta en menor manera a los compromisos del equipo. Posiblemente se resuelva con un programa de contenidos individuales que no afecta al necesario nivel en forma colectivo, si bien todo ello debe ser planificado convenientemente para que no afecte el futuro estado de forma del jugador a lo largo de la temporada. Este problema podría ser entendido como similar en los deportes individuales y no es así, pues cada individuo del equipo puede entender de forma distinta la prioridad de una competición sobre otra. A cierto jugador puede hacerle generar un alto índice competitivo una determinada competición nacional, pues no la ha ganado nunca, mientras que a otro u

otros jugadores esa competición no les genera el clima competitivo suficiente, pues ya la han ganado numerosas veces y su gran interés está en otra.

- Cómo asume el jugador la relación y dependencia que existe entre su optimización personal que desencadena un determinado nivel de forma deportiva personal, con el resultado obtenido en la competición.

La alta frecuencia competitiva de estos deportes podría mostrar al jugador su nivel de rendimiento de una manera inequívoca ya que no sólo puede compararse con los resultados obtenidos por él mismo en la competición precedente, sino también respecto a sus compañeros, y en algunos casos, con sus oponentes si se enfrentaron a él con anterioridad. Pero esta auto-evaluación personal es muy frecuentemente distorsionada por su proximidad, y por la relatividad del estado de forma del propio equipo respecto al equipo contrario, lo que complica sobremanera la auto-observación del propio rendimiento, diferenciándolo del resultado obtenido. ¡¡Cómo hemos ganado, todos hemos jugado bien!!

En un deporte individual, dónde la responsabilidad del resultado es personal, nivel de forma y resultado tienen más alta relación, éste concepto también ha impregnado al deporte de equipo, de manera que el jugador puede entender que su optimización es sustancial, cuando su equipo gana y también al contrario, y no es así. En la planificación específica debemos proponer formas específicas de evaluación que permita diferenciar el logro personal y el del equipo, dosificándolas convenientemente en el tiempo, y no en cada partido, para poder identificar la optimización personal que ocasiona el entrenamiento que se realiza independientemente del resultado que se obtiene en la competición. Esta identificación hace ver al jugador la continua necesidad de entrenar para optimizar sus sistemas que le permitirán obtener de manera continua los resultados deseados, que deberá conjugar con los del equipo pero diferenciándolos individualmente. En estas etapas formativas estos valores adquieren mayor relevancia personal.

Cómo afectan al jugador reglas, a menudo cambiantes del juego en lo que se refiere al número posible de cambios de jugadores durante el partido y el número de "tiempos muertos" así como su duración, que el entrenador pueda pedir durante el partido.

Estos criterios hacen modificar sobremanera los componentes que debemos planificar, pues determinan el tiempo de participación continuado en el juego de cada jugador, haciendo valer la prioridad de ciertos sistemas sobre otros aunque evidentemente todas las estructuras se vean implicada. Pero también ello facilita la posibilidad de atender plenamente a los criterios de vida deportiva que veremos posteriormente, así como la posibilidad de mayor o menor participación en la competición, estimulando al jugador a una mayor especialización en tareas concretas del juego, con lo que ello comporta.

De qué manera acepta el jugador los criterios con los que el colectivo arbitral interpreta el reglamento del juego y el valor relativo que esa interpretación puede tener en el resultado del encuentro.

Conocidos estos valores en cada entorno competitivo específico, nos permite proponer planificar los acontecimientos con las prioridades intersistemáticas específicas que ocasiona esa eventualidad, por lo tanto, diseñar sistemas de entrenamiento dónde el jugador aprecie su optimización en estos valores. Pero también puede orientar al planificador en desestimar ciertos sistemas pues son los más "castigados" por el colectivo arbitral, incluso algunas formas de ejecución de técnica que pueden crear conflictos arbitrales. Estos criterios afectan a la autoconformación del jugador reduciendo su potencia prospectiva, pues al ser criterios localistas mediatizan la validez de esas adquisiciones cuando el jugador cambia de club, o entorno competitivo donde esos criterios interpretativos del reglamento pueden ser diferentes. El planificador debe atender a estos planteamientos relacionándolos con todos los expuestos especialmente con los de la vida deportiva y con el tipo de contrato que ese jugador concreto tenga con el club. En el primer caso debe planificar la práctica de todos los sistemas que conozca sean o no los que en su entorno son los más castigados, y en el segundo atenderá preferentemente a los que son aceptados con benevolencia por el arbitraje en nuestro concreto entorno competitivo.

*Estas once consecuencias que hemos expuesto que tienen su origen en cómo se pueden interpretar los distintos reglamentos de los deportes de equipo, por jugadores y técnicos de una determinada especialidad deportiva, con variaciones individuales ineludibles, nos valen para afianzarnos en la idea de la altísima complejidad que comporta la evaluación de

estos jugadores y poder identificar su nivel inicial de conformación en cada momento de su vida deportiva. También para minimizar los datos obtenidos con la petulancia pseudo-científica que ciertos sectores otorgan a ciertos valores como prioritarios y a veces únicos, o los más importantes, para ser guía inequívoca de su seguro progresos tomándolos como punto de partida para el proceso de Planificación del entrenamiento, argumentando su base científica y validez contrastada. La interpretación de la realidad competitiva aproxima la Planificación a las necesidades de los jugadores en cada diferenciado deporte tanto más cuanto en la justa medida aceptemos la perspectiva del jugador referente a las necesidades que le plantea y que la experiencia del entrenador le ayuda a identificar. Las que hemos expuesto son comunes a todos los deportes de equipo si bien cada deporte exigirá de interpretaciones diferenciadas.

*Personalizada *

El criterio personalización de la Planificación debe adecuarse a los criterios de:

Talento deportivo personal

Vida deportiva

Integración diferenciada

Estos criterios intervienen en el proceso con idéntica importancia que los anteriores mencionados interactuando con ellos en todos los momentos de la planificación por lo que tienen que reflejarse en la planificación específica d cualquier especialidad.

- Mientras que la investigación genética no nos indique lo contrario, podemos entender talento deportivo como: La "supuesta" predisposición genética individual para la práctica excelente de una concreta especialidad deportiva. Esta predisposición es susceptible de ser identificada prematuramente mediante una selección realizada a base de determinadas pruebas "teste de selección", de cierta conocida profusión en esas tempranas edades. Todo esto desde la perspectiva tradicional, pero desde la perspectiva sistémica que nos ocupa, debemos entender el talento como la instantánea manifestación de la "huella de acceso" que en sus estructuras han marcado los intercambios. Esta huella de acceso es la marca que han dejado los procesos intersistémicos, mediante infinitas interacciones y

retroacciones, en sus diferentes estructuras, ocasionadas por "los cruces de los distintos caminos" de práctica, que han logrado conformar la persona del jugador. Estas son:

Estructura condicional, que determina los llamados valores físicos

Estructura coordinativa, que proporcionará la facilidad de realizar los movimientos corporales en los términos deseados.

Estructura cognitiva, que permite tratar toda la información que acceda al sujeto, desde el medio en que se desenvuelva su actividad

Estructura socio-afectiva, que interviene en el establecimiento de todas las alternativas de relaciones interpersonales e intergrupales

Estructura emotivo-volitiva, que ocasiona la identificación del yo personal frente a nuestras intenciones y deseos.

Estructura creativo-expresiva, para facilitar la proyección de ese yo personal al medio en el que desarrollo mi práctica.

Estructura mental, que posibilita el unir los saberes y darles sentido de acuerdo con ciertos principios que permitan convivir con la incertidumbre irreductible del vivir.

Todas estas estructuras confluyen en un punto espacio-temporal en diferentes niveles de auto-estructuración que proporcionan al sujeto una excelencia en sus intervenciones que es entendida como talento.

- La vida deportiva es la parte de la vida de los sujetos en la que se encuentran vinculados con una práctica deportiva de la que en algún momento quieren hacer objetivo prioritario, algo más que una agradable práctica lúdica, pasando a ser gran actividad agonística de una deseada alta cualificación. Para ello deben someterse a un largo proceso que nosotros entendemos debería ajustarse lo más posible a éste que exponemos, y dividimos en tres etapas, todas ellas de acuerdo con las necesidades que estimamos puede tener el deportista.

De iniciación a la práctica

De obtención del alto rendimiento

De funcionalidad decreciente

Cada una de las tres etapas que suceden en lapsus de 10-12 años, y se subdividen en fases.

A_1 – Fase de la práctica regular inespecífica (Edad: de 5 a 7 años)

A_2 – Fase de la formación general polivalente (Edad: de 8 a 10 años)

A_3 – Fase de la preparación multilateral orientada (Edad: de 11 a 13 años)

A_4 – Fase de la iniciación específica (Edad: de 14 a 16 años)

B_1 – Fase de la especialización (Edad: de 17 a 19 años)

B_2 – Fase del perfeccionamiento (Edad: de 20 a 23 años)

B_3 – Fase de la estabilidad y alto rendimiento (Edad: de 24 a 28 años)

C_1 – Fase de la conservación del rendimiento (Edad: de 29 a 34 años)

C_2 – Fase de la adaptación compensatoria a la reducción de la reducción del rendimiento (Edad: de 35 a 38 años)

C_3 – Fase de la readaptación funcional para el rendimiento no competitivo (Edad: de 30 a 41 años)

Sería prolijo e inadecuado exponer aquí de manera pormenorizada cada una de éstas Etapas y Fases pero al menos debemos decir que hasta que el jugador no ha superado la Etapa de Iniciación no debe tomar la decisión de continuar en el proceso, pues desde ese momento es cuando se puede predecir con cierta fiabilidad el nivel de excelencia que puede lograr el individuo, y plantearse si el esfuerzo le merece la pena o no. También debemos explicar que las edades propuestas son aproximativas y en cada caso se deberán ajustar al individuo teniendo en cuenta que los contenidos, objetivos, métodos, y demás elementos que se proponen hasta el final de la etapa de Iniciación tienen que ser totalmente respetados por el entorno del deportista pues aseguran el mantenimiento de la potencia prospectiva en su máxima expresión para obtener la posterior auto-conformación que le lleve a la excelencia deportiva por él deseada. Pasar atropelladamente por esta etapa es totalmente contraproducente pues entre otras cuestiones distorsiona la predicción del futuro, haciendo permanecer en la práctica a individuos que no alcanzarán la alta cualificación prevista en esa incorrecta predicción.

Las dos primeras fases de la etapa de obtención del alto rendimiento pueden parecer anacrónicas, por plantear primero una especialización y después el perfeccionamiento, cuando lo contrario es lo más aceptado en la literatura especializada. Proponemos esta alternativa entendiendo que en toda la etapa de Iniciación se ha realizado lo propio a varios deportes de equipo afines para atender la potencia prospectiva del iniciante.

A partir de ese momento se hace la Especialización al deporte que cada sujeto ha mostrado valía, y desde esa especialización se puede plantear el posterior perfeccionamiento de los aspectos que sean necesarios en esa especialidad seleccionada.

Por último, queremos hacer notar que en la etapa de funcionalidad decreciente las edades son estimativas y muy variables atendiendo a elementos de la cultura de la especialización tanto como a la coyuntura individual de cada participante.

- La integración diferenciada proporciona un distinto valor a la personalización de la planificación pues así como el talento y vida deportiva parten desde el interior del jugador, son consustanciales a su naturaleza, la integración aprecia cómo estos valores emergentes desde el sujeto se integran permitiéndole adecuar sus potencialidades optimizadas a:
El juego y su entorno
El equipo y su entorno

¡¡Hay muchos jugadores que sólo juegan ciertas partes del juego y lo hacen solos!! Obteniendo cierto nivel de competencia que en algunos casos les permite ser evaluadas como muy eficientes jugadores de equipo cuando sólo hacen: ¡¡Dame el balón que yo hago el gol!! Este criterio de personalización de la Planificación debe lograr el alertar al equipo técnico para incluir en la planificación acontecimientos que permitan al jugador integrar sus valores personales de Talento y Vida deportiva a las condiciones en que se muestra la competición en los juegos de equipo. Como el jugador va asumiendo los

valores del grupo sin perder su identidad, bien al contrario lograr enriquecerla a través de los acontecimientos que programan para su práctica.

Deben presentar acontecimientos para que el individuo interactúe con el equipo de manera que el equipo pueda hacer lo que hace gracias a lo que aporta el individuo, pero el individuo puede hacerlo gracias a que el equipo lo coloca en esa tesitura que le permite explorar esa dimensión y poderla solventar. El individuo es como un holograma que contiene toda la información y potencialidad del equipo a que pertenece. Esto que en ciertas especialidades como el voleibol es más evidente, pasa más desapercibido en otras especialidades y, por lo tanto, en las Planificaciones que no atiendan a este criterio de individualización.

Por otro lado, deben aparecer en la Planificación personalizada acontecimientos programados para lograr la total integración del individuo en el juego y todas las alternativas del juego en el individuo. Gracias a planificar acontecimientos que ocasionen situaciones dialóficas como dialógico es el juego, que se mueve entre el orden y el desorden, entre lo cierto el azar, entre una acción precisa previsible y una imprecisa e imprevisible, o entre lo automático y lo creativo todo ello manifestado a través de innumerables interretroacciones que mantienen racionalmente inseparables nociones contradictorias para concebir el fenómeno complejo del juego. Los sistemas de juego desarrollados en los diferentes especialidades intentan simplificar esa complejidad controlándola, pero que aún así termina en la paradoja de la genialidad individual para resolver el encuentro.

Esta dimensión dialógica presenta la necesidad de diseñar tareas fluctuantes entre la aparente contradicción con que transita el juego en las distintas especialidades si queremos ofrecer al jugador acontecimientos que optimicen sus estructuras en los términos de personalización deseables, que podrán optimizar la actuación genial individual tanto como su integración homogeneizada en la técnica de las tareas del juego.