

Talent, expert o les dues coses

FRANCHEK DROBNIC^a i JULIO FIGUEROA^b

^aDepartament de Fisiologia de l'Esport del Centre d'Alt Rendiment. Sant Cugat del Vallès. Barcelona. Espanya. Serveis Mèdics del FC Barcelona.

^bDepartament de Ciències de l'Activitat Física i Esport. Facultat d'Educació. Universitat de Vic. Vic. Espanya.

RESUM

De vegades és difícil distingir els conceptes d'individu amb talent i individu expert. Sens dubte, això és degut a que els individus que assolixen l'èxit en l'esport, la música, el teatre, la literatura, etc. mostren ambdues condicions: una si es vol innata, el talent, i una altra adquirida, la de ser expert. També, de vegades, desitjaríem que els talents treballessin per a ser experts, aspecte que els elevaria a un grau superior d'excel·lència.

En el present article es realitza una posada al dia d'ambdós conceptes amb l'objectiu d'establir una base adequada sobre la que sostenir amb més solidesa les decisions i actuacions del formador. També es presenten algunes nocions sobre el seguiment i control dels nois que gaudeixen en les canteres esportives sempre amb l'orientació bàsica de formar individus complets amb un rendiment òptim.

PARAULES CLAU: Talent. Expert. Entrenament. Cantera.

ABSTRACT

Distinguishing between the concepts of talent and expertise is sometimes difficult. This is undoubtedly because persons successful in sports, music, acting and literature, etc. show a mixture of both qualities, talent being innate while expertise is acquired. Sometimes we would also wish that talented individuals would apply themselves to becoming experts, which would allow them to achieve a higher degree of excellence.

The present article provides an update on both concepts with a view to establishing a solid base for trainers' decisions and interventions. Some notions on following the progress of boys participating in sports academies are presented from the perspective of producing well-rounded individuals with optimal performance.

KEY WORDS: Talent. Expertise. Training. Sports academy.

S'entén com a talent una facultat o grup de facultats amb una certa especificació, superior a la mitjana, però que encara s'ha de manifestar. El talent específic en l'esport és aquell que trobem en l'individu que té unes qualitats motrius superiors a les normals per fer un tipus d'activitat determinada i que alhora disposa d'una superioritat intel·lectual i d'actitud positiva. Tot i que és cert que aquestes dues últimes característiques, intel·ligència i actitud, són menys visibles, no són menyspreables i s'han de valorar i potenciar, perquè són determinants en el rendiment final de l'esportista.

Un dels aspectes importants en el bon funcionament d'un club esportiu és poder disposar d'unes seccions d'esport base

que treballin en tots els àmbits que afecten el desenvolupament del talent esportiu: descobriment, valoració, suport i seguiment.

El terme "talent" fa referència al missatge de la paràbola dels talents (Mt 25:14-30), en què s'exposa que sempre hem de demostrar la disposició a potenciar aquelles qualitats que ens són donades, i pretendre que es manifestin i es produeixin amb el màxim de profit. La definició del terme segons el *Diccionario de la Real Academia Española* (2001) indica que és una paraula que prové del llatí *talentum*, i aquest del grec *τλαντων*, que significa plat de la balança o pes, perquè era una moneda de compte dels grecs i dels romans. La seva accepció en espan-

El present article és una actualització del capítol del llibre "Bases científicas para la salud y el óptimo rendimiento en el baloncesto" de l'editorial Ergon, redactat pels mateixos autors.

Correspondència: FrancheK Drobnic. Departament de Fisiologia de l'Esport. Avda. Alcalde Barnils 3-5. 08173 Sant Cugat del Vallès. Barcelona. Espanya.

yol indica tres definicions: capacitat d'entendre, capacitat per dur a terme o exercitar una ocupació i, per últim, és el concepte d'una persona intel·ligent o apta per a una ocupació determinada. En definitiva, és “el conjunt de dons naturals i sobrenaturals amb què Déu enriqueix els homes.” (*Diccionario de la Real Academia*, 1984).

Hi ha dues hipòtesis generals sobre el concepte. D'una banda, que és un individu amb una càrrega una genètica que li ofereix unes possibilitats superiors davant dels seus congèneres, les quals poden ser d'ordre físic, com la velocitat, la força o l'habilitat, entre d'altres, o bé d'ordre psíquic: capacitat competitiva, gestió d'emocions, capacitat de reacció i recerca de recursos, etc. I d'altra banda, fa referència a aquells subjectes que aprenen una sèrie de qualitats en el transcurs del seu desenvolupament, basades en l'experiència i l'aprenentatge correcte, les quals els són positives i els formen d'una manera òptima. És evident que el concepte actual –i, si es vol, “popular”– de talent es basa en ambdues idees. El talent està dotat d'uns atributs o característiques especials que fan desenvolupar, aprendre i executar habilitats amb més facilitat que no als altres individus de l'entorn en les mateixes condicions. Tanmateix, el talent per si sol no pot aconseguir l'èxit, o almenys d'una manera continuada. Com indica Platonov (esmentat per diversos autors) “l'èxit només pot ser fruit del desenvolupament del talent per mitjà d'un treball dur i assenyat en un context social favorable”. Més endavant ja explicarem aquests aspectes.

Una vegada definit el concepte de talent i la seva disposició, són de referència obligada els tipus de talent segons el model d'Hahn¹, per al qual n'hi ha tres tipus:

– Talent motor general: suposa una gran capacitat d'aprenentatge motor que mena a un domini motor més fàcil, més segur i més ràpid, i a un repertori motor més gran aplicable d'una manera més diferenciada.

– Talent esportiu: disposició per sobre de la mitjana de sotmetre's a un programa d'entrenament esportiu per aconseguir èxits esportius.

– Talent específic vers un esport: indica quins requisits físics i psíquics són necessaris per poder aconseguir rendiments extraordinaris.

Però identificar els components que configuren un talent esportiu no és fàcil. Hi ha aproximacions, a aquest i a aquell esport, individuals i d'equip, per reconèixer certes aptituds que puguin identificar el futur professional. Les aptituds per a una activitat complexa varien durant el desenvolupament físic de

Taula I Àrees que contribueixen al rendiment esportiu

Condicció física general, estat de salut
Característiques fisiològiques de l'individu
Característiques psicològiques de l'individu
Capacitat per prendre decisions tècniques
Habilitat personal en l'esquema de joc
Característiques sociològiques de l'individu

l'individu, i aquestes augmentaran o no en funció de l'aprenentatge impartit en cada període. En la taula I podem observar alguns àmbits en els quals trobar les característiques que determinen un bon rendiment esportiu.

Quan un tècnic observador determina que aquest o aquell noi és un futur gran jugador, ho diu respecte d'una sèrie de qualitats, físiques, tècniques, tàctiques, socials i humanes relacionades amb l'esport, percebudes en l'esportista i que s'adeqüen a unes referències estructurades en el bagatge de coneixements tècnics i l'experiència del professional que ho afirma.

Hi ha un factor important en el jugador d'esports d'equip, que es refereix a la capacitat per al joc complex². Aquesta qualitat comprèn els quatre elements bàsics: la condició física, la capacitat tècnica, la tàctica i les habilitats psicològiques. Aquesta capacitat no és mesurable amb cronòmetres ni cintes mètriques, ni tampoc amb gols marcats o evitats, ni amb proves individuals o sèries de bateries fins ara conegudes. Segons aquest autor, els aspectes distintius del jugador d'equip amb capacitat per al joc complex estan inclosos en les capacitats enumerades a continuació:

- Disposició per al rendiment.
- Acceptació del risc i els reptes en condicions adverses.
- Perseverança i continuïtat en les accions.
- Reaccions adequades a les situacions canviants.
- Facilitat i fluïdesa de moviments.
- Capacitat d'anticipació a les situacions del joc.
- Coneixement profund dels punts forts i dèbils.

Són, totes, característiques subjectives des d'un punt de vista tant quantitatiu com qualitatiu, però que es poden definir a fi de confeccionar un model que orienti el futur comitè de selecció del club sobre si necessita adquirir o no un determinat

jugador, i poden servir de model de seguiment de l'evolució del subjecte. Si no a nivell general de l'esport, sí almenys per a un ordre intern.

En aquest sentit, és lògic que cada club tingui unes prioritats, pel seu esquema de joc, la tradició esportiva, o per simples interessos o necessitats derivades de deficiències en llocs determinats. N'hi ha que desitgen jugadors alts, d'altres que siguin ràpids, uns altres els volen forts, d'altres, molt tècnics, amb bon domini de la pilota, que sàpiguen jugar en equip, amb disposició per aprendre, amb ambició, etc. En general, es considera que han de prevaler les qualitats tecnicotàctiques sobre les físiques o fisiològiques, malgrat que és defensable qualsevol opinió si es disposa d'un objectiu clar i sincer i es proposa el mètode per donar suport i reconduir les deficiències avaluades en els diversos àmbits que configuraran el bon jugador.

En qualsevol cas, quan es valora un talent, es pretén trobar aquell subjecte que té qualitats tecnicotàctiques, amb una certa projecció física i amb unes capacitats volitives importants.

TALENT O EXPERT

Els investigadors que es dediquen a identificar els factors que distingeixen l'excel·lent del que és ordinari han avaluat diverses teories per al desenvolupament d'un expert. Aquest és un terme, el d'"expert", que cada dia s'utilitza més. S'atribueix a aquell individu que no sols té un do especial (un dia o altre ja es descobrirà si per via genètica o no) que l'ha d'estimular per aconseguir el màxim rendiment.

Els individus catalogats com a experts que gaudeixen d'una àmplia experiència, adquireixen un elevat nombre de patrons complexos que després utilitzen per emmagatzemar coneixements nous sobre quines accions hauran de ser empreses en situacions semblants. Aquest aspecte li confereix una altra accepció, un esportista pot no rebre un cert nombre de "talents" o "estar dotat" com els seus companys. És cert que factors genètics hi intervenen en major o menor mesura, però el que està clar és que els d'origen ambiental, o fenotípics, tenen un paper important en la variació interindividual davant de l'esport i en l'esport en equip.

Calen alts nivells d'entrenament per assolir el grau d'expert. Es calcula que un període proper als deu anys de pràctica de qualitat, basant-se en la regla dels deu anys de Simon i Chase³ i el poder de la pràctica segons Newell i Rosenbloom⁴. Els jugadors experts són aquells que organitzen la informació d'una manera més precisa i eficaç. No disposen d'una memòria superior, però la gestionen millor perquè utilitzen recursos

Taula II

Característiques que distingeixen els experts

Més coneixement de tasques específiques
Més capacitat per rebre i percebre informació
Més capacitat per gestionar aquesta informació
Capacitat per reconèixer fàcilment patrons de joc
Utilitzar les probabilitats de les jugades molt millor
Prendre decisions més ràpides i més apropiades

aprosos amb eficàcia. En aquest sentit, el jugador expert té unes característiques molt ben determinades (taula II).

La regla dels deu anys ens indica que calen deu anys d'alt nivell d'entrenament per aconseguir l'excel·lència en qualsevol matèria. S'ha demostrat en diversos àmbits: música, matemàtiques, natació, fons en carretera, tennis, etc. No són només entrenament, és a dir, hores de treball, sinó invertir en un entrenament específic, deliberat, personal, encaminat a la millora en l'esport. Aquesta és la part que s'atribueix al "poder de la pràctica". Però, compte!... No és només el temps, sinó qualitat. El nivell de rendiment final es determina per la quantitat de temps invertit en una "ben definida tasca amb una dificultat apropiada per al nivell particular individual, en la qual es rebi un *feedback* d'informació i oportunitats per a la repetició i correcció d'errors"⁵. Per això, la qualitat de l'entrenament sempre ha d'estar per sobre del criteri d'acumular hores, sobretot un cop aconseguit un nivell esportiu; en aquest moment l'habilitat de l'entrenador per concebre l'entrenament és un factor crític⁶. Diversos aspectes que no és habitual de seguir en els entrenaments de certs esports d'equip, com sí ho són en els esports de precisió i individuals. Se sap que els esportistes experts o que en són considerats, perquè són internacionals, dediquen més temps a la seva activitat esportiva i a activitats específiques i relacionades amb el rendiment esportiu (sessions tècniques, tàctiques, visualitzacions, correccions...) que els que no ho són⁷.

LA SELECCIÓ DEL TALENT ESPORTIU

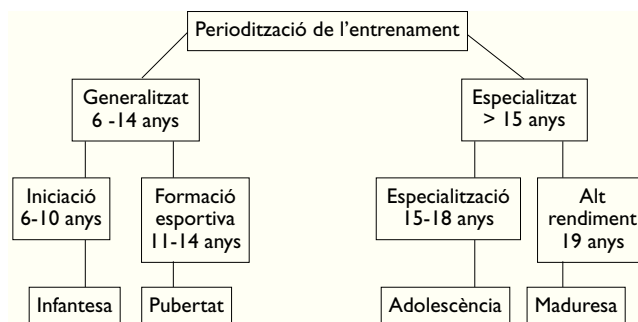
Per poder assolir el nivell de jugador excel·lent, d'acord amb la selecció de talents esportius, també s'ha de disposar d'una estructura de club i del que es coneix com a "planter". Aquest terme pretén identificar un tarannà i una manera de treballar, a més d'un espai on fer-ho bé. Es tracta d'una estruc-

tura basada en una disciplina, que identifica amb claredat una sèrie d'objectius i resultats per a cada grup d'edat. Que permetrà un bon seguiment dels talents incorporats, avaluar-ne les millores i deficiències, esmenar-les a mesura que canviïn de categoria, a fi d'aconseguir l'excel·lència final. Aquesta afirmació comporta que l'equip tècnic defineixi i determini què és per a ell un talent i així poder iniciar-ne la detecció o identificació i, sobretot, la potenciació.

De vegades disposem d'individus que són excel·lents en la seva divisió i que, per diversos motius, fan falta i són introduïts en categories superiors. Aquest fet, que inicialment agrada a tots –seguidors de l'equip, periodistes, tècnics i el mateix protagonista–, no sempre és tan beneficiós com voldríem. En quina mesura pot afectar el rendiment futur del jugador el fet d'arribar a un primer equip, o quines seran les deficiències que li hauréem provocat per anar massa ràpid, és una veritable incògnita. L'altura i la força demostrada en les accions, la velocitat en el joc, en la presa de decisions, els companys de diversa maduresa, condicionaran les accions de l'esportista. En categories inferiors, en què la maduresa física i tècnica molts cops s'avança a la mental, els fracassos no són inhabituals, i no és fàcil en alguns d'ells, recuperar la confiança de l'individu en si mateix i en l'equip tècnic. Fins i tot aquest fet ha de ser considerat, sempre. Entre altres coses, i de vegades ho oblidem, per al bé del jugador com ésser humà que és, i per al de l'equip i el club que inverteix un temps a fer valer els seus “talents”.

La millora de nivell ha de ser gradual, tot permetent una adaptació que canalitzi les virtuts tècniques del noi en el nou grup i en les noves qualitats del jugador de cada categoria. La diversió, el joc, el contacte social és bàsic en aquestes primers “batalles”. Després, el treball físic, tècnic, tàctic, fins a aconseguir l'alt rendiment esportiu. Hem de recordar que la millora de les aptituds depèn de l'aprenentatge i que aquest és multifactorial, exigeix etapes. El talentós les pot recórrer més ràpid, però no hauria d'obviar-les si vol aconseguir el nivell d'expert en una matèria. En la figura 1 es mostra una classificació simple de com es pot perioditzar l'entrenament en funció de l'edat de l'individu i de certes característiques sol·licitades pel joc⁸. En aquest sentit, l'estructura i els continguts dels entrenaments i els jocs que fa l'esportista van evolucionant tot al llarg del seu desenvolupament. Les activitats considerades més adequades en els últims estadis de desenvolupament del jugador d'equip no tenen res a veure, pel que fa a les activitats, ni fins i tot pel que fa a l'entorn motivacional, amb les que han de fer els nens en els seus primers estadis d'iniciació esportiva. Es planteja una evolució en aquestes activitats, tot diferenciant-hi quatre models d'activitat⁹.

Figura 1 Model de perioditzar de l'entrenament a llarg termini⁸.



– El joc lliure. Caracteritzat per la diversió, per no estar controlat per cap monitor ni entrenador, per no existir correccions, i perquè el nen se centra fonamentalment en el procés, tot obtenint un plaer immediat i essent-hi inherent el caràcter divertit del joc.

– El joc deliberat. De característiques semblants a l'anterior, però en què ja hi ha un monitor que aporta algunes orientacions. Aquest tipus d'activitat caracteritza fonamentalment els esportistes durant els primers anys, aproximadament fins als 12 anys.

– L'entrenament estructurat. Que ja es caracteritza per una orientació cap a la millora del rendiment i, per tant, se centra en el resultat. Està regulat per un entrenador que ofereix correccions.

– L'entrenament deliberat. Semblant a l'anterior, però amb una planificació més acurada de l'entrenament. En aquest cas, la gratificació que s'obté per implicar-se en aquesta pràctica no és immediata i és fonamentalment de caràcter extrínsec. Se segueix a partir dels 16 anys.

La majoria de les vegades l'edat d'aparició del talent esportiu en l'alta competició és subestimada. És freqüent aduir que els grans jugadors van debutar com a professionals a edats primerenques. Però, en general, s'han d'acomplir unes expectatives d'aprenentatge que sens dubte no es poden ajornar fins als 22 o 24 anys. No en va seria l'edat que correspondria a un expert segons les propostes dels deu anys de treball ben programat de què hem parlat anteriorment. D'altra banda, es considera que l'excel·lència com a jugador no arriba abans dels 22-25 anys, edat en què els jugadors són considerats madurs, en termes esportius. L'edat del debut o fitxar pel primer equip no ha de ser un objectiu, ni ha de ser un valor afegit. Depèn de factors que poden no tenir gaire a veure amb el jugador, com

una política de fitxatges determinada, un buit en una certa demarcació, etc. Valorar aquest aspecte, sobretot l'esportista i el seu entorn, pot ser un error greu en el futur esportiu de l'aspirant a expert. Són molts els jugadors que van debutar, debuten i debutaran en el professionalisme de ben joves, amb una gran qualitat, i que per motius diversos no aconsegueixen ni aconseguiran el nivell esperat. Potser un dels motius podria ser una excessiva pressa a aprofitar el talent, i una manca d'hores de treball de qualitat.

CONDICIÓ FÍSICA

És habitual llegir en els documents d'educació física i d'esport les proves físiques bàsiques per avaluar l'esportista. Cal entendre quin objectiu tenen, que és, tal com diuen, avaluar l'estat de forma general i de determinades manifestacions fisiològiques davant de l'exercici. Les diverses proves pretenen situar el jugador en unes característiques pròpies del seu moment de la temporada, de la seva edat, del seu desenvolupament, etc. Són molt útils per conèixer les deficiències respecte del que s'espera en el seu esport, la seva categoria o la seva posició al camp. Pensem que a l'hora de desenvolupar tests per buscar talents o controlar-los, s'han d'utilitzar, a més d'avaluacions de variables de la condició física general, d'altres que mesurin la perícia relacionada amb l'activitat esportiva. Recordem que el físic és entrenable i també ens interessa veure com els talents evolucionen. Un bon físic permetrà entrenaments de més bona qualitat, una millor recuperació, menys lesions i, si s'escauen, facilitar-ne la recuperació.

És cert que alguns jugadors poden estar afavorits des del punt de vista genètic pel que fa a la condició física, però està àmpliament contrastat que la resposta fisiològica a l'exercici depèn de l'entrenament regular i el seu nivell. Així doncs, en esports com el futbol, el bàsquet, l'handbol, etc., de força, velocitat, amb àmplies pauses de recuperació, aspectes com la potència aeròbica màxima, la capacitat aeròbica o el llindar anaeròbic no són característiques que puguin determinar la selecció d'un individu o un altre. L'heterogeneïtat antropomètrica respecte dels percentatges corporals (múscul/greix), d'acord amb uns nivells de talla i envergadura mitjans per a cada posició, tampoc no ens indicaran preferències en individus en desenvolupament, atès que després, ja madurs, podrem forçar-los en treballs específics. Tampoc no podem esperar que un jugador infantil tingui uns índexs de potència anaeròbica elevats, o una gran potència de salt, o una capacitat d'esprintar repetidament, etc.; la seva potència i capacitat anaeròbica estan poc desenvolupades. En canvi, sí que serà important que



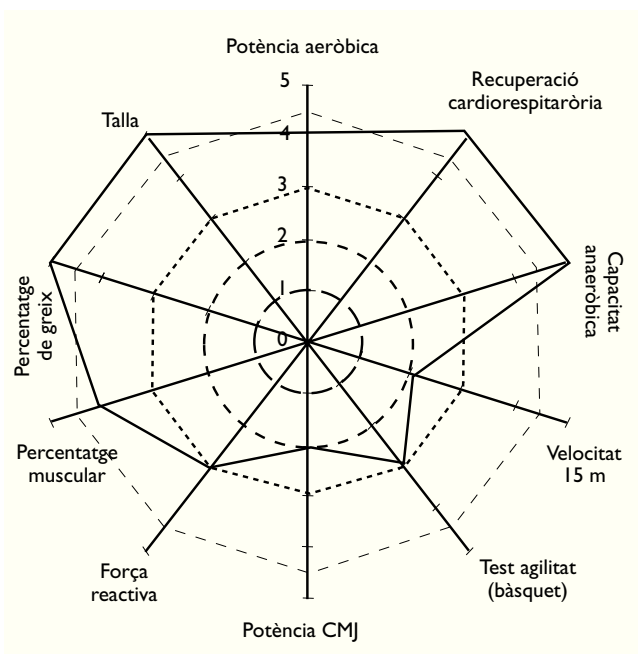
la seva adaptació a l'esforç o recuperació cardiorespiratòria siguin correctes, que no tinguin alteracions morfofuncionals que puguin repercutir en el seu rendiment futur, que no pateixi una patologia de base que no sigui recuperable o sigui nociva per a la seva salut quan el rendiment sigui elevat o que la seva predicció de talla no estigui dins uns rangs de normalitat per al seu lloc.

En cada edat esportiva les necessitats físiques es modifiquen i les referències són més precises en funció dels desitjos d'excel·lència física del model exigint pel club. En aquest sentit, hi ha barems com a model (fig.2). Alguns es comenten en els diversos capítols del llibre d'una manera més precisa. Un bon consell és que cada club elabori els seus basant-se en els seus objectius i les seves possibilitats de control i seguiment, sense oblidar que les qualitats físiques són entrenables en totes les seves manifestacions. Per això les deficiències descobertes en cada jugador són sempre millorables amb un treball específic i programat. El fracàs d'un talent per les qualitats físiques no ho és només de l'esportista, sinó també de l'equip de seguiment, del seu preparador físic i el seu entrenador.

És una opinió contrastada que aquells clubs que fan prevaler les qualitats físiques s'equivoquen. Aquestes són les menys importants en determinats moments del desenvolupament. El jugador amb talent al qual no permeten jugar i desenvolupar les seves habilitats en el terreny competitiu, perquè preval l'ob-

Figura 2

Avaluació de certes variables de la condició física, baremades de l'1 al 5 amb els rangs de referència esperables per a la categoria del noi estudiat. En aquest cas veiem un individu amb una bona capacitat aeròbica, una talla per sobre de la seva edat, però amb índexs de potència baixos.



jectiu de guanyar el partit amb jugadors més forts o més veloços, mai no evolucionarà i, a la banqueta, es perdrà. En aquest sentit, s'ha d'entendre que a més de les tècniques, hi ha qualitats que s'entronquen amb l'esfera psicològica i social de l'esportista, i que només es poden desenvolupar en la competició i no en els entrenaments. Determinació, agressivitat, recerca de recursos, cohesió amb els altres, etc., són alguns dels molts aspectes que un jugador demostra en major o menor mesura i que apareixeran, creixeran o disminuiran amb la guia i el saber fer de l'entrenador, de tot l'equip tècnic i dels companys, però només si són treballats.

No s'ha de desprendre del que comentem que viure en un ambient on l'objectiu inherent a l'escola club sigui voler vèncer en cada partit sigui dolent o negatiu. Aquest és l'objectiu del joc. És la dinàmica i la disciplina de l'escola el que importa: treballar el planter per formar guanyadors del futur, és a dir a llarg termini, o bé actuar amb un objectiu positiu a molt curt termini, en cada categoria i cada cap de setmana.

L'opció no és tan ben definida en cap cas. També existeixen els termes intermedis, però no és menys cert que els exem-

ples en un model i l'altre són clars. Aquest és un debat que afecta no sols els professionals que es dediquen a l'organització, gestió, investigació, ensenyament i entrenament de la majoria dels esports, sinó també molts pares que veuen en l'activitat esportiva dels seus fills una plataforma de promoció social i econòmica. La realitat és diferent. En la taula III es mostren, segons Horst Wein¹⁰, alguns plantejaments d'una escola esportiva, segons el desig de guanyar o formar jugadors i és aplicable a qualsevol esport.

CONDICIONS GENÈTIQUES

Aquest aspecte, relacionat sobretot amb les qualitats físiques generals. Pel que fa concretament al bàsquet i al descobriment del talent esportiu, hi ha un estudi curiós i interessant¹¹, en què es relaciona l'èxit en aquest esport i l'habilitat esportiva en aquells individus que posseeixen un índex més baix entre la longitud del dit índex i l'anular ($I\ 2D/4D$). Sembla que aquest índex s'aproxima a una valoració de la taxa d'andrògens durant la vida fetal i això es corelaciona amb la velocitat de cursa i una percepció espacial determinada. Suposa un mètode senzill i fàcil d'avaluació. El que no sabem, perquè ningú no s'ha dedicat a valorar-ho, és si l'evidència científica té prou força com perquè l'esmentat índex sigui determinant en la selecció del talent esportiu o bé una simple anècdota. Amb la curta experiència dels mesuraments en futbol i bàsquet base i professional en el FC Barcelona, que si bé aquest índex és positiu en jugadors que són veritables talents, n'hi ha d'altres que estan competint a un alt nivell però en què no són comparables, i d'altra banda, hi ha subjectes amb l'índex "assenyalador de talent" però que no sembla que n'hagin d'esdevenir. ¿Potser aquests últims són aquells que no s'ha sabut potenciar en la seva màxima expressió? Sempre quedarà el dubte. El temps i el seguiment de diversos equips ens donarà la solució a aquesta hipòtesi.

CONDICIONS PSICOSOCIALS

Com indica molt bé A. Lorenzo¹² sobre els factors que condicionen la detecció, el desenvolupament i la selecció del talent en el futbol, s'ha suggerit que els jugadors amb èxit tenen unes característiques psicològiques determinades que afavoreixen d'aconseguir els resultats desitjats, tot assenyalant, entre altres característiques, l'habilitat per superar l'ansietat i els obstacles que vagin sorgint, la confiança en un mateix, la competitivitat, la motivació intrínseca, l'habilitat per evitar distraccions o la capacitat per establir objectius i assolir-los. Hi ha acord generalitzat sobre el fet que aconseguir aquests resultats ve condi-

Taula III

Diverses particularitats segons la filosofia de dues escoles de bàsquet base en què predomina l'interès de buscar la victòria com a objectiu principal o formar el jugador d'una manera integral, amb objectius a llarg termini. Modificat lleument de la idea d'Horst Wein per al futbol¹⁰

Objectiu: GUANYAR	Objectiu: FORMAR
Importància a jugadors amb capacitats físiques elevades	Preferència per jugadors amb perspectiva en la capacitat de jugar la pilota
Treball de la tàctica des de benjamins en els partits	En els partits s'avalua el grau d'ús de la tècnica
Es busca la profunditat en el joc d'atac	No hi ha pressa en el joc. Es pretén mantenir la possessió de la pilota
Joc ràpid, passades llargues	Tots els jugadors mouen la pilota. El porter la passa amb la mà. Passades curtes
Pocs canvis d'orientació en les accions ofensives	Es canvia sovint l'orientació del joc a fi de crear espais
Poques intencions de construir joc. La pilota passa directe del base als jugadors que poden anotar ràpidament amb força seguretat	La pilota circula des de la direcció de joc pels jugadors que busquen posicions diverses. Joc basat en la comunicació i la cooperació
Especialització prematura de les demarcacions. Juguen els mateixos i poc els suplents	Tots tenen oportunitat d'experimentar diversos llocs. Juguen tots, independentment de la qualitat
El jugador obeeix el tècnic que mana i instrueix des de la banda	El jugador fa l'acció següent en funció de la seva pròpia capacitat e percepció i presa de decisió, sense intervenció del formador, que estimula i no instrueix
Es juga prematurament bàsquet d'adult: cèrcols, camp, reglament...	En cada fase d'avaluació del nen, el joc s'adapta a les capacitats físiques i mentals
Per poder guanyar preval en els entrenaments l'aplicació de la metodologia tradicional	Per formar millor el joc, ha de prevaler en les pràctiques l'aplicació de la metodologia activa

cionat per un elevat compromís, determinació i perseverança per superar les dificultats. Aspectes que es basen en unes característiques observades en aquests subjectes¹³:

- Disciplina, entesa com la capacitat del jove esportista de complir les exigències que li imposa l'activitat esportiva, com també la voluntat per acceptar aquest sacrifici, especialment en la seva vida personal.

- Compromís, tot representant els aspectes motivacionals que porten els joves esportistes a comprometre's amb la seva carrera com a jugadors de futbol.

- Resistència, entesa com la capacitat de continuar o de superar les adversitats, tant de tipus personal com del context.

- Suport social, entès tant des del punt de vista emocional, com mediàtic i econòmic.

L'esportista expert avalua cada aportació d'ambdós costats de la balança que mesura el grau de compromís, els beneficis obtinguts i la inversió exposada. La diversió, la inversió personal de temps, les il·lusions, les renúncies, el fet d'aconseguir un millor domini de l'esport, el sentir-se més competent, ser



reconegut socialment i econòmicament i, per l'últim, però no menys important, l'aportació de les alternatives contextuais i coaccions socials, com pot ser la influència de la família. En això es basa la teoria del compromís esportiu¹⁴ i s'estructura a partir dels 8-9 anys de treball. És a dir, cap als 18, que és quan l'individu pot avaluar si val la pena invertir en el camí de l'es-

port o no. En aquest període és important, però sobretot en els anys d'inici, el grup d'amics del jugador. Quan es fa l'històric esportiu d'un jugador, la gran majoria de les vegades aquest practica esport... perquè "els seus amics el practicaven". Aquesta interacció amb els amics permet als jugadors experts jugar al seu esport durant el temps lliure, la qual cosa, d'altra banda, comporta un augment en el temps d'experimentar recursos i situacions. Seria un exemple el bàsquet o el futbol del carrer que, sobretot, es practiquen als EUA i a Sudamèrica, respectivament.

EDAT BIOLÒGICA I CRONOLÒGICA

En un mateix camp de joc pot haver-hi jugadors amb una diferència d'edat de fins a dos anys o una mica més. Les categories infantil i cadet són categories en què es veuen més repercutits els resultats per aquest aspecte. És important reconèixer aquells individus amb una edat de maduració superior o inferior en un equip perquè puguin evolucionar bé. No s'ha d'oblidar que la maduració òssia no és la maduració mental i no és bo que juguin en categories en què les edats no pertocuen, almenys en general, perquè sempre hi ha excepcions. Recordem que les inquietuds, els problemes, les matèries de què parlar en aquestes edats són molt diferents dels 12 als 16 anys. Un bon plantejament és que, almenys un dia per setmana, el jugador "desfasat" respecte del grup entreni amb la categoria que li correspon. És una manera de mantenir unes referències adequades entre l'individu i el grup. Recordem que a partir dels 16 anys les qualitats físiques, a causa del procés de maduració, ja no tindran pes i només serà determinant, en l'aspecte físic, l'entrenament realitzat. Si per un excés de qualitats en aquest sentit, no es van treballar en la seva màxima expressió, o es van calibrar malament per trobar-se per sota, arribaran a la categoria de juvenils amb un dèficit que pot ser determinant i difícil de corregir en un curt període de temps, tot podent-se perdre un subjecte en què s'ha invertit il·lusió, temps i, per què no, uns diners. L'edat biològica pot confondre'ns i mostrar-nos un talent quan en realitat no ho és i viceversa. Per això cal establir l'edat biològica de l'esportista i saber en quin moment evolutiu està. En qualsevol cas, i és una opinió consensuada, trobar un jugador que amb les limitacions de l'absència d'experiència a causa de la seva joventut, però en el qual s'observen unes habilitats tecnicotàctiques, facilitat per prendre decisions positives, habilitat social amb els companys al terreny de joc..., és més important que no trobar aquell en què les habilitats provenen de condicionants físics. En aquest moment la millora de les qualitats físiques es pot

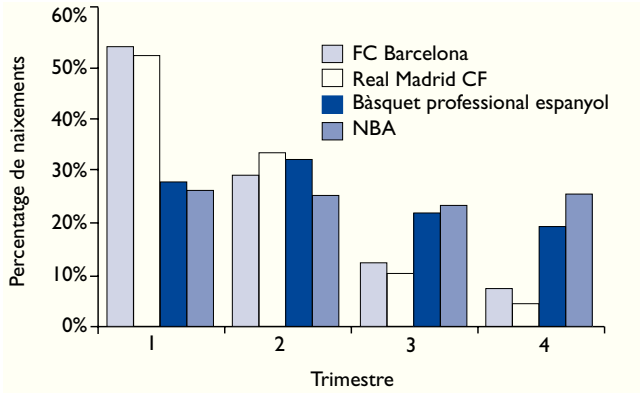


aconseguir d'una manera progressiva i ben estructurada fins a un nivell de rendiment físic del més alt nivell. És cert que el camí serà més ardu per a aquell esportista potser menys agraciat genèticament, però l'elecció no ens ha d'espantar, perquè dur ho és per a tots.

Hi ha una relació molt significativa entre la data de naixement i l'èxit esportiu observada des de fa un temps, determinada per la iniciació de la temporada esportiva, el període escolar, la cultura esportiva del país, etc. Per aquesta raó la data de naixement ha estat considerada com un dels diversos factors en la selecció dels talents esportius en diversos esports. Un aspecte interessant, relacionat amb la data de naixement i el rendiment esportiu, és l'edat relativa (*relative age effect*, RAE, en anglès). La RAE determina la diferència d'edat entre individus d'un mateix grup d'edat. S'ha identificat com un factor que pot tenir una certa influència sobre aspectes molt diversos de caràcter sociològic i psicològic o relacionada amb el rendiment esportiu i l'activitat física. Així, aquest efecte sembla influir molt decisivament en la selecció del talent esportiu i la seva projecció cap a un nivell professional, segons diversos autors. Una suposada selecció de l'esportista, pel fet de néixer en una determinada època de l'any, potser menystindria futurs talents, l'estat de maduració i desenvolupament dels quals són inicialment inferiors. En la figura 3 es presenta l'efecte de l'edat en la selecció en bàsquet en dos equips del nostre país respecte del global de la lliga professional (ACB-LEB 1 i 2) i l'NBA. S'hi observa que hi ha un efecte relatiu de l'edat en els jugadors de bàsquet de nivell professional espanyol i de més intensitat en aquells jugadors pertanyents a l'esport base. No

Figura 3

Diferències en el percentatge de naixements per trimestres entre el bàsquet base de dos equips i el bàsquet professional espanyol i el de l'NBA (ambdues lligues sense estrangers). Cal observar que als clubs hi ha una tendència a premiar els dos primers trimestres sobre els segons, mentre que a l'ACB-LEB1 i LEB2 persisteix una tendència i no apareix en l'NBA.



hi ha aquest efecte relatiu de l'edat en el bàsquet professional americà. D'altra banda¹² i sobre aquest tema, el nivell de rendiment d'un individu és el resultat de les seves capacitats i de la motivació. El grau de la seva motivació té un impacte important sobre la qualitat del seu aprenentatge i el seu rendiment. Un jugador nascut al principi de l'any obtindrà, com a mitjana, millor rendiment que un altre jugador nascut a final de l'any, a més de jugar menys i ser menys vegades convocat¹⁵. Per això, els tècnics, científics i polítics de l'esport han d'avaluar aquesta situació a fi d'establir les eines i els sistemes adequats de selecció, seguiment i entrenament dels esportistes amb l'objecte d'optimitzar els jugadors de què puguem disposar en el futur.

Per sort, en els esports d'equip es gaudeix de diverses característiques que determinen el rendiment òptim, en què les qualitats físiques posseeixen un valor important però no deixa de ser un complement d'aquelles qualitats tècniques, tàctiques, psicològiques, sociològiques. D'altra banda, és el caràcter i la professionalitat de l'esportista el que ajudarà a assolir els objectius quan hi ha certes deficiències físiques.

El bon professional, agraciat per una bona condició física, ha de vigilar la seva dieta, el descans, el treball de condició física adaptat al seu perfeccionament tècnic i tàctic. Cada dia més

Taula IV

Algunes consideracions per a un entrenador de talents

Les qualitats tècniques són més importants que les físiques en la selecció del talent
Les deficiències de condició física s'assoleixen amb un treball ben programat
Establir objectius alts per estimular l'aprenentatge
Introduir l'excel·lència en els entrenaments. Mai un entrenament mediocre
Ensenyar a aprendre dels errors, dels èxits i del fracàs
Facilitar la incorporació d'aspectes de coneixement de la salut i el rendiment esportiu. Iniciar en la professionalitat
Aprendre a treballar en condicions especials, per assolir esportistes adaptables
No posar per davant la millora d'una tècnica per sobre de l'adquisició de tècnica
Introduir elements de joc d'altres esports per millorar habilitats determinades
Els grans esportistes ofereixen més del que l'entrenador demana i els grans entrenadors sempre fan més del que l'esportista espera

el jugador s'ha de preocupar del seu estat de salut. Des de les categories inferiors. La bona alimentació i el descans adequat facilitaràn que l'estrès físic de l'entrenament es transformi en la càrrega de treball adequada per a un bon desenvolupament corporal i com a individu. La qualitat de la inversió en la infantesa i l'adolescència ens apareixerà en el període de més rendiment professional.

La imposició de valors, talents, ha de ser a llarg termini. Es poden esperar grans rendiments en categories inferiors, però no hi ha de ser una exigència. Si aquests arriben, molt millor, però cal ensenyar el camí de l'excel·lència en tots els àmbits de l'esport elegit, i, per què no, de la vida. En aquest objectiu hi som tots, els entrenadores, els serveis mèdics, els preparadors físics, les directives dels clubs, els pares i els companys.

En aquest article no s'ha pretès donar solucions ni normes per trobar el jugadors de talent, sinó oferir algunes idees que considerem obligades de tenir en compte. Cada club ha de fer la seva pròpia selecció en funció dels seus objectius i necessitats. Tot seguit s'indiquen algunes idees per als entrenadors que treballen amb futurs esportistes de gran nivell (taula IV).

Bibliografía

- Hahn E. Entrenamiento con niños. Barcelona: Martínez Roca; 1988.
- Cohen Grinvald R. Fútbol: detección y desarrollo del talento deportivo. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd10/talent10.htm>
- Simon HA, Chase WG. Skill in chess. *American Scientist*. 1973;61:394-403.
- Newell A, Rosebloom PS. Mechanisms of skill acquisition and the law of practice. En: Anderson J, editor. *Cognitive skills and their acquisition*. Hillsdale, NJ: Erlbaum; 1981. p. 1-55.
- Ericsson KA, Krampe RT, Tesch Römer C. The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological review*. 1993;100:363-406.
- Horton S. Facilitating expertise. The role of expert coach. Tesis doctoral no publicada. Canada: Queen's University; 2003. En: Jiménez S, Lorenzo Calvo J, Lorenzo Calvo A, editores. *Factores asociados al desarrollo de la pericia en los entrenadores*. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd88/pericia.htm>
- Baker J, Horton S, Robertson-Wilson J, Wall M. Nurturing sport exercise: factors influencing the development of elite athlete. *Journal of Sports Science Medicine*. 2003;2:1-9.
- Bompa TO. *Theory and methodology of training: The key to athletic performance*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company; 1983. p. 35-41, 99-203, 207-12.
- Côté J, Hay J. Children's involvement in sport: A developmental perspective. En: Silva J, Stevens D, editors. *Psychological foundations of sport*. Boston, MA: Merrill; 2002. p. 484-502.
- Wein Horst. *Developing youth soccer player*. Stanningley, Leeds (UK): Human Kinetics. 2000.
- Manning JT, Bundred PE, Taylor R. The ratio 2nd and 4th digit length: a prenatal correlate of ability in sport. En: Reilly T, Marfell-Jones M, editors. *Kinanthropometry VIII*. London: Routledge; 2003. p. 165-74.
- Lorenzo Calvo A. *Detección, desarrollo y selección del talento en fútbol, factores que condicionan el desarrollo del futbolista*. Guía didáctica del Master Universitario de preparación física en fútbol. Madrid: Real Federación Española de Fútbol; 2005.
- Holt NL, Dunn JG. Toward a Grounded Theory of the psychosocial competencies and environmental conditions associated with soccer success. *Journal of Applied Sport Psychology*. 2004;16:199-219.
- Carpenter PJ, Scanlan TK, Simons JP, Lobel M. A test of the Sport Commitment Model using structural equation modeling. *Journal of Sport & Exercise Psychology*. 1993;15:119-33.
- Vaeyens R, Philippaerts RM, Malina RM. The relative age effect in soccer: A match-related perspective. *Journal of Sports Sciences*. 2005;23:747-56.

Bibliografía general

- Côté J. The influence of the family in the development of talent in sports. *The Sport Psychologist*. 1999;13:395-417.
- Esteva S, Drobnic F, Puigdemívol J, Serratos L, Chamorro M. Fecha de nacimiento y éxito en el baloncesto profesional. *Apunts. Medicina de l'esport*. 2006;41,149:25-30.
- Lorenzo Calvo A. ¿Detección o desarrollo del talento? Factores que motivan una nueva orientación del proceso de detección de talentos. *Apunts d'Educació Física*. 2004;71:23-8.
- Lorenzo Calvo A. La detección del talento en los deportes colectivos. *Kronos: revista universitaria de la actividad física y el deporte*. 2002;1:15-23.
- Manonelles P. Edad cronológica como factor de elección de jugadores de las selecciones españolas de baloncesto de formación. *Archivos de Medicina del Deporte*. 2003;96:321-8.
- Matsudo VKR. Prediction of future athletic excellence. En: Bar-Or O, editor. *The Child and Adolescent Athlete*. Oxford: Blackwell Science; 1996. p. 92-109.
- Pancorbo A. Detección de talentos deportivos. *Medicina del deporte y ciencias aplicadas al alto rendimiento y la salud*. Caxias do Sul, Brasil: EDUCS Editoria da Universidade de Caxias do Sul; 2002. p. 258-91.
- Reilly T, Gilbourne D. Science and football: a review of applied research in the football codes. *Journal of Sport Sciences*. 2003; 21:693-705.
- Ruiz LM, Sánchez F. *Rendimiento deportivo: claves para el aprendizaje*. Madrid: Gymnos; 1997.