

Bellesa, perfecció i eficàcia

Avaluació de la tècnica i tàctica esportives
Jaume A. Mirallas, 2004

Introducció

El moviment esportiu metodològicament té una estructura psicomotora basada en la biomecànica de les accions esportives: *l'estructura cinètica del moviment esportiu*. Aquesta estructura configura un conjunt autònom de funcions, un sistema biomecànic. La composició del sistema biomecànic la formen els seus elements. Es poden diferenciar dos tipus d'elements, *bàsics* i *tècnics* o *tècnico-tàctics* (*tàctics*).

Els *elements bàsics* són *l'estabilitat* i *l'equilibri* (diferents tipus d'equilibri), omnipresents en qualsevol moviment dels éssers vius.

Els *elements tècnics* o *tècnico-tàctics* es defineixen com les parts essencials i imprescindibles de l'estructura de la tècnica esportiva (acció tècnica o tècnico-tàctica respectivament). A més, aquests *elements* poden classificar-se en *generals* i *específics*.

Els *generals* són comuns a totes les accions esportives (*posició, postura, contacte* i *desplaçament*) i els *específics* són variacions diferencials de la pròpia acció esportiva, segons cada esport (*presa, control, distància, impacte, caiguda*).

Cal recordar també que els *elements tècnics* o *tècnico-tàctics* es converteixen en *elements tàctics* en el moment que s'apliquen i s'adapten intel·ligentment en situacions d'oposició, en las que existeix una anticipació (pressa de decisions).

Metodologia

Així, doncs, per avaluar l'execució l'*acció esportiva*, en primer lloc, es determinaran quins són els seus *elements* i, en segon lloc, es puntuaran cadascun d'ells de l'1 al 5. Seguidament es farà la mitja (\bar{x}) de les puntuacions (n) donades i s'aplicarà a la següent fórmula per tal que la puntuació final sigui una nota (N) de 0 a 10.

$$(2,5 \cdot \bar{X}) - 2,5 = \text{Nota } (N)$$

Discussió

Aquesta avaluació de l'execució l'*acció esportiva* és òbviament subjectiva, però eficaç i funcional. La valoració que fa l'entrenador es basa en criteris empírics i científics, és clar, però utilitza conscient i/o inconscientment també criteris molt concrets: estètics, biomecànics i de rendiment. La seva visió personal de l'execució de l'acció esportiva, sobre tot en un entrenador d'experiència contrastada, es molt valuosa i no es pot deixar de banda. Per això, penso que una execució harmoniosa del ritme del moviment esportiu dóna una visió estètica i una impressió de perfecció plàstica, que compta en gran mesura a l'hora de fer aquesta valoració.

Doncs, si el cànon de bellesa en la història de la humanitat ha estat des de fa més de tres mil anys una relació entre la forma i una expressió matemàtica, el número ϕ , he gosat plantejar una relació entre el resultat (N) de l'avaluació de l'acció esportiva i una expressió matemàtica basada en el número ϕ .

$$\phi = \frac{1 + \sqrt{5}}{2} = 1,618033988 \dots$$

Però, com es pot establir aquesta relació? Tot seguit s'explica.

La idea fonamental és que, quan més s'acosti el resultat (N) de l'avaluació de l'execució de l'*acció esportiva* al número ϕ , més harmònica i perfecte resultarà ser.

Però, també es poden avaluar els *elements tècnics*, *tècnico-tàctics* i *tàctics* separatament. D'aquesta manera, s'obté un coneixement molt exacte d'on estan els errors, que distorsionen la impressió de bellesa i d'harmonia, i poder-los esmenar.

Com ja he comentat abans, aquesta metodologia d'avaluació consisteix en puntuar cadascun dels *elements tècnics*, *tècnico-tàctics* o *tàctics* de l'1 al 5. Doncs, ara es tracta de dividir la nota (N) entre 2 i el resultat (N') aplicar-ho en la fórmula del número ϕ de la següent manera:

En primer lloc, es divideix la nota (N) entre 2, $\frac{N}{2} = N'$

En segon lloc, es substitueix el valor "5" de la fórmula original pel resultat de la fórmula anterior N' ,

$$\frac{1 + \sqrt{N'}}{2} = 1, \dots$$

Quan aquest resultat més s'acosti al número ϕ (1,618033988...), es podrà afirmar que l'*acció esportiva* avaluada, té un millor nivell de perfecció tècnica o tàctica. A l'hora també es dedueix que l'eficàcia i funcionalitat queden garantides.

Conclusions

La bellesa o harmonia de l'*acció esportiva* (*tècnica*, *tècnico-tàctica* o *tàctica*) es relaciona positivament amb la seva *eficàcia*. Això, vol dir que a un mateix nivell de *bellesa*, li correspon igual nivell de *perfecció tècnica* o *tàctica*, i també igual *eficàcia*.

Piera, setembre de 2004

Jaume A. Mirallas