

CONOCIENDO TU PAPEL EN RUGBY

Autor: Andy Key

Traducción y Adaptación: Juan A. Arenas y Carlos Arenas.

Fuente: www.rfu.com

Andy Key, Director de Desarrollo de Rugby y Manager de la Academia de Leicester Tigres.

Al final de cada temporada, la Academia de Leicester (Inglaterra) realiza un análisis e informe de la actuación tanto de los jugadores como de la propia Academia. Es muy importante para el club conocer exactamente que es necesario hacer a fin de mejorar sus programas mientras mantienen el alto nivel de desarrollo de sus jugadores. Como resultado directo de este proceso y analizando específicamente el informe de cada jugador se pudo apreciar que no todos nuestros jugadores comprendían plenamente sus papeles dentro del equipo. En realidad, podría indicarse que cada jugador tenía algún malentendido respecto a lo que el club esperaba de él cuando jugaba para Leicester. Esto, obviamente constituye una preocupación y necesita rectificaciones.

Estoy seguro que como entrenador, en algún momento durante el desarrollo del partido o en el entrenamiento, mientras estamos sometidos a presión y “las balas están silbando a nuestro alrededor”, has dicho a algún jugador “haz tu trabajo”, yo lo he hecho. Así pues, ¿que podríamos hacer para asegurarnos que cada jugador nuevo entrase a formar parte de la Academia de Leicester y conociera y comprendiese que se espera de él? Al final la respuesta es simple: se le debería dar a cada jugador un informe en el que se especificase su papel dentro del equipo (“papel de trabajo”).

Para confeccionar dicho papel de trabajo en primer lugar tenemos que contemplar que nos solicita la R.F.U respecto a la observación y desarrollo de los jugadores a largo plazo, para asegurarnos que estamos creando un documento que proporciona un mensaje consistente. Usando las mismas

categorías que se utilizan en la RFU para confeccionar los informes de los jugadores (técnica, táctica, mental y física) comenzamos a identificar los atributos específicos que necesitamos para cada posición. Sabemos que dichos atributos son específicos para cada posición, sabemos, por ejemplo, que los pilares y los medios no tienen la misma estructura. Por lo tanto, en la categoría física, los atributos que se requieren a nivel individual difieren enormemente. Después conseguimos que nuestros jugadores seniors contribuyeran al proceso fijándose específicamente en la categoría técnica y táctica y que anotasen aquellos atributos que consideraban más importantes en su posición. Ben Kay, Daryl Gibson, Neil Back y Martin Corry, por nombrar sólo a algunos, contribuyeron a que cada “papel de trabajo” fuera una verdadera reflexión de lo que se esperaba de cada jugador de Leicester. A cada jugador también se le preguntó que era necesario tanto dentro como fuera del campo respecto a los atributos mentales. Las respuestas en esta área reflejaron la importancia de poseer, para todos los jugadores, un alto nivel de resistencia (dureza), aunque para algunos jugadores existían requerimientos específicos, por ejemplo, pateadores y talonador, diferían del resto. Cuando se llegó a la categoría física, se comprobó que los jugadores estaban influenciados por nuestros entrenadores, aunque se les había preguntado por sus puntos de vista particulares.

Los “Papeles de trabajo” para cada posición no abarcan cada uno de los papeles individuales, más bien, representan las principales áreas de responsabilidad, y aclaran no sólo lo que se espera de ellos sino también identifican otras áreas de desarrollo. Estos trabajos específicos son usados constantemente por nuestros entrenadores cuando evalúan a nuestros jugadores, como una herramienta vital para establecer convencionales feed backs a nivel personal, lo cual hacemos 3 ó 4 veces al año y así mostrarles a los jugadores donde se encuentran en términos de su desarrollo individual.

Clive Woodward mostró muchos paralelismos entre el mundo del deporte y la empresa y estoy convencido que los “Papeles de trabajo” han proporcionado un valor añadido a nuestra forma de evaluar, pero es de vital importancia mantener un equilibrio entre las ideas del deporte y de la empresa. Al igual que

un vendedor al comenzar un nuevo trabajo necesita una especificación del mismo, también lo necesitan los jugadores que se unen a Leicester Tigers. Esperemos que los “Papeles de trabajo” no sólo proporcionen a los jugadores la clarificación necesaria sobre su papel, sino también que le ayude a identificar, al mismo tiempo, las necesidades para su propio desarrollo personal.

A continuación se exponen los “Papeles de trabajo” para las posiciones de apertura, zaguero, talonador y pilar derecho.

APERTURA

Técnica. “Necesito ejecutar”

- Una amplia gama de placajes para placar al jugador correcto (organización), especialmente para prevenir/evitar el offload.
- Habilidades generales en el breakdown.
- Excelente gama de habilidades básicas y avanzadas en carrera, pase y patada.
- Habilidades para disimular las intenciones con el balón en las manos.
- Un mínimo de un 80% de éxito en patadas a palos y drops.
- Una amplia gama de buenas patadas en los saques.
- Habilidad para hacer rupturas mediante un buen trabajo de pies.
- Excelentes habilidades en el 1 contra 1.

Táctica. “Necesito”

- Tener un excelente conocimiento/comprensión de mi papel para conducir el juego del equipo.
- Comunicar a todos los jugadores las tácticas que van a ser empleadas durante el partido.
- Comprender el sistema defensivo del rival para seleccionar los movimientos más apropiados y el plan de juego.
- Ser capaz de comprender el plan de juego del rival y reconocer sus debilidades.

- Ser capaz de leer el lenguaje corporal de los jugadores rivales.

Mental. “Necesito tener”

- La determinación de un ganador.
- Alto nivel ético.
- Una mentalidad despiadada.
- La consideración de que cada partido tiene la misma importancia.
- La actitud para nunca parar de aprender.
- La habilidad para evitar las distracciones (concentración).
- Una mente fría y la habilidad para ignorar las provocaciones (disciplina).
- La determinación de ser el mejor que pueda ser.
- La habilidad para desconectar teniendo amigos e intereses al margen del rugby.

Físico. “Necesito”

- Apreciar la importancia de una buena recuperación de las lesiones, nutrición y descanso.
- Tener un fuerte core (zona abdominal), estabilidad y potencia en la parte superior del cuerpo.
- Ser extremadamente flexible.
- Tener una gran aceleración y velocidad-resistencia.
- Tener una excelente agilidad.
- Poseer potencia y fuerza.
- Tener una alta capacidad aeróbica.

ZAGUERO

Técnica. “Necesito ejecutar”

- Una amplia gama de placajes para placar al jugador correcto (organización), especialmente para prevenir/evitar el offload.
- Capacidad para trabajar con mis alas en defensa (péndulo).
- Una amplia variedad de habilidades básicas de carrera, placaje, pase y patada.

- Habilidad para recepcionar un balón alto bajo presión.
- El pase desde la base del breakdown (pase de medio de melé).
- Excelente temporización y trayectorias de carrera cuando me incorporo a la línea.
- Todas las habilidades de contacto, especialmente cuando me encuentro aislado.
- Excelentes habilidades en el 1 contra 1.

Táctica. “Necesito”

- Tener una excelente comprensión/conocimiento de mi papel en el plan de juego del equipo.
- Comunicar a mi apertura lo que estoy observando y sugerir soluciones/tácticas.
- Ser capaz de “encajar” en el ala.
- Ser capaz de jugar como primer receptor y ejecutar todas las fases del juego.
- Ser capaz de leer al apertura rival para defender sus patadas (el balón no debe botar).
- Habilidad para crear una amplia gama de opciones de contraataque.
- Ser un excelente comunicador, especialmente con mis alas.

Mental. “Necesito tener”

- La determinación de un ganador.
- Alto nivel ético.
- Una mentalidad despiadada.
- La consideración de que cada partido tiene la misma importancia.
- La actitud para nunca parar de aprender.
- La habilidad para evitar las distracciones (concentración).
- Una mente fría y la habilidad para ignorar las provocaciones (disciplina).
- La determinación de ser el mejor que pueda ser.
- La habilidad para desconectar teniendo amigos e intereses al margen del rugby.

Físico. “Necesito”

- Apreciar la importancia de una buena recuperación de las lesiones, nutrición y descanso.
- Tener un fuerte core (zona abdominal), estabilidad y potencia en la parte superior del cuerpo.
- Ser extremadamente flexible.
- Tener una gran aceleración y velocidad-resistencia.
- Tener una excelente agilidad.
- Poseer potencia y fuerza.
- Tener una alta capacidad repetir carreras a máxima velocidad.

TALONADOR

Técnica. “Necesito ejecutar”

- Excelente liderazgo en la melé y conocer/descubrir los códigos de llamada tanto en nuestras melés como en las de los rivales.
- Tener un 90% de éxito en los lanzamientos de lateral.
- Excelente técnica en los diferentes tipos de placaje.
- Excelente técnica en identificar y limpiar en los breakdown.
- Excelente técnica en los mauls.
- Habilidad para permanecer de pie en el contacto.
- Extraordinarias habilidades sobre el balón para frustrar a los oponentes.
- Excelente técnica llevando el balón en las manos y habilidades de presentación/selección.

Táctica. “Necesito”

- Ser un excelente tomador de decisiones en todas las facetas del juego.
- Tener un excelente conocimiento sobre las tácticas de nuestro equipo.
- Ser un jugador de apoyo con excelentes trayectorias de carrera.
- Conocer lo que va a suceder y anticiparse.
- Comprender mi papel como defensor a partir de la melé y el lateral.
- Ser capaz de reconocer cuales de los códigos de lateral están funcionando y por qué y pedirlos en los momentos importantes.

- Ser un excelente comunicador.

Mental. “Necesito tener”

- La determinación de un ganador.
- Alto nivel ético.
- Una mentalidad despiadada.
- La consideración de que cada partido tiene la misma importancia.
- La actitud para nunca parar de aprender.
- La habilidad para evitar las distracciones (concentración).
- Una mente fría y la habilidad para ignorar las provocaciones (disciplina).
- La habilidad para desconectar teniendo amigos e intereses al margen del rugby.

Físico. “Necesito”

- Apreciar la importancia de una buena recuperación de las lesiones, nutrición y descanso.
- Tener un fuerte core (zona abdominal), estabilidad y potencia en la parte superior del cuerpo.
- Tener una excelente fortaleza en cuello y hombros.
- Ser extremadamente flexible.
- Tener la capacidad para repetir series de cortas distancias de alta velocidad.
- Poseer gran potencia y fuerza.
- Tener una alta capacidad anaeróbica.

PILAR DERECHO

Técnica. “Necesito ejecutar”

- La capacidad para situar el hombro correctamente dependiendo lo que se solicite en la melé.
- La capacidad de “anclar” la melé.
- Un enfoque agresivo en las melés con introducción contraria.

- Excelente técnica en el levantamiento del saltador en el lateral y el conocimiento de todos los códigos disponibles.
- Excelente técnica en los diferentes tipos de placajes.
- Excelente técnica en identificar y limpiar en los breakdown.
- Excelente técnica en los mauls.
- Habilidad para permanecer de pie en el contacto.
- Excelentes habilidades de presentación/selección del balón.

Táctica. “Necesito”

- Tener un excelente conocimiento de las tácticas de nuestro equipo.
- Seguir las trayectorias de apoyo correctas.
- Tener un buen conocimiento de cuando ayudar en rucks y maul.
- Ser un excelente comunicador.
- Comprender mi papel en el sistema defensivo.

Mental. “Necesito tener”

- La determinación de un ganador.
- Alto nivel ético.
- Una mentalidad despiadada.
- La consideración de que cada partido tiene la misma importancia.
- La actitud para nunca parar de aprender.
- La habilidad para evitar las distracciones (concentración).
- Una mente fría y la habilidad para ignorar las provocaciones (disciplina).
- La habilidad para desconectar teniendo amigos e intereses al margen del rugby.

Físico. “Necesito”

- Apreciar la importancia de una buena recuperación de las lesiones, nutrición y descanso.
- Tener un fuerte core (zona abdominal), estabilidad y potencia en la parte superior del cuerpo.
- Tener una excelente fortaleza en cuello y hombros.
- Ser extremadamente flexible.

- Poseer gran potencia y fuerza.
- Tener una alta capacidad anaeróbica.
- Tener una buena agilidad.