



MEJORAR EL RENDIMIENTO DEL EQUIPO CON UN ESTABLECIMIENTO DE ROLES PARA CADA UNO DE SUS JUGADORES

El objetivo principal de cada jugador de un equipo es ganar.

En relación a este objetivo principal todos los demás parecen tener menos importancia, aunque el establecimiento de roles para cada uno de los jugadores de un equipo de fútbol antes del partido, así como el de normas para todo el conjunto debe ser considerado esencial para que el grupo de personas se convierta en un conjunto que funcione eficazmente.

Sin embargo, dicho rol, o roles, no deben agobiar nunca al jugador, sino que deben servirle para alcanzar la victoria.

Un rol es un conjunto de conductas que se espera ver de un jugador que ocupa una demarcación determinada con unas tareas específicas dentro de un equipo, o que se espera de un dirigente que forma parte del staff técnico del equipo.

Generalmente, el rol de un defensa lateral suele ser muy distinto del de un defensa libre o una media punta, así como el entrenador tiene roles bien distintos a realizar –antes, durante y después del partido – que el jefe de equipo (manager) o el preparador físico.



El equipo de fútbol, como organización, requiere de individuos que antes, durante y después de la competición lleven a cabo roles diseñados según su potencial y particularidad.

Por eso es evidente que los jugadores serán fichados y más tarde también preparados en sus entrenamientos individualizados con el fin de poder ejercer estos roles con un alto porcentaje de éxito (especialistas en tiros libres, en la marca, en la distribución del juego, en saber atacar por sorpresa desde la segunda o tercera línea, en la conducción del balón y el regate, etc.).

Esto no impide que los entrenamientos colectivos que aseguran una óptima comunicación y compenetración entre los individuos prevalezcan.

EL ESTABLECIMIENTO DE ROLES, SU CLARIDAD Y ACEPTACION

Establecer un rol, o varios roles, para cada uno de los jugadores es tarea del técnico, que idealmente busca la colaboración del sujeto en cuestión con el fin de hacerle comprender la importancia de su rol para el juego del conjunto.

Pidiéndole su opinión y explicándole sus razones para haberle asignado este rol o roles específicos y no otros para un partido determinado (considerando, aparte de sus capacidades, las de sus compañeros y también las de su posible contrario personal y las del conjunto contrario) permite al jugador ver su rol con claridad.

Comprender perfectamente su rol es tan fundamental para su buena prestación como su aceptación.



Estudios de Locke y Schweiger (1979) han demostrado que el jugador se compromete más con su deber en el campo cuando ha participado en definir y establecer los contenidos de su rol que cuando le han sido asignados o impuestos por el técnico, como se recomienda hacer con los jóvenes futbolistas de menos de 14 años.

Cuando el entrenador fije, además de la definición del rol, una meta muy concreta que el jugador puede y debe alcanzar (por ejemplo, para la mejora de la capacidad de anticipación de un defensa, no permitir a su contrario personal tocar más de dos balones en cada media parte del partido), la claridad del rol y su aceptación por el jugador le facilitan la ejecución del rol, y así una mayor eficacia en el juego de su conjunto.

Las metas (objetivos) que el jugador debe alcanzar en el partido no deben ser tan difíciles que no las pueda cumplir, ni demasiado fáciles para que pueda alcanzarlas sin ningún esfuerzo mental ni físico.

Sabemos que el cumplimiento de objetivos fáciles no llevan al jugador o al equipo como conjunto a un rendimiento óptimo.

Asumiendo que un jugador ha aceptado antes del partido el objetivo fijado por su entrenador, su esfuerzo para alcanzarlo será proporcional a la dificultad.

La aceptación del rol será superior cuando el entrenador sabe convencer a sus jugadores de que las responsabilidades asumidas por cada uno de los miembros de equipo son imprescindibles para lograr el éxito, cada uno contribuyendo con su importante labor al bien común.



Así, aunque el rol sea el más trabajoso o sacrificado, como el de un marcador que debe anular al "cerebro" del equipo contrario, el jugador lo ejecuta de buena gana.

COMPROBAR EL CUMPLIMIENTO DEL ROL

Después de haber ejecutado su rol, o sus roles, resta comprobar el cumplimiento del mismo por cada uno de los jugadores.

Durante el partido, a su mitad y, especialmente, después del mismo, técnico y jugador deberían valorar conjuntamente, con o sin ayuda del vídeo, el grado de consecución de los objetivos acordados anteriormente.

Otra forma de comprobar el grado de cumplimiento es utilizar durante el partido un sistema de puntos, gratificando al jugador por cada logro (por ejemplo, al defensa en cada situación de uno contra uno) con un número determinado de puntos.

Así, en cada momento del partido, según la puntuación alcanzada, el técnico puede supervisar el cumplimiento del rol de jugadores determinados o claves para alcanzar un buen resultado.

Aparte de evaluar con puntos el cumplimiento del rol, se puede controlar también todas las acciones de un jugador determinado con un Total Performance Score.



Mediante esta aplicación se valora con puntos negativos y positivos el resultado de cada una de sus jugadas.

A través de la acumulación de información sobre distintos aspectos de su juego ofensivo (por ejemplo, resultado de los pases o controles del balón) y defensivo (por ejemplo, el porcentaje de entradas exitosas o erróneas o en la cobertura), encontramos las carencias de cada uno de los jugadores, para después poderlas corregir por medio de ejercicios/juegos correctivos en los próximos entrenamientos.

El Total Performance Score sirve también para detectar las virtudes de cada jugador, lo que ayuda al técnico en la asignación del rol a cada jugador.

Hubie Brown, entrenador de los New York Knicks, dijo una vez: "Transformar la capacidad potencial de un jugador en rendimiento implica el establecimiento y la consecución de objetivos" (Danish, 1983)*.

Por eso es fundamental saber colocar en la competición cada jugador en la demarcación que más se adapte a su potencial, características de juego y después exigirle, a través de un correcto establecimiento de objetivos, un cumplimiento de metas fijadas a su medida.

La motivación del jugador durante el desarrollo del partido depende, en gran medida, aparte del marcador, de su capacidad de cumplir con el rol específico que se le ha asignado.

Cuando además el técnico reconoce públicamente después de un partido la aportación de este jugador al funcionamiento del conjunto, es muy probable que el jugador se mantenga en su compromiso en las siguientes jornadas del campeonato.

ENTRENAR LA EJECUCIÓN DEL ROL

El cumplimiento del rol debería ser facilitado por medio de un plan de entrenamiento con objetivos específicos que podrían referirse directamente al rendimiento técnico-táctico o bien a uno de los aspectos físicos que condicionan su juego (como, por ejemplo, su deficiente nivel de coordinación, flexibilidad o fuerza explosiva).

Por medio del entrenamiento, el técnico debería asegurar el desarrollo de la competencia de cada uno de los componentes que conforman el rol total de su jugador. Así, los componentes de la tarea de controlar mejor el balón como atacante en punta, estrechamente marcados por un adversario, son el correcto comportamiento antes del control (desmarque en el momento preciso, conectando visualmente con el poseedor del balón, aplicación de fintas y cambio de ritmo, asumir a final de la aproximación una posición perfilada con relación al contrario), el comportamiento durante y después del control.

Deben establecerse técnicas adecuadas y objetivos para el perfeccionamiento de cada uno de los componentes.



Ejemplos de establecimientos de roles para jugadores de 12/13 años

Rol principal en el aspecto técnico-táctico

1. Como extremo, vigilar al defensa lateral del equipo contrario. En vez de marcarle, hazle pendiente de ti.
2. Como extremo, desmarcarte hacia el centro cuando tu defensa lateral recibe el balón.
3. Realizar los próximos 6 pases sin error.
4. Realizar en momentos oportunos 5 pases largos.
5. Todos los tiros libres en nuestro campo deben llegar a un compañero.
6. Buscar siempre una situación 2 contra 1, evitando entrar en la situación 1:1
7. Marcar a tu contrario siempre de tal forma que puedas anticiparte a él cuando llega el balón. No dejarle recibir más de 3 balones.
8. Conducir el balón menos veces (no más de 5 en cada parte del partido).
9. No precipitarse en la entrada. Ten confianza.
10. Conseguir un 100% de éxito con tus saques de banda.
11. Canaliza al atacante hacia tu lado preferido o al compañero que te cubre en éste momento.
12. No precipitarse en el remate. Finge tu verdadera intención.
13. Utilizar en el partido 6 veces el juego triangular para introducirte con sorpresa en el ataque.
14. Cambiar de forma instantánea de la actitud defensiva al ataque, sabiendo adónde pasar antes de recuperar el balón.
15. No indicar la trayectoria del pase.
16. Imprimir máxima velocidad a todos los pases. También a los pases cortos.
17. Por medio de una penetración diagonal en la línea de ataque, crear sistemáticamente espacio para un medio campista.
18. Ganar la posición al contrario antes de poder recibir y controlar el balón.
19. Efectuar en un partido al menos tres buenos controles orientados con la portería contraria en tu campo de visión (posición perfilada). Ofrecerte siempre para un pase, dando señales al poseedor del balón.

Sub-Rol en los aspectos mentales

1. No dejarte influir por lo que dicen los demás.
2. No tener dudas y creer en tus capacidades.
3. En caso de cometer un error, echa la culpa a otro y concéntrate a realizar la próxima acción con éxito.



LA IMPORTANCIA DEL ESTABLECIMIENTO DE NORMAS POSITIVAS EN UN GRUPO

Mientras el rol se refiere más al jugador como individuo, una norma es propia del grupo, es una pauta de conducta de todos los que lo conforman.

Actuar de forma pasiva cuando se pierde la posesión del balón, abusar de la conducción del mismo con frecuentes situaciones uno contra uno, confiar demasiado en las acciones individuales, en detrimento del juego del equipo, comentar siempre la actuación del árbitro, elevar frecuentemente el balón en vez de jugarlo a ras de suelo... son conductas que pueden persistir durante toda una temporada, a menos que se establezcan normas positivas para eliminarlas.

Si esto ocurre, el entrenador debe intentar convencer a todos sus jugadores (especialmente a los más dotados en lo que a habilidad o destreza se refiere) de la necesidad de implantar una nueva pauta de conducta, explicándoles las posibles consecuencias de resistir al cambio, y responsabilizar a los líderes.

Cuando ellos (junto con el entrenador) aceptan y se adhieren a las nuevas conductas, los demás jugadores suelen seguirles pronto.

Siempre que sea posible, el entrenador debe dar al equipo la oportunidad de participar en la toma de decisiones durante el establecimiento de normas positivas porque los miembros del grupo se adhieren mejor a aquellas decisiones en las que han participado.

Como se ha dicho al inicio, el objetivo fundamental de una competición es ganarla.

Pero hay excepciones cuando el objetivo principal de un equipo no es la victoria.

Esto ocurre cuando se da el caso de que el otro equipo es o se ha demostrado durante el desarrollo del encuentro muy superior, lo que puede tentar al equipo inferior a darlo todo por perdido.

Para prevenir esta apatía, se pueden establecer objetivos que potencian la actuación más que el hecho de ganar. Intentar no encajar más que 3 goles, mantener siempre un bloque con poca distancia entre los propios jugadores para facilitar la ayuda recíproca, demostrar al entrenador quién es el mejor luchador del equipo, jugar sin considerar el marcador actual, intentar lograr 6 remates a la portería contraria o no permitir al equipo contrario controlar más de 6 balones en el área nuestra son ejemplos de unos objetivos que el equipo inferior intenta cumplir.

Haberlo logrado y haber dado cada uno de los jugadores lo mejor de sí mismos, les permite salir del campo con la cabeza alta a pesar de haber sido derrotados con una diferencia de más de 6 goles.

horstwein@eresmas.net