

## **CABEZA FRÍA, CABEZA DESPEJADA**

### **EXAMINANDO TU PARTIDO CON UN OBJETIVO**

**Autor: Dave Hadfield**

**Fuente: [www.NZrugby.co.nz](http://www.NZrugby.co.nz)**

El mirar, como entrenador, el juego de tu equipo en un partido de rugby, puede provocarte una amplia gama de sensaciones. Estas pueden abarcar desde la euforia hasta la desesperación, desde la emoción al pavor, desde tener los puños cerrados gesticulando hasta mantener la cabeza entre las manos. Pero creo, por una serie de razones, que los entrenadores deben aprender a contener sus sentimientos durante el partido. En primer lugar si no eres un modelo a imitar sobre el control como, realmente, puedes esperar mostrar como funciona a los jugadores. Si estás gritando y gesticulando con las manos no puedes, realmente, quejarte a tus jugadores cuando protestan al árbitro, insultan a los rivales o pierden su frialdad.

En segundo lugar porque permitirte ponerte demasiado emocional, a la mayoría de los entrenadores les afecta negativamente en la habilidad para tomar decisiones eficaces. Al menos que conserves algo de compostura tendrás bastante dificultad para pensar clara y analíticamente durante el partido, que es justamente lo que tu equipo necesita de ti.

No estoy sugiriéndote la necesidad de permanecer sentado o de pie como una estatua, lo que digo es que necesitas mantener el control para poder tomar buenas decisiones. A lo largo de los años he visto a numerosos entrenadores, de varios niveles, perder el control de sus emociones, y creo que siempre ha ido en detrimento de su equipo. Incluso aquellos que mantienen el control sobre sus emociones necesitan preguntarse que están consiguiendo al gritar, constantemente, consejos a sus jugadores.

Seguro, yo sé porque lo estás haciendo -dar información a tus jugadores para la cual no son lo suficientemente listos o experimentados-. ¿Pero que estás consiguiendo realmente? Tus jugadores están intentando concentrarse en el juego y el punto, la mira de él debería ser fijarse en cosas tales como el espacio, defensores, el balón, de tal forma que su atención es poco probable que se enfoque hacia el entrenador, ni debería ser.

Gritando consejos a los jugadores, los distraes de su labor y, además, estás atrayendo su atención (y la de los rivales) hacia el hecho de que no están haciendo las cosas correctas o sobre que no conocen lo que deberían hacer. No estoy diciendo que tus consejos puedan no ser oportunos o pertinentes, pero te pido que pienses acerca de cuando y como los das.

Los jugadores de todas las edades necesitan aprender mediante la experiencia, sin una avalancha de consejos desde la banda.

Se que es propio de la naturaleza humana querer ofrecerlos, pero te pido que pienses por quién lo estás haciendo, por ti o para el beneficio de los jugadores.

A menudo, creo que los entrenadores lo hacen por sentirse mejor, no necesariamente para ayudar a sus jugadores. Lo se porque he sido culpable de esto en el pasado.

Una de las estrategias con las que he animado a algunos entrenadores (normalmente de nivel senior) es que usen, mendigando, comprando, robando pidiendo prestado un par de "walkies talkies", permanecer en la tribuna y desde allí hablar con su manager o entrenador asistente situado en la banda.

No estoy sugiriendo que debería hacerlo el entrenador sub 19 de Waikikamukau, pero tengo la esperanza de que sigas mi idea. Permaneciendo en la tribuna con un aparato de comunicación moderno, el entrenador "emocional" tiene cierta ventaja. El distanciarte físicamente de la acción te ayudará a distanciarte emocionalmente. Si te "cabreas", al menos estarás lo suficientemente lejos de tus jugadores, lo que causará poco efecto negativo en ellos.

La segunda ventaja para todos los entrenadores que permanecen en la tribuna es que serán capaces de ver el partido bajo una perspectiva diferente. Con un poco de altura verás emerger modelos y factores que no podrás ver desde la banda, ni tampoco tus jugadores en el campo. Puedes, realmente, ayudar a tu equipo proporcionándoles esas percepciones estratégicas. A algunos entrenadores (especialmente los entrenadores de tres cuartos), por razones similares, les gusta ver el partido desde detrás de la línea de balón muerto. Si eres capaz, inténtalo.

Una vez soltado todo lo anterior, vamos a tratar el punto principal de este artículo que es ofrecer algunas sugerencias para que puedas pensar a cerca del partido mientras se está jugando, y proporcionar a tus jugadores un "feedback" en el juego y en sus actuaciones.

En primer lugar, me gustaría sugerirte un simple, aunque efectivo, método conceptual de análisis sobre la actuación de tu equipo. Esto no es una ciencia complicada, se basa en los principios del juego, y te dará una sólida plantilla para evaluar lo que está bien o mal de la actuación de tu equipo. Tengo esperanzas de que este simple sistema haga "sonar la campana" (ilumine) a aquellos que no llevan mucho tiempo entrenando (y quizás a los que si lo llevan).

De acuerdo con el evangelio de la NZRU hay cinco principios fundamentales para tener éxito en el rugby, independientemente del nivel que entrenes. Son:

1. Obtener y mantener la posesión del balón.
2. Avanzar.
3. Apoyar al portador del balón.
4. Mantener la continuidad manteniendo el balón disponible.
5. Mantener una presión constante sobre la oposición (tanto en ataque como en defensa)

Lo que estoy sugiriendo es que estos principios proporcionan un maravilloso guión para valorar hasta que punto tu equipo lo está haciendo bien, tanto en el descanso como después del partido. Esos son los 5 principios claves del partido. Primero, tu equipo tiene que tener el balón (ganar y mantener la posesión) para ser capaz de hacer algo con él, esto supone ganar el balón en las diferentes fases, estando seguro de que tu lateral y melé se están trabajando con efectividad, que estás ganando los balones de saque, y que estás "peleando" el balón en las fases de disputa.

Esas fases de disputa incluyen las melés (en una menor extensión) y lateral, pero más particularmente, en rucks, mauls y placaje. También se trata de mantener el balón cuando utilizas métodos eficaces de conservación del balón.

Avanzar es, simplemente, moverse hacia la línea de ensayo del rival, teniendo presente que el objetivo del juego es ganar anotando puntos. De esta forma la cuestión a tener en la mente, en ese momento, es hasta que punto es bueno tu equipo avanzando hacia el objetivo. No es efectivo que tu equipo haga toda tipo de genialidades detrás de la línea de ventaja, si no hasta que punto son buenos avanzando con el balón. Es correcto retroceder o correr lateralmente si al final se ha avanzado. ¿Tienes jugadores que corran rectos? ¿Se mueven, inexorablemente, hacia la línea de ensayo rival, lo hacen rápida o lentamente?

El apoyo al portador del balón es crucial si deseas avanzar. Cuando un jugador que progresa es detenido, los jugadores de apoyo deben de ser capaces de recibir el pase y continuar el ataque. Algunas preguntas a realizar en este momento son: ¿están tus jugadores apoyando al portador lo suficientemente rápido, están apoyando en profundidad, están comunicándose, se están haciendo disponible adoptando posiciones efectivas?

La continuidad se refiere a mantener el ataque. Es importante para la continuidad un juego de apoyo claramente efectivo, pero también lo son las correctas trayectorias de carrera, el reconocimiento y uso del espacio, una eficiente recuperación del balón tras un placaje, o después de un ruck o un maul (para lo cual se necesita una sólida posición del cuerpo en el

contacto y una buena presentación del balón) Así pues, pregúntate si tus jugadores están realizando esas funciones de un modo eficaz.

Es importante mantener la presión tanto en ataque como en defensa. En ataque para atacar las debilidades claras, o para atacar de tal manera que crees debilidades mediante enfrentamientos desequilibrados (por ejemplo tres cuartos corriendo contra delanteros del paquete), o a través de la creación de espacios mediante la fijación de defensores en una determinada zona del campo. En defensa, la presión se crea mediante un eficaz sistema de defensa, que comprendan tus jugadores y lo asuman. Esto se refiere en principio a realizar placajes y finalmente a seguir haciéndolos. Se refiere a reducir el tiempo y el espacio de tu rival mediante una fuerte defensa presionante. Así pues, de nuevo, pregúntate hasta que punto tu equipo ha aceptado estos principios sobre la presión tanto en ataque como en defensa.

Ahora aunque probablemente esté de más para ti el recordarte las principales claves del juego, y yo lo incluya aquí, puede servirte para darte cuenta del hecho de que el comprender esos principios te proporcionará un fantástico punto de partida para evaluar la actuación de tu equipo.

Basándote en hasta que punto tu equipo ha llevado a cabo los principios del juego, podrás dar claros y provechosos consejos en el descanso, así como sobre lo que tus jugadores necesitan saber en el segundo tiempo, y también usar el guión como un medio de evaluación de su actuación cuando volváis a juntaros en el primer entrenamiento de la próxima semana. Podrías tener una hoja de papel en la cual mirar algunas cosas como las citadas y que te permita tomar notas durante el partido.

Nota: escala de 1 a 5; 1= realmente mal; 2 = pobre; 3 = normal; 4 = bueno y 5 = muy bueno.

Sólo si recorres este proceso te verás forzado a pensar sobre la actuación de tu equipo con algún propósito y estructura y, con fortuna, te permitirá dar al equipo algún sólido consejo en el descanso y en el siguiente entrenamiento. Después del partido también te animaría a que permitieses a tus jugadores que evaluaran su propia actuación, antes de decirles lo que piensas. Para los jugadores muy jóvenes esto puede ser desafiante, pero en cuanto antes puedas animarles a pensar por ellos mismos a cerca de su actuación, antes empezarás a producir jugadores independientes y seguros de sí mismos.

Puedes hacerlo dividiendo a los jugadores en mini – unidades (por ejemplo el paquete de delanteros, terceras, tres cuartos interiores y tres cuartos exteriores) y llevarlos a que se puntúen en cada principio del juego. Si se califican con un 3

o por debajo, puedes preguntarles lo que piensan sobre lo que necesitan hacer para poner las cosas en su sitio la próxima semana.

Sé que es una tentación, cuando sólo dispones de los jugadores por un corto espacio de tiempo a la semana, querer conseguir que no vacilen en el campo y que no comiencen corriendo de aquí para allá, pero un poco tiempo con los jugadores, reflexionando sobre sus actuaciones, puede proporcionar grandes dividendos.

De esta forma, si puedes (como decía Rudyard Kipling) "mantén tu cabeza cuando todos los de tu alrededor la están perdiendo", si puedes mirar el partido de tu equipo con un claro propósito, un propósito que consiste en proporcionar a tu equipo de la mejor información posible en el descanso y después del mismo, y si puedes clara y eficazmente repartir dicha información a tus jugadores de tal manera que lo asuman y lo usen para que obtengan una óptima actuación, entonces estarás prestando un gran servicio a tus jugadores.