

La formació esportiva sempre va relacionada amb la consecució d'una sèrie d'etapes que els esportistes han de passar, per a poder programar el treball amb temps suficient, de manera progressiva i **coherent**, sense tenir presses, i evitant que ens saltem passos i graons necessaris en l'educació des jugadors

Si bé les etapes de formació solen estar ben estructurades a partir d'una edat avançada, hi ha poc estudis que les expliquin en el període de iniciació tot i ser el període més transcendental.

Gimenez , Abad y Robles (2010) a : El proceso de formación del jugador durante la etapa de iniciación deportiva. *Apunts. Educación Física y Deportes*, N.º 99, fan un recull de 30 articles publicats en les principals revistes nacionals sobre la formació de l'esportista i la classificació per edats dels últims 30 anys.

Les conclusions que es repeteixen en els estudis és que la formació s'ha de basar en una educació polivalent multilateral i integral, de manera que desenvolupem tots els àmbits de la persona: motor, social, afectiu i cognitiu, amb un ús profund de la didàctica i la pedagogia cuidant elements tals com: el material, les regles, l'espai, el temps, els adversaris i els companys.

Esmentarem a continuació algunes de les característiques psicològiques dels nois i noies en aquestes etapes de iniciació, que expliquen aquest necessari procés de formació esportiva previ a l'etapa competitiva:

1. La franja de benjamí s'ha d'entendre exclusivament com a **preparació per l'esport** a partir del joc i la diversió, a partir d'aquests dos estats podrem aconseguir un desenvolupament més progressiu i pedagògic que des de l'ansietat competitiva i la por de perdre.
2. La seva baixa capacitat de **concentració** va acord a treballar en objectius immediats del joc i no pas a mantenir l'atenció en tot un partit de competició.
3. És l'etapa ideal per a usar l'esport com a font de treball de **valors i hàbits higiènics**, pel que la competició pot distreure'ns de l'objectiu principal i fer perdre el valor educatiu que l'esport pot tenir en aquestes edats
4. Tenir pressa cremant etapes formatives per competitives no els farà més bons jugadors, a llarg termini. Tampoc són certs mites com que fer-los patir de petits els farà **més forts de cap**, ans el contrari. Cenyir-nos a les fases formatives pre-competitives no és tenir una actitud protectora és ser **responsable** dels nostres rols com a precursors de l'esport.
5. L'inici de la competició en edats prematures potencia el **sedentarisme** juvenil per "burn-out" (cremar-se de la competició); a partir d'una mala interpretació de la competició com quelcom ansiògen (que provoca ansietat o angoixa), per al que optaran per alternatives quan puguin decidir les seves activitats d'oci.
6. En edat benjamí la persona és molt fràgil emocionalment, de manera que les experiències desagradables en competició es poden transferir cap a una percepció de incapacitat que pot influenciar en el seu **autoconcepte i autoestima**.
7. La formació esportiva ha de rebutjar plantejaments tradicionals en que es relaciona la pràctica esportiva com a procés per arribar a l'objectiu de **l'alt rendiment** i evitar la competició és un bon missatge coherent per als participants i el seu entorn immediat dels objectius educatius que realment tenen la pràctica de l'esport.

8. De per si els nens i nenes en aquestes franges d'edat son molt **egocèntrics, egoistes i híper-competitius**, per el que només fa falta que augmentem la dosis de pressió entre ells, el que provoca que els hi costi cooperar amb els altres i amb un ambient de pressió competitiva les relacions entre iguals difícilment seran constructives com ho podrien ser en un entorn més relaxat.
9. Les especificitats del pàdel, on ens trobem **pares** separats simplement per una paret transparent a pocs metres dels seus fills i filles que estan competint, amb contacte visual constant ja que els nens i nenes necessiten reconeixement extern permanent, resulta molt més intrusiu que un esport on els elements arquitectònics, (grades, amplades) mantinguin els pares més allunyats. Motiu pel que cal prendre mesures extres per evitar ambients hostils no educatius i facilitadors de l'aprenentatge, ni integradors del benestar dels jugadors.
10. Fins els 12 anys l'aprenentatge és més intuïtiu per repeticions, que no pas per anàlisi racional del que s'està fent, ens desenvolupem des de l'assaig-error. Ja els costa prou **acceptar l'error i la derrota** com per dificultar-ho més introduint la por a fallar o a quedar eliminat, quan l'error i atrevir-se a provar coses noves són la clau de l'aprenentatge.
11. Sabem que desenvolupar-se de forma motriu a partir de la pràctica de **multi-esport** i si pot ser combinar esports individuals i col·lectius és més eficaç a tots nivells que l'especialització esportiva que es produeix per l'exigència competitiva de voler guanyar sumar punts...
12. Amb l'excés de normes i regles limitem la **capacitat creativa d'aprenentatge** i de desenvolupament natural d'aquestes edats, que no es regeix per normes, límits, regles i puntuacions, sinó per descobriment espontani, no són adults en miniatura.
13. Evitar la competició en edats formatives ajuda a frenar la incessant **comercialització** que s'està produint en aquest esport, on podem veure amb facilitat nens de menys de 12 anys patrocinats. Sabent que, a més comercialització, menys grau educatiu adquireix l'esport.
14. Evita que els resultats **desigualats** donats en aquestes edats per les grans diferències de físic o d'habilitats, tinguin menys importància que el fet d'haver jugat en si mateix.

Competim per aprendre, no per a guanyar. La competició en aquestes edats és un entrenament més.

...són nens i nenes amb necessitats molt diferents als adults.

Oriol Mercader
Psicòleg (núm col.17045)