

Anàlisi de les qualitats dels jugadors d'alt nivell

Autor: Michel Gadat
Director Tècnic Nacional de la Fédération Française de Tennis de Table
Article extret del llibre "Entrenar per guanyar"
Traducció al català: Joan Arnau
Cedit per la seva publicació a
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula

Anàlisi de les qualitats dels jugadors d'alt nivell

Adaptabilitat

L'adaptabilitat es defineix com la capacitat de jugar en situacions de permanent evolució mantenint un bon nivell d'eficàcia.

És suficient haver jugat a tennis de taula durant algunes hores i haver-se enfrontat a diferents adversaris per adonar-se que la dificultat més gran de la nostra activitat és la inestabilitat del medi.

La dificultat de trobar respostes coherents augmenta considerablement a mesura que disminueix el temps del que disposem per jugar.

El llarg domini dels jugadors asiàtics va tenir els seus orígens, en part, en aquest principi. En efecte, els jugadors xinesos feien la majoria dels seus cops abans del punt culminant del bot, mentre que els europeus, els realitzaven en aquest moment màxim del bot com molt aviat.

Aquesta diferència en el temps de reacció donava un avantatge als xinesos, que impedié als seus adversaris organitzar-se en les millors condicions.

És de destacar que el joc de Jean-Philippe Gatien descansa també en aquest principi: anticipar-se a l'adversari per evitar que s'adapti.

L'organització de les competicions ens porta a enfrontar-nos a una successió de jugadors completament diferents en quan a l'estil i al material que utilitzen.

Ací, altra vegada, el fet d'adaptar-se ràpidament és la regla d'or si volem seguir la ruta cap a la victòria.

Si observem d'una mica més a prop el desenvolupament dels encontres entre els millors, ens adonarem que rarament repeteixen el mateix error, a diferència dels jugadors d'un nivell inferior, que poden perdre varis punts consecutius repetint sistemàticament la mateixa falta; uns s'adapten i altres no.

Anàlisi de les qualitats dels jugadors d'alt nivell

Autor: Michel Gadat
Director Tècnic Nacional de la Fédération Française de Tennis de Table
Article extret del llibre "Entrenar per guanyar"
Traducció al català: Joan Arnau
Cedit per la seva publicació a
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula

Els atletes d'alt nivell saben aprendre ràpidament dels seus errors i trobar solucions eficaces si es reproduceix una situació idèntica.

Anticipació

Si busquem la referència en el diccionari petit Larousse, "anticipar-se és la capacitat de preveure, de suposar el que passarà i d'adaptar la conducta amb antelació".

Aquesta definició reflexa exactament el que senten els adversaris de J.O. WALDNER. "**Sap sempre on anirà la pilota, mentre que jo mai ho sé!**". Aquest comentari de Didier NURDIN després del seu excel·lent partit contra WALDI en els Internacionals de França de 1990 és una síntesi perfecte del problema WALDNER.

Un estudi de Christian VERONESE, Entrenador Nacional de França, ha demostrat clarament que els jugadors d'alt nivell utilitzen dos comportaments en el camp de l'anticipació, depenent de si la pilota que acaben de jugar està codificada de lenta o ràpida.

En el primer cas agafen informació sobre el comportament de l'adversari, en el segon no el tenen en compte i preparen el seu següent cop just després que l'anterior hagi sigut executat. De fet juguen amb probabilitats molt elevades d'obtenir el tipus de resposta esperada. En efecte, l'estudi mostra que prop del 80% de les pilotes tornen al lloc en el que han sigut colpejades. Aquest tant per cent és suficientment elevat per encadenar sistemàticament amb l'acció següent sense tenir en compte a l'adversari i descuidant en certa manera el 20% restant.

La dificultat en aquest camp rau en definir les "pilotes ràpides". La velocitat haurà de ser tant més elevada quan més alt sigui el nivell de l'adversari.

Un dels nostres objectius serà doncs, augmentar constantment el nivell de velocitat associant-lo sempre a una precisió de col·locació així com a un alt nivell d'èxit sense el qual no hi ha joc possible.

Anàlisi de les qualitats dels jugadors d'alt nivell

Autor: Michel Gadat
Director Tècnic Nacional de la Fédération Française de Tennis de Table
Article extret del llibre "Entrenar per guanyar"
Traducció al català: Joan Arnau
Cedit per la seva publicació a
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula

Velocitat

Aquest terme s'utilitza amb freqüència per qualificar diferents situacions. Diferenciaré tres tipus de velocitat sobre els quals haurem de treballar de manera específica:

- Agafar la pilota al bot ("bote pronto").
- Donar velocitat a la pilota.
- Desplaçar-se ràpid.

Tots els jugadors d'alt nivell posseeixen aquestes armes, l'única diferència és el seu estil de joc i, en conseqüència, el percentatge d'utilització.

Alguns poden pensar que WALDNER no és ràpid. Ara bé, rarament se l'enganxa o sorprèn. Hi ha dues explicacions a aquest fenomen: per una banda, posseeix excel·lents qualitats d'anticipació i, per altra, té el tipus de velocitat necessari per el tennis de taula.

Precisió

Vull parlar ací de la precisió de la col·locació de les pilotes sobre la taula.

Tinc el costum de dir que la diferència més gran entre els jugadors d'alt nivell i els altres, se situa en el fet que els primers juguen exclusivament sobre les línies mentre que els segons juguen per tot arreu excepte sobre les línies.

Per ser complet falta afegir, a la col·locació de la pilota, la seva direcció.

El xinès KONG LINGHUI, campió del món a TIANJIN, és la perfecte il·lustració de l'utilització de la mitja taula de l'adversari i, en particular, dels "petits costats".

Aquest tipus de col·locació augmenta considerablement els desplaçaments imposats a l'adversari al mateix temps que disminueix la qualitat del seu control, ja que és obligat sovint a jugar amb el braç ben estirat.

Anàlisi de les qualitats dels jugadors d'alt nivell

Autor: Michel Gadat
Director Tècnic Nacional de la Fédération Française de Tennis de Table
Article extret del llibre "Entrenar per guanyar"
Traducció al català: Joan Arnau
Cedit per la seva publicació a
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula

Concentració (associada a la calma)

És, de forma indiscutible, la qualitat sense la qual no hi ha grans campions.

Estar concentrat és tenir:

- Capacitat de centrar l'atenció sobre els elements pertinents de l'entorn, es a dir, abstraure's de tot el que sigui complementari.
- Capacitat de mantenir l'atenció durant tota la duració de la prova.

Estar calmat és tenir:

- Capacitat de controlar les emocions i administrar millor els moments crucials dels encontres.

En el tennis de taula la concentració te dos objectius:

- Observar i comprendre a l'adversari.

El tennis de taula és un joc d'oposició, un duel en el qual l'adversari és l'element principal.

Durant un partit, l'atenció ha d'estar centrada en l'adversari. Aquesta és la diferència més gran amb l'entrenament, que és una anada i vinguda entre un mateix i l'oponent.

- Trobar l'estat d'activació en el qual el jugador serà més efectiu.

Això varia en cada individu, per a alguns és perillós estar massa tranquil, per a altres ho és estar massa nerviós.

Damien ELOI és un exemple perfecte. Es deixava portar massa sovint pel seu temperament i sabia que la seva progressió estava directament unida a una millora en aquest camp. Això el va portar a vegades a caure en l'extrem oposat (massa calmat, sinònim per a ell de manca d'esperit de lluita) abans de trobar el punt mig que manté actualment en la majoria dels casos. La regularitat dels seus excel·lents resultats al llarg d'aquests anys està certament relacionada amb el millor coneixement del nivell d'activació necessari.

Anàlisi de les qualitats dels jugadors d'alt nivell

Autor: Michel Gadat
Director Tècnic Nacional de la Fédération Française de Tennis de Table
Article extret del llibre "Entrenar per guanyar"
Traducció al català: Joan Arnau
Cedit per la seva publicació a
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula

La concentració juga un paper tant més important quan més alt sigui el nivell d'estrès.

No podem referir-nos als campions sense posar atenció a la seva capacitat de prendre riscos en els moments més importants i, en particular, al final dels jocs.

Els que més podem destacar en aquest camp són, sens dubte, l'alemany Jörg ROSSKOPFF i Jean-Philippe GATIEN.

Encara recordo un dels enfrontaments en els Campionats d'Europa per equips a STUTGARTT. El partit va acabar amb un marcador de 29 – 27 en l'últim joc i tots els punts decisius a partir de 20 van ser punts guanyadors extraordinaris.

Aquest és un dels punts fonamentals que diferencia als campions dels altres.

Contra l'afirmació d'alguns que insisteixen en que això és innat, estic convençut que aquesta qualitat pot aprendre's i desenvolupar-se.

Molts entrenadors tenen tendència a recomanar l'estratègia "d'esperar i veure el que passa" al final dels jocs. Si bé aquesta estratègia pot verificar-se com a eficaç en els joves, no ho és en l'alt nivell ja que el percentatge d'errades disminueix a mesura que el nivell de joc augmenta.

Encara que arriscar-se pugui ser la causa de cometre certes errades, és certament una bona inversió per a futures victòries.

Aquesta actitud en situació d'estrès forma part dels comportaments positius habituals indispensables per guanyar en l'alt nivell.

Són fruit d'un aprenentatge que comença amb les primeres competicions. En efecte, les actituds d'un comportament es reforcen a mesura que l'experiència s'enriqueix i són cada vegada més difícils, quasi impossibles de modificar.

És per això que podem observar als mateixos jugadors fallar igual als 25 que als 15 anys, i als mateixos que segueixen guanyant els partits més compromesos.

Em sembla indispensable cridar particularment l'atenció sobre la necessitat d'adquirir bones aptituds molt aviat en la carrera d'un jugador i de no perjudicar

Anàlisi de les qualitats dels jugadors d'alt nivell

Autor: Michel Gadat
Director Tècnic Nacional de la Fédération Française de Tennis de Table
Article extret del llibre "Entrenar per guanyar"
Traducció al català: Joan Arnau
Cedit per la seva publicació a
Escola Catalana d'Entrenadors
Federació Catalana de Tennis de Taula

irremeiablement el seu potencial en l'edat adulta, la qual cosa constitueix el nostre objectiu prioritari.

Michel Gadat