

Reflexiones Generales sobre el Entrenamiento Infantil

Prof. Dr.
Herbert Hopf
Instituto de Ciencias del Deporte
Universidad de Göttingen
Alemania

Resumen: La ciencia del entrenamiento es una ciencia de la organización. Las múltiples demandas del deporte de rendimiento se condensan en los entrenadores del deporte infantil. El fundamento para la toma de decisiones en el entrenamiento infantil es el entorno vital del niño. Este modelo de la niñez tiene que definirlo cada cultura por sí misma. El entrenamiento y la competición infantil encuentran un paralelo con la formación escolar. El entrenamiento con niños es entrenamiento del aprender. La comunicación es un componente central del entrenamiento infantil exitoso. Los entrenadores necesitan una formación especial para el entrenamiento infantil.

Palabras clave: entrenamiento infantil, ciencia del entrenamiento, ciencia de la organización, entorno vital infantil, utilidad del entrenamiento infantil, comunicación, formación de entrenadores.

En la obtención del alto rendimiento deportivo hoy en día están implicados no solo el deportista y su entrenador, sino también médicos (ortopedistas, internistas), fisioterapeutas, psicólogos, manager y, algunas veces, también los patrocinadores contribuyen.

En la práctica deportiva solo lleva al éxito, lo que nosotros en la ciencia denominamos una conexión entre las diferentes disciplinas y que en la investigación moderna es corriente. Esta interdisciplinariedad se inició sobre todo en las ciencias naturales, cuando planteamientos y problemas complejos no podían ser suficientemente resueltos por una sola disciplina científica, se necesitó una ciencia vecina para obtener resultados. A veces una disciplina científica en sus propias diferenciaciones se desarrolló de todas maneras en la cercanía de una ciencia vecina. En las nuevas denominaciones como bioquímica, biofísica o química- biofísica es esto visible.

Una ciencia del entrenamiento, que prepara y acompaña teóricamente el éxito deportivo, a causa de la multiplicidad y variedad de los planteamientos no puede hoy ser exclusivamente ciencia de las metodologías para el mejoramiento de los

parámetros condicionales y coordinativos. Sabemos mientras tanto por ejemplo, en un nivel fisiológico, a través de ejercicios como obtener más fuerza o como aumentar la capacidad de resistencia. El hecho que un entrenamiento sólo de estos ámbitos fisiológicos no posibilita el suficiente éxito, lo conocemos a más tardar, cuando el deportista después de la derrota analiza la competencia: “no tenía la cabeza despejada...” o “fui muy débil mentalmente...” o “me faltó la actitud correcta” y se escuchan expresiones parecidas sobre déficits psicológicos.

Cuando consideramos todos los requisitos necesarios para el rendimiento deportivo y afirmamos que cada uno de los aspectos (biológicos, fisiológicos, médicos, psicológicos, etc.) están en interdependencia recíproca y que primero tienen que ser reunidos, para producir resultados óptimos, podemos sostener que *la ciencia del entrenamiento es una ciencia de la organización*.

Por supuesto que este paradigma es válido también para el entrenamiento infantil! Mientras en el deporte de alto rendimiento las demandas individuales son asumidas por especialistas como el entrenador especial, el fisioterapeuta, el psicólogo, el médico, etc. en el entrenamiento infantil el entrenador debe afrontar por sí sólo el entrenamiento. De esto se desprende que todos los aspectos especializados del entrenamiento de alto rendimiento tienen que reunirse, en el entrenamiento infantil, en la persona del entrenador o la entrenadora. Lógicamente estas exigencias tienen que adaptarse a las posibilidades del niño. El entrenador en el deporte infantil representa no la concentración de los requerimientos del deporte de alto rendimiento, sino los requerimientos necesarios específicos según la edad del niño.

En el entrenamiento infantil se añade además un aspecto, que en el entrenamiento con jóvenes mayores o adultos desempeña un papel secundario: la *competencia pedagógica* del entrenador. En el entrenamiento infantil nos encontramos en la intersección entre las ciencias naturales y las ciencias sociales, al entrenador se le demanda suficiente conocimiento de ambas. A menudo se escucha la expresión: “los mejores entrenadores tienen que ocuparse de los principiantes o del entrenamiento infantil”. Con esto se manifiesta que una unión entre los conocimientos en ciencias naturales y los conocimientos pedagógicos y sicosociales, además de experiencias es una *conditio sine qua non* y no puede estar presente en todos los entrenadores. Para un entrenador dedicarse al deporte infantil necesita un determinado talento – o una formación específica.

¿En qué se diferencia el entrenamiento infantil del entrenamiento con adultos?

1. El entorno vital infantil como punto de partida

La niñez es un invento de los nuevos tiempos. El rol social del niño es interpretado de forma muy diferente según la cultura. En los países industrializados y en las culturas modernas se conoce la “niñez” como un

determinado período de la vida desde hace aproximadamente 200 años. Cuando el hijo no tuvo que dedicarse obligatoriamente a la profesión del padre, cuando en la nascente industria se necesitaron trabajadores y se creó una formación – formación escolar, para prepararse y cualificarse para la nueva profesión, se “descubrió” al niño. En el transcurso de la historia se han desarrollado siempre distintas perspectivas de la niñez. En primer lugar, el niño era una fuerza de trabajo barata (sin acompañamiento pedagógico ni cuidado), más tarde se le tuvo, en la mitad del siglo 19, por un adulto pequeño, después vinieron fases en las que los niños fueron muy cuidados (“pedagogía de mimos”), en esta etapa histórica siguió por ejemplo en Alemania el Nacional Socialismo una fase de las exigencias marciales de los jóvenes. Con estos ejemplos queremos también decir, que la niñez es una etapa de la vida claramente delimitada y determinada por la *cultura*. Mis observaciones y los resultados de las investigaciones se relacionan con la niñez en sociedades industrializadas, que algunas veces también son llamadas sociedades “modernas”.

¿Cómo interpretamos la niñez en la actualidad?

Una selección de “etiquetas” de la literatura de la investigación de la niñez en el marco cultural alemán nos muestra una multitud de interpretaciones.

Se dice:

Niñez-airbag: y se refiere a una amplia seguridad a través de buenas condiciones socioeconómicas.

Niñez informada: y se refiere al acceso a informaciones que antes estaban reservadas a los adultos.

Niñez incierta: y se refiere a inseguridad respecto a perspectivas de futuro sociales, culturales, económicas y ecológicas.

Niñez consumista: y se refiere a la pérdida de creatividad a favor del consumismo pasivo

Niñez mediática: y se refiere a la función socializante de los medios de comunicación en relación con particularidades llamativas del comportamiento.

Niñez sin sentidos: y se refiere a que el consumo de medios de comunicación disminuye la actividad propia además, reduce las percepciones y experiencias de movimiento elementales.

Niñez escolar: y se refiere a que la escuela cada vez más deficiente tiene que compensar.

Niñez familiar: y se refiere a los cambios en la estructura familiar que pueden llevar a problemáticas emocionales, psicosociales y/o económicas.

Niñez permisiva: y se refiere a los cambios en los estilos educativos y normas.

En la mayoría se comprende con claridad que los problemas de la sociedad se proyectan en la niñez.

¿Pero cómo interpretamos nosotros la niñez en el deporte?

En la actualidad es generalmente aceptado que los niños se deben preparar para ser a tiempo cualificados y responsables para responder a las exigencias del mundo adulto, especialmente las del mundo del trabajo. ¿Qué pueden el deporte y el entrenamiento deportivo aportar para compensar a tiempo los déficits, tratar con los riesgos y utilizar el tiempo de la niñez y la juventud?

Aquí encontramos muchos paralelos con la formación escolar.

En el deporte y el entrenamiento deportivo se pueden reflejar algunas de las estructuras del mundo adulto; sin embargo, debe ser un deporte libre de conflictos, sin consecuencias y lúdico. Tales estructuras son, por ejemplo, orientación hacia objetivos propuestos, acción sistemática y principalmente igualdad de oportunidades.

Cuando nosotros decimos, que las estructuras del entrenamiento infantil y el mundo adulto (entrenamiento adulto) son iguales o muy semejantes, subrayamos también claramente las diferencias, para evitar malentendidos.

El deporte infantil y con esto el entrenamiento infantil es una consecuencia del deporte de alto rendimiento. Normalmente se producen los mejores rendimientos deportivos en la tercera década de la vida. Estos rendimientos son tan exigentes que para lograrlos es necesaria una preparación de largos años. Entre 15 y 20 años es el promedio de preparación necesario para un rendimiento deportivo. Esto hace inevitable que se inicie el entrenamiento en los años de la niñez (la cual, según los sociólogos, va hasta los 12/13 años de edad). Los deportistas de élite - cuando se les pregunta por sus inicios - expresan casi sin excepción que conocieron su deporte a los 5 ó 6 años. Indagaciones también han informado que los deportistas que se inician más tarde en el deporte de rendimiento, y que han practicado antes otros deportes, también pueden ser exitosos.

El conflicto entre quienes quieren reconocer un mundo propio de los niños y los que quieren proteger lo más posible de las "durezas de la vida diaria" y consideran al entrenamiento deportivo como niñez pérdida o determinada por agentes externos y quienes que lo consideran como una preparación sistemática hacia un rendimiento futuro, como una formación del comportamiento orientado hacia una meta, como un fortalecimiento del auto valor o como una profilaxis necesario para la salud, aún se presenta y se expone desde puntos de vista contrarios.

La discusión es conducida desde ambos bandos en la mayoría de las veces desde posiciones ideológicas.

Por suerte tenemos un calificado estudio a largo plazo, el cual ha investigado científicamente una serie de aspectos de los niños en el deporte de alto rendimiento que se han mencionado aquí¹. En el estudio de 10 años fueron, entre otros, comparados jóvenes deportistas de élite en los deportes de gimnasia artística, patinaje artístico sobre hielo, natación y gimnasia artística con músicos de alto rendimiento de la misma edad. Tanto los deportistas como los músicos reportaron estar sometidos a un entrenamiento intensivo, el cual desemboca en una competencia para los unos o en un concierto para los otros. En primer lugar, llama la atención que los músicos de alto rendimiento en la etapa infantil son aceptados socialmente, se les presentan verdaderos honores, son admirados y permanecen sin ser molestados, mientras los deportistas de alto rendimiento en la etapa infantil son seguidos con un claro escepticismo. También llama la atención que el rendimiento escolar, el cual se teme por muchos que disminuya debido al alto consumo de tiempo del entrenamiento o la preparación, no es en el grupo de investigación (deportistas y músicos) diferente en comparación con el grupo control (niños que no practican deporte de rendimiento). Llama también la atención que niños y jóvenes de alto rendimiento deportivo organizan bien y efectivamente sus rutinas diarias y actividades cotidianas (en la escuela, en la casa de los padres, en su deporte). Esto se puede considerar en todo caso como claramente positivo en comparación con niños que no practican el deporte, los cuales pasan muchas horas frente a la televisión o con juegos de computador.

La discusión pública sobre el deporte infantil – entrenamiento infantil – rendimiento deportivo infantil ha motivado a los responsables de las políticas a la formulación de principios². La ciencia ha trabajado en múltiples publicaciones las posiciones contrarias y se han llevado a cabo simposios y congresos³ sobre la temática que, como en el largo estudio de Kaminski, llegan al resultado de que el deporte infantil de rendimiento no es tan peligroso y digno de rechazo, como sus contrarios lo presentan y que, sin embargo, tampoco puede ser practicado sin mucha reflexión como muchos defensores reclaman.

Como principios son validos:

Con respecto a los niños, se tiene que estar seguro que el deporte de rendimiento y entrenamiento infantil no los perjudique o influya en ellos negativamente.

Con respecto a los padres, se tiene que estar seguro que el deporte de rendimiento y entrenamiento infantil no este en contra del bienestar de los niños.

Con respecto a los entrenadores, tienen que ser expuestas las orientaciones, sus vínculos y lineamientos.

¹ Kaminski / Mayer / Ruoff: Kinder und Jugendliche im Hochleistungssport.

² Grundsatzklärung des Deutschen Sportbundes: Kinder im Leistungssport.

³ Hopf, H. /Hommel H.: Kinder in der Leichtathletik.

En total se puede afirmar que, como para todas las otras instituciones formativas y educativas, también para el deporte y entrenamiento infantil se requiere normas fijadas socialmente.

1. ¿Qué utilidad tiene el entrenamiento deportivo para el niño?

La ciencia responsable de los niños es la pedagogía. La pedagogía y el deporte de rendimiento tienen a primera vista pocos puntos de contacto. Parece ser que las recomendaciones que la pedagogía hace para el deporte de rendimiento fueran desatendidas, se le imponen al niño altas cargas mentales y morales que demandan mucho tiempo. Existe un amplio consenso de que los niños no deben practicar deporte de forma igual al los jóvenes mayores y adultos y que un deporte en el que no se atiende

a los posibles efectos dañinos del rendimiento se debe rechazar. El desarrollo corporal, mental y moral de niño a joven muestra graves diferencias. En consecuencia tienen que reconocer las diferentes formas de carga (corporales, mentales y morales) también en entrenamiento y competencia.

Por lo tanto nosotros preferimos hablar de *deporte de competencia adecuado a los niños en vez de deporte de rendimiento*.

La competencia es una faceta del comportamiento de los niños. En muchas situaciones de la vida diaria, de la vida escolar y finalmente también en la enseñanza del deporte (sobre todo en la escuela básica) encontramos la rivalidad, la comparación con los otros y al mismo tiempo la cooperación.

El entrenamiento infantil y la vida escolar se diferencian sólo gradualmente. En ambas situaciones se fijan metas, que deben ser logradas por personal profesional a través de la utilización de métodos adecuados. En determinadas etapas también se comprueba si las metas en efecto se cumplen, en ellas tienen lugar pruebas y competencias respectivamente.

La escuela tiene para el desarrollo y formación infantil un decisivo significado. Para la formación escolar se encuentran multitud de resultados de investigación de los que también se pueden extraer conclusiones para el entrenamiento infantil.

La psicología del desarrollo⁴ ha comprobado reiteradamente que una exitosa socialización escolar puede aumentar las oportunidades de éxito profesionales. Así que el trabajo escolar y profesional se comparan con el resultado de, por ejemplo:

⁴ Oerter, R. / Montada L. (Ed.): Entwicklungspsychologie. p. 249-309

Determinación del tiempo, esto es, el cumplimiento de tareas escolares, los procesos de aprendizaje, los controles del rendimiento requieren que se fije un marco de tiempo límite en la escuela y en el trabajo.

Efectividad, los encargos tienen que ser en todo momento ser llevados a cabo lo mejor posible.

Motivación, el deseo voluntario de un rendimiento duradero es imprescindible para cualquier logro.

Todas estas exigencias elegidas son más fáciles de superar mientras mejor sea aceptado el niño por la sociedad escolar. Aquí podemos concluir que el niño que entrena un deporte a) tiene que superar obligatoriamente las exigencias arriba mencionadas, para poder aprobar en el deporte y entrenamiento infantil y b) el niño deportista en el grupo de semejantes (pares) cumple un papel de líder y no actúa de forma esquiva y reservada.

Podemos aclarar esta visión positiva a través de la auto imagen y la auto determinación que los niños deportistas muestran.

“Antes del ingreso a la escuela contribuye ya la auto imagen del niño, a través de la propia capacidad de rendimiento, de la concientización, al ejercicio del control y de la alegría, al éxito”. (Oerter / Montada, p. 292). La importancia que tiene una positiva auto imagen, o auto concepto, la cual es elaborada hasta el final de la pubertad, para el desarrollo de la personalidad del joven es reconocida por todos. Esta auto imagen cambia en el transcurso del desarrollo. Al principio de la etapa escolar (que igualmente puede ser el momento para el inicio del entrenamiento deportivo) el niño puede diferenciar entre grados de dificultad y eficiencia personal, puede sentar buenas bases y puede más o menos valorar su capacidad de forma realista, mas tarde la auto imagen cambia hacia una orientación general hacia los compañeros y grupo.

La autovaloración obedece inevitablemente al nivel del grupo y con esto también a los rendimientos de los escolares o respectivamente deportistas.

La interacción con niños de la misma edad desarrolla la competencia social.

La interacción con semejantes es - en comparación con los adultos - fuertemente simétrica, esto significa, que se elabora una comprensión por la igualdad y justicia, lo que contribuye esencialmente a la auto imagen. El deporte es un campo de experiencias, en el que a través de un mecanismo reconocido se construye principalmente de igualdad de oportunidades. El concepto de la competencia social comprende varios rendimientos individuales y destrezas como, por ejemplo, cognición social, desarrollo del comportamiento pro social, desarrollo de amistades así como desarrollo de la competitividad y la cooperación.

Todos los fenómenos hasta hora tratados se ubican en primer plano en lo que a la escuela se refiere. De igual forma aparecen en el deporte y entrenamiento infantil. El entrenamiento infantil es sólo una situación concentrada de la actuación

pedagógica. El horizonte de objetivos se limita finalmente a un rendimiento deportivo (motor) particular. Los rendimientos deportivos deseados, sin embargo, sólo se pueden alcanzar sobre una amplia fundamentación de características de la personalidad, capacidades y destrezas, similares a las que son responsables del rendimiento escolar y de otros rendimientos.

Aquí podemos afirmar que el deporte y entrenamiento infantil se legitiman a través de un encargo de toda la sociedad. La sociedad tiene que tener un interés en abrir a los jóvenes otros ámbitos de experiencias (ámbitos de entrenamiento) paralelos a, evidentemente, la formación escolar. Este puede ser un ámbito cultural-musical, un ámbito de actuación social o un ámbito de entrenamiento deportivo. El último encuentra entre los jóvenes actuales gran aceptación.

El individuo infantil en el entrenamiento deportivo y en la competencia en comparación al “entrenamiento escolar” obtiene una experiencia muy especial:

Éxito y fracaso en la práctica del entrenamiento deportivo y el triunfo y la derrota en la competencia deportiva a menudo yacen uno cerca del otro. Las frustraciones se presentan frecuentemente y predisponen al niño para el aprendizaje de estrategias para su superación. Facilitan el tratamiento del fracaso, el cual comparativamente con el escolar, no tiene tantas consecuencias ni tanto dramatismo como el fracaso en el rendimiento escolar.

La relación entre esfuerzo y éxito es experimentada precisamente en el entrenamiento y más claramente en la competencia.

La solución de conflictos sociales es, por cierto, facilitada a través de reglas acordadas; por lo tanto una disputa en el deporte es, comparativamente, “irrelevante” y fácilmente solucionable.

Hasta ahora hemos resaltado sólo aspectos pedagógicos y psicosociales como positivos del entrenamiento deportivo. Hemos partido de que hay un gran paralelo entre la educación y formación escolar y la educación y formación deportiva.

No nos hemos ocupado en lo absoluto de la utilidad para la salud física del niño. Cuando precisamente este aspecto se cuestiona algunas veces, se tiene que poder afirmar que un entrenamiento responsable sobre todo las cosas evita sobrecargas y daños, fomenta el desarrollo corporal y el bienestar, contrarresta (en países industrializados) la creciente carencia de movimiento y se preocupa por una alimentación saludable.

La lista de efectos físicos y fisiológicos positivos se puede proseguir.

Hasta hora hemos fijado la atención en el niño en el contexto social y afirmado que el entrenamiento infantil no exige ninguna situación social extraordinaria, que incluso en el entrenamiento deportivo se efectúa una socialización infantil efectiva, ahora dirigimos nuestra atención al individuo.

2. El Entrenamiento Infantil es Aprendizaje

Justo la etapa de la niñez es predestinado para el aprendizaje.

El aprendizaje en el deporte significa el aprendizaje de nuevos movimientos, aprendizaje de nuevas especialidades deportivas. Trasladado al lenguaje de un área de la ciencia del entrenamiento se habla de: la optimización de los procesos de adaptación y sus condiciones. Con tal definición nos encontramos en un punto de vista reduccionista en el área de un concepto de entrenamiento orientado biológicamente.

Aparte:

El organismo infantil no está adecuado para, por ejemplo, el desarrollo de capacidades específicas de fuerza y resistencia. Casi en todas las especialidades deportivas la fuerza intensa de aceleración y la fuerza de parada son características limitantes del rendimiento. Por esta razón es la fuerza – o el entrenamiento intensivo de resistencia - la variable crítica en el entrenamiento deportivo de niños. Aquí pueden ocurrir daños irreparables para la salud debido a su mal empleo. En lugar de un entrenamiento de fuerza (en el sentido negativo como movilización de pesos) se trata de un fortalecimiento, en donde la carga sea sólo el propio cuerpo o pesos pequeños por ejemplo “un balón medicinal”. Junto al fortalecimiento se debe considerar sobre todo el fortalecimiento del tronco, pues en este tienen la mayoría de músculos su punto de partida y con un tronco no fortalecido se pueden ocasionar daños a la salud (sobre todo en la columna vertebral). En cuanto al planteamiento de los parámetros condicionales del entrenamiento es claro que el niño no puede ser un adulto pequeño en el sentido de “...una carga un poco reducida” o “...no tanto como” o “...sólo un poco más cuidadoso”.

Nuestro concepto del entrenamiento esta orientado pedagógicamente y quiere por lo tanto expresar que éste afecta al joven en su totalidad y que el entrenamiento deportivo en la niñez tiene que contribuir a la *formación de la personalidad*.

Sí la afirmación es correcta, en la edad de 9 a 12 años la llamada fase sensible facilita el aprendizaje del movimiento, en todo caso el aprendizaje tardío es posible sólo que más difícil, entonces esta etapa tiene que ser utilizada. Aquí se requiere que cada especialidad deportiva aclare cuales requerimientos básicos son imprescindibles y se pueden exigir y obtener en los niños. No es de ayuda analizar los típicos modelos técnicos ideales de deportistas de nivel de rendimiento internacional y éstos con menos exigencias declarar como adecuados para los niños. En muchos casos las demandas coordinativas de las técnicas deportivas son muy altas. Se puede notar que las dificultades técnicas al principio producen muchos fracasos, se originan frustraciones y el niño, que necesita al principio un éxito rápido para mantener su motivación, pierde las ganas y se retira. El fracaso y el conflicto con el entrenador (como una investigación comprobó y que nosotros retomamos más adelante con la palabra de “comunicación”) son las causas más frecuentes para el fin del entrenamiento infantil y juvenil.

En la literatura metodológica actual encontramos multitud de ejemplos de ejercicios para el aprendizaje de las técnicas deportivas en el estadio inicial.

Nosotros hemos afirmado que las técnicas deportivas son por principio difíciles de aprender, nos tenemos que concentrar, particularmente en el entrenamiento infantil, en las condiciones fundamentales del aprendizaje.

¿Qué entendemos por condiciones fundamentales del aprendizaje?

Nosotros favorecemos el modelo en el que el aprendizaje se basa en el procesamiento de informaciones. En éste la situación enseñanza-aprendizaje no es otra cosa que una comunicación recíproca entre entrenador y niño. El entrenador informa a través del lenguaje, gestos y mímica, imágenes, videos, etc. el niño “informa” al entrenador a través del movimiento, a través de expresiones verbales y también a través de gestos y mímica.

La optimización de un proceso de entrenamiento se equipara a la optimización de esta comunicación.

La comunicación es exitosa sólo cuando la atención, la concentración, la percepción, el pensamiento y la motivación del niño son bien formadas por el entrenador. De ahí sigue que también tiene que haber un “entrenamiento” de estas condiciones, para posibilitar la optimización del aprendizaje de movimientos.

Junto al hasta ahora tratado *nivel de instrucción de la comunicación* es, justo para los niños, importante también el *nivel de interacción de la comunicación*.

Las informaciones están siempre acompañadas de emociones (por ejemplo, alegría, frustración, vergüenza, ira, orgullo).

En el “modelo de las 4 oídos”⁵ vemos como puede ser de variada la comunicación.

Un ejemplo:

El entrenador dice al niño: “tu último paso fue otra vez muy largo;”

El niño escucha con el primer oído: el paso no fue correcto, no he correspondido a la tarea.

El niño escucha con el segundo oído: me debo esforzar para hacer el paso mas corto la próxima vez. El niño escucha también una llamada interna, pero este no es de hecho expresado.

El niño escucha con el tercer oído y se pregunta: por qué el entrenador dice eso y no otra cosa? Qué es lo que quiere decir? Qué clase de entrenador es el que dice estas cosas? Ha perdido el entrenador la paciencia?

El niño escucha con el cuarto oído: el entrenador está decepcionado de mi o el entrenador me considera tonto. El entrenador se enoja conmigo.

⁵ Schulz von Thun, F (2006).: Miteinander reden. Differentielle Psychologie der Kommunikation. S. 19 ff

De aquí resulta que una sencilla frase puede tener muchos efectos, que tienen que ser reflexionados por el entrenador para evitar producir un efecto no deseado.

En el modelo los oídos también tienen un nombre.

El primero se llama: “oído de instrucción”.

El segundo se llama: “oído de llamada interna”.

El tercero se llama: “oído de auto manifestación”.

El cuarto se llama: “oído de interacción”.

El proceso de comunicación directa entre entrenador y niño es sólo un medio.

En el contenido del proceso de comunicación subyacen también determinadas demandas. Así que la cantidad de información no debe sobrepasar la capacidad de recepción del niño, se debe considerar el tiempo que la información se conserva. En la práctica esto significa: frases cortas, aclaraciones limitadas, lenguaje ilustrado con metáforas apropiadas para los niños.

Fundamentalmente la información debe ser formulada de forma positiva; esto significa, que el entrenador no debe corregir en primer lugar los errores sino resaltar lo positivo. Esto promueve la motivación y fortalece la auto imagen del niño – condiciones para un aprendizaje exitoso.

Cuando mencionamos que el niño sólo puede estar atento durante corto tiempo y requiere de cambios, afirmamos que el aprendizaje en el entrenamiento infantil también en este punto no se diferencia fundamentalmente de otros tipos de aprendizaje.

Es sabido que los entrenadores tienen que ser sensibles al complejo papel que debes desempeñar en el entrenamiento infantil y necesitan una formación especial.

3. Los entrenadores de niños son entrenadores especiales

Como los maestros en la escuela básica disponen de determinadas capacidades y habilidades para enseñar a los niños por ejemplo las operaciones básicas con números y a leer y escribir así tienen que tener los entrenadores en el deporte infantil capacidades y habilidades especiales para transmitir a los niños las nociones básicas del deporte o de una especialidad deportiva. Como leer, escribir y dominar las operaciones básicas contamos también hoy en día en el deporte con las técnicas culturales que en la actualidad enriquecen al ser humano. Los maestros reciben una formación especial. Para el entrenador en el deporte infantil es igualmente *imprescindible una formación especial*, sino no tendrá lugar ni una “alfabetización” deportiva ni más tarde el correspondiente dominio del deporte.

Para esto hay que crear conceptos y planes de formación. En ellos tiene que estar claro que el entrenamiento se debe entender como una organización con perspectivas diferenciadas. Los entrenadores tienen que tener, además del saber pedagógico, también saber sobre las características que según la psicología del desarrollo en cada período de edad se posee, saber sobre las relaciones del desarrollo físico, psíquico y moral en esta etapa de la vida, saber sobre el aspecto saludable del deporte; ellos tienen que poder organizar el entrenamiento y la competencia y por supuesto, tienen que conocer muy bien su especialidad deportiva.

La experiencia muestra que algunos entrenadores no consideran positivo dedicarse al entrenamiento infantil y sólo en caso de emergencia permiten la intervención de un padre o madre de familia entusiasta. La Federación Deportiva Alemana ha ordenado contrarrestar este contradictorio enfoque en la formación de los entrenadores.

En el programa de de la Federación Olímpica Alemana se ubica al principio del nivel formativo la formación como entrenador de niños. Esto significa que también los entrenadores de la más alta categoría, por ejemplo los que entrenan deportistas de nivel internacional, alguna vez al principio de su formación, son también formados como entrenadores de niños.

Finalmente queremos señalar una cualidad que es típica del entrenador de niños y que exige de él un exigente enfoque ético. Cuando un niño como joven y adulto se desarrolla y obtiene éxito en el deporte, se tiene que cambiar a un entrenador de las “categorías altas”. Con esto le queda poco o ningún reflejo a los entrenadores de las primeras horas, cuando el éxito en la primera plana de la publicidad se celebra. Entrenadores con poco sentido de responsabilidad exigen por lo tanto, apenas en la niñez, todo de sus atletas cuando creen haber descubierto un talento, para capturar algo de fama y honor. Por otra parte hemos ya comprobado⁶ que el llamado diagnóstico de talento en la niñez se debe considerar con gran escepticismo. Se trata no solo de un diagnóstico para un período de tiempo extremadamente prolongado, lleno de inseguridades, sino también del peligro de cargas prematuras y unilaterales a través de altas normas de entrenamiento y sus correspondientes competencias.

Los entrenadores con sentido de responsabilidad dejan madurar al niño lentamente y se atienen al principio pedagógico: “Decidir a la luz del niño y a la luz de su futuro”.

Entrenadores que acompañan a los jóvenes de forma cuidadosa, atenta, amorosa y considerada que consuelan en la derrota y acompañan la alegría por los pequeños triunfos, probablemente no son conocidos y comparten el destino de los entrenadores, como por ejemplo señor Albrechtsberger cuyo púpilo llegó a ser uno de los hombres de más alto rendimiento en nuestra cultura. Quien haya leído mi

⁶ Hopf, H. (1999): El Talento Deportivo. Un análisis Crítico

artículo “El dilema del entrenador” en la revista del Instituto de Educación Física y Deporte de la Universidad de Antioquia “Educación Física y Deporte” (2000), Vol. 21, conoce ya al señor Albrechtsberger⁷.

Bibliografía:

Libros:

BRETTSCHEIDER, W.D./ BAUR, J./ BRAUTIGAM, M. (Ed.) (1989): *Bewegungswelt von Kindern und Jugendlichen*. Schorndorf
DAUGS, R./ EMRICH, E./ IGEL, C. (Ed.) (1998): *Kinder und Jugendliche im Leistungssport*. Schorndorf. Schriftenreihe des Bundesinstituts für Sportwissenschaft, Band 95
DEUTSCHEN SPORTBUND (1983) Grundsatzerklärung: *Kinder im Leistungssport*. Frankfurt
FÖLLING – ALBERS, M. (1998) *Kindheit im Prozess der Modernisierung und Individualisierung*. In: HOPF, H. / HOMMEL, H. (1998) *Kinder in der Leichtathletik*. Darmstadt. P. 15 - 29
HOPF, H. / HOMMEL H. (1998): *Kinder in der Leichtathletik*. Darmstadt
KAMINSKI / MAYER / RUOFF (1984): *Kinder und Jugendliche im Hochleistungssport*. Schorndorf
MARTIN, D, et al. (1999):. *Handbuch Kinder- und Jugendtraining*. Schorndorf
OERTER, R. / MONTADA L. (Ed.) (1998⁴): *Entwicklungspsychologie*. Weinheim
SCHULZ VON THUN, F. (2006²⁶): *Miteinander reden. Differentielle Psychologie der Kommunikation*. Hamburg
WEINECK, J. (2004¹⁴): *Optimales Training: leistungsphysiologisches Trainingslehre unter besonderer Berücksichtigung des Kinder- und Jugendtrainings*. Balingen

Revistas:

HAFFNER, S. (2006): „Medaillenaspiranten: früh trainieren oder spät beginnen“. *DSB-Jahresmagazin*. Langen. Hft. 2005/06, p. 22-23.
HANELT, H. / MERGNES, H.-J. (2003): „Psychologisch orientiertes Kindertraining“. *ZF. Miteinander lernen, forschen, spielen, Zukunftsperspektiven für Tennis*. Hamburg. P. 147 – 154. Schriftenreihe DVS, Band 131
HOPF, H. (2002): „¿Necesitan los Niños el Deporte?“ *Educación Física*. N° 258, LXXIII, Chile, p. 5 – 8
HOPF, H.(2000): “El dilema del entrenador”. *Educación Física y Deporte*, Vol. 21, Colombia, p. 5 - 13

⁷ Dicho sea de paso: el señor Albrechtsberger era el maestro (“entrenador”) del joven músico famoso Ludwig van Beethoven

HOPF, H. (2000): "El Entrenamiento de la Táctica considerando la Niñez". *Educación Física*. No. 253, LXXII, Chile, p. 4 – 11

HOPF, H. (1999): „El Talento Deportivo. Un Análisis crítico". *Educación Física*. N°.248, LXX, Chile, p.3 – 9

MARTIN, D./ NICOLAUS, J.(1997): "Die sportliche Leistungsfähigkeit von Kindern und Folgerungen für das Kindertraining", *Leistungssport*, 27 (5), p. 53 - 59