

NOTAS PRIMER SEMESTRE

Finalizado el Cto. de España infantil hemos puesto punto final a las competiciones de referencia para nuestra natación de edades en esta primera parte de la temporada. Para algunos nadadores junior con objetivos internacionales, en breves días el Open de España pondrá punto y final definitivamente a este primer ciclo de competiciones de referencia, pero el grueso de nuestra natación ha finalizado este fin de semana.

Por ello es momento de poder calificación a nuestro trabajo, a nuestros programas y por supuesto a nuestros resultados. Como ya tengo una edad, he decidido hacerlo como se hacia en mi época de estudiante:

MATRICULA DE HONOR : Para la organización. De matricula el trabajo, la hospitalidad y el trato recibido en Pontevedra de: la Fundación Rías do Sur, de la Federación Gallega, del CN Galaico y de todas las instituciones Gallegas que intervinieron en el Cto de Jóvenes. La misma calificación de matricula merece la Federación Balear y todas las instituciones y personas de "les Illes", por su colaboración, trabajo, hospitalidad y trato. A todos ellos nuestra más sincero agradecimiento.

SOBRESALIENTE: Realmente hemos de sentirnos afortunados de poder disputar nuestros campeonatos nacionales por edades en sedes como las de Galicia y Palma que sin lugar duda son un privilegio para nuestro deporte. Como explicaba Luis Villanueva hace unos días, las condiciones en las que podemos celebrar nuestros campeonatos nacionales están al máximo nivel internacional. Instalaciones, hoteles, alimentación, transportes.. ponen a nuestro servicio unas condiciones prácticamente idóneas para que la competición se desarrolle para todos con máximas garantías de éxito.

NOTABLE: Para la participación tanto a nivel individual como de clubs, En Pontevedra 752 nadadores inscritos (373masculinos-379 femeninos) para un total de 176 Clubes, y en Palma de Mallorca 706 nadadores inscritos (415 chicos-202chicas) de 212 Clubes. Realmente nuestra natación, como os dije hace semanas, posee unos números que no solo hacen de él un deporte de arraigo en todo el territorio, sino que nos convierten ya en un deporte de alcance nacional. Números que nos garantizan el talento suficiente para poder trabajar y lograr el nivel internacional que nuestra natación merece.

BIEN: La valoración de los resultados conseguidos en ambas competiciones es buena. Probablemente en el momento que también los consigamos dentro de una competición internacional, su calificación será superior, ese deberá ser nuestro próximo objetivo. Por supuesto tenemos varias opciones a la hora de analizar estos resultados: el número de MMN, de records del campeonato, el nivel de los pódiums y finales,... todos indicativos de que estamos en progresión.

Pero como os planteaba hace unas semanas, creo que por lo que respecta al campeonato de Pontevedra (Pisc. 50mts), estos son algunos de los datos objetivos de nuestro análisis:

- .-Puntos en Nadadores Infantiles: 67 > 650 puntos Fina; 16 > 700 puntos Fina
- .-Puntos en Nadadores Juniors: 85 > 700 puntos Fina; 27 > 750 puntos Fina; 6 > 800 puntos Fina
- .-Puntos en Nadadores Jóvenes: 49 > 700 puntos Fina; 11 > 750 puntos Fina
- .-Mínimas Programa Esp-2016: 6
- .-Mínimas Euro junior: 13

A los que habéis cubierto vuestros objetivos, mi más sincera enhorabuena. A los que aun no, os animo a seguir trabajando para lograrlos. Solo con la continuidad en el trabajo de todos logremos a final de esta temporada que estos números se vean aumentados. En muchas ocasiones los resultados no se logran al primer intento. Hay que seguir en la pelea diaria; analizar, mejorar, recuperarse y volverlo a intentar. Solo esta continuidad en el esfuerzo y por la mejora de los programas nos harán lograr los objetivos planteados. No os rindáis en este intento, habrá más ocasiones, y seguro que entonces estaréis más preparados para aprovecharlas y lograr el éxito que buscáis.

SUFICIENTE: Para nuestro nivel técnico y de habilidades. Seguimos teniendo un nivel, como indica la nota, "suficiente". Por norma general nuestro nivel técnico: frecuencias, longitudes, subacuáticos, salidas, volteos.... es muy justo. Los resultados son ilusionantes, pero o mejoramos nuestro nivel medio a nivel de técnica de nado y/o habilidades, o estos resultados, basados únicamente en el mejora de parámetros físicos, tiene una clara "fecha de caducidad". Hay que conseguir que nuestros programas de entrenamiento sean exigentes, duros y que consigan la progresión necesaria de nuestros nadadores, pero eso también hay que lograrlo por medio de la mejora de la eficiencia y la eficacia.

La natación internacional es muy exigente en todos los aspectos, y al mismo tiempo que tenemos ya programas de entrenamiento en edades con la exigencia que demanda el nivel internacional, el conocimiento, el entrenamiento y el dominio de estos parámetros técnicos son los que nos permitirán poder luchar en las mismas condiciones que el resto.

INSUFICIENTE: Para nuestras rutinas de activación-recuperación, y para el excesivo número de "bajas y no presentados". Resulta poco justificable a nivel profesional y de preparación el que decidamos en el mismo momento de la competición que prueba debe nadar nuestro nadador. Si el reglamento permite la inscripción en 6 pruebas, es para usar esta herramienta en la preparación de nuestros jóvenes deportistas, para generar una versatilidad y una preparación imprescindibles en estas edades. Por ello situaciones como las vividas durante estos días respecto a las bajas en eliminatorias y finales no son positivas para la formación y educación de nuestros deportistas.

Pero si además esta situación se produce porque entramos en el juego de que sea el deportista el que decida que pruebas quiere nadar llegado el momento, sean individuales o de relevos, no solo estaremos perjudicando su formación, disciplina, y preparación para el futuro, sino también el respeto hacia nuestro estamento técnico y hacia los clubes.

Por lo que respecta a las rutinas mencionadas, debemos mejorar tanto las de calentamiento pero sobretodo la recuperación. De lamentable calificaría el espectáculo presenciado en la piscina de recuperación de Pontevedra. Hemos de conseguir la educación necesaria en nuestros deportistas para que el trabajo de recuperación y de calentamiento sea parte esencial de su preparación y de cualquier competición. Lo visto y vivido en Pontevedra dista mucho de la que debería ser, sobretodo, nuestro trabajo de recuperación durante una competición de la exigencia que tuvo el campeonato de jóvenes.

Afortunadamente, debo decir que en Palma, el respeto, la disciplina y el correcto uso que si hicimos de la piscina de recuperación, demuestra que si somos capaces de avanzar en una sola línea en ese sentido.

MUY DEFICIENTE: Para las celebraciones de victorias y las reacciones a las derrotas. Debemos educar a nuestros deportistas tanto para la victoria como para la derrota. Es igual de importante saber perder y aceptar la derrota, como saber ganar. Bajo mi punto de vista, demasiadas celebraciones de victorias desmesuradas. De todos es sabido que cualquier victoria lleva detrás un gran trabajo y cierta tensión, pero ni el lograr una mínima, ni una marca nacional, ni un título de campeón de España deberían provocar ciertas actitudes exageradas en la celebración. Sentirse excesivamente satisfecho con ello y complacerse de estos resultados es limitarse, y por ello es necesaria nuestra educación en la humildad, característica de todos los grandes equipos y grandes deportistas.

Lo mismo por lo que se refiere a las derrotas. A nadie la gusta perder, pero el aceptar la derrota, el analizarla y el sacar algo positivo de ella, también es parte de nuestra formación. Demasiados “enfados con las placas de cronometraje”, demasiadas “frases malsonantes”, demasiadas “actitudes despectivas”. La derrota es parte del deporte, y por ello también debemos educar a nuestros nadadores, en su aceptación, su reconocimiento y su superación

Como dice el argot educativo, “progresamos adecuadamente” en muchos aspectos. En otros nos sigue costando y por ello hemos de seguir exigiéndonos mucho. Las notas que queremos obtener a final de curso, queremos que sean unas grandes calificaciones a nivel internacional. Pero para ello hemos de insistir en mantener nuestro nivel en aquellas materias que dominamos, pero hemos de seguir trabando en la mejora de aquellas, que nos son más difíciles, pero cuyo resultado afectara de manera clara a un óptimo rendimiento global.

Un cordial saludo

Albert Tubella

Responsable Equipos inferiores natación Rfen