

CRÓNICAS DEPORTIVAS Y HUMANAS 1973-2026 (44º)

*Artículos publicados en diferentes medios de comunicación o no, que gentilmente nos envió
nuestro amigo José López*

ENTRENAMIENTO COMO DIVERSIÓN

(El Municipio 01/03/1989 San Javier. Murcia)

La diversión a través del ejercicio físico es algo que se encuentra de moda. Mucha gente participa en actividades dirigidas o de recreación al objeto de satisfacer sus necesidades básicas de movimiento. Si hace tiempo, quizás en nuestra niñez, se vio favorecido por el entorno, hoy en día creo que todo el mundo tiene muy claro esa necesidad y la búsqueda de instalaciones adecuadas para lograr ese mínimo de actuación. De ahí la proliferación y la exigencia cuando ésta no se produce (falta de zonas verdes, campos deportivos, etc.).

En ocasiones se centra mucho el tema sobre la instalación y se afirma que porqué no hay esa ubicación, no se puede realizar nada. Y basándose en esa excusa, se observan planteamientos que son un tanto enclenques, ya que carecen de argumentos para su defensa.

Para lograr el placer de entrenar, el divertirse con el ejercicio físico, se requiere que exista lo principal: un profesor-educador de forma que estos se lo pasen bien y se ilusionen con la tarea que realizan. A la vez, lógicamente, se requiere la participación de la familia en esta tarea. Pequeñas observaciones del profesor educador pueden suponer enfoques más eficaces en el rendimiento de los alumnos. En este ámbito tiene muchísima importancia el orden de prioridades. Una persona que sirve de modelo a sus alumnos debe tener muy en cuenta esta faceta del orden de prioridades.

Es muy importante el enfoque del orden prioritario de objetivos, y que de esa forma consigamos que posteriormente ese proceso no se desmorone ante cualquier acontecimiento. Por ejemplo, si un alumno no duerme el tiempo preciso, resulta que posteriormente el entrenamiento o clase se verá afectada, igualmente perderá concentración por lo que rendirá menos en los estudios, crecerá en irascibilidad...Y lo más probable es que el desenlace sea que los padres aparten a su hijo de la actividad porque piensen que el deporte les quita tiempo de estudio. Otro posible final es que el alumno pierda la ilusión por el ejercicio. En la raíz de este problema hay algo más: ¿por qué ese alumno duerme poco? Me encontré una vez el caso de un alumno que tenía ese problema. Investigando caímos en la cuenta que mientras estudiaba veía la televisión. El resultado era que no se concentraba y necesitaba más horas de estudio y por consiguiente dormía poco. Tras informar a los padres, estos pusieron a su hijo una mesa en la habitación en la que dormía (apartada de la televisión). De esa forma se cerraba un problema que empezó en una clase tras observarle la cara: ¿cuánto tiempo has dormido hoy? Seis horas. ¿Entrenaste ayer? Sí. Eran dos respuestas que traslucían algo raro.

Es preciso enseñar a los alumnos a divertirse en las clases con juegos, ejercicios motivantes, planteamientos variados, etc. Pero mucho más importante, más profundo y más serio, es que consigamos que nuestros alumnos se den cuenta del orden de prioridades.

Cuando los objetivos complementarios se colocan como principales se está incurriendo en un "delito educativo" ya que se falsea la información-formación precisa a los alumnos. La respuesta del alumno con falta de datos es lógica y de esa forma será difícil resolver su problema.

Divirtámonos con el ejercicio físico; pero ante todo, sepamos para que sirve, porque sino "mala marcha" llevarán nuestros alumnos cuando no se conoce el rumbo de los educadores...

El alumno antes citado, una vez subsanada esa vía de agua (a la semana de detectarse el problema -¡qué importante es la urgencia en temas educativos!) acudió a clase y estas fueron sus primeras palabras: ¡hoy me encuentro a cien! ¡Qué hacemos!