

SUPLEMENTO SEMANAL DEL DEPORTE BASE DE GRANADA

DIVERTIRSE ES INNEGOCIABLE

Esta campaña, la UD Monachil benjamín ha perdido todos sus encuentros en la Tercera andaluza. Pese a ello, sus jugadores se lo pasan en grande en cada partido, aprendiendo del tropiezo y dando una enorme lección de superación y esfuerzo a sus rivales **[P2Y3]**



Jose, el portero del equipo, sostiene ante sus compañeros el balón con el que jugó el encuentro de esta jornada ante el CD Zaidín. :: CÉSAR GUIADO

[P4] Fútbol sala

El Peligros FS pone en marcha las 'Pelicharlas' formativas

[P4] Fútbol cadete

El Molino de Ambroz acogió este fin de semana la Copa 'Coca Cola'

[P67] Copa Diputación juvenil Gr. 1

Huétor Vega y Santa Fe empatan en Las Viñas y el Arenas golea al Soccer 9-2



La barrera se cubre dejando a Jose 'solo' ante el peligro en un lanzamiento de falta que finalmente detuvo gracias a una ágil estirada por bajo. :: C. GUIASADO

La cultura del esfuerzo

La UD Monachil ha perdido los 29 partidos jugados esta campaña. Pese a ello, estos benjamines dan una enorme lección de superación

Aquí, como en el Atleti del 'Cholo', el esfuerzo es innegociable. Aunque para Juanma, también lo es que sus chicos se diviertan, que aprendan, disfruten y que no bajen los brazos durante sus partidos. Esta campaña, Juanma Fernández ha sido el «orgulloso» entrenador del equipo benjamín de la UD Monachil. La pasada, sus jugadores andaban contando sus partidos por victorias en el parque, juego en el que llegaron a quedar clasificados en una honrosa tercera posición del campeonato de fútbol sala. Aunque sin duda, no han salido las cosas como todos esperaban en el sal-

FÚTBOL
FORMATIVO

CÉSAR
GUIASADO



to al césped artificial. A la liga le resta una jornada y para el Monachil se jugará el próximo viernes en casa ante el Vandalia CF. Hasta ahora el blanquiazul es el único equipo de la categoría que no ha conseguido sumar un sólo punto en lo que va del campeo-

los dentro de las aptitudes físicas de sus jugadores.

Pensar que la culpa de una derrota es del entrenador, por el árbitro o debido a la calidad de los futbolistas suele ser un error bastante frecuente en estas categorías. Solo basta con preguntar a cualquier 'crack' de Primera división si no hubo alguna temporada en la que perdiera algún partido por más de diez goles. Lo más importante aquí, es saber levantarse y aprender de la derrota. Y para los formadores, enseñar tales habilidades no es tarea fácil.

El aspecto competitivo es sin duda uno de los más importantes en el deporte porque ejerce de guía para el aprendizaje de valores paralelos como el esfuerzo colectivo, la solidaridad con el compañero o la empatía hacia el rival. Pero cuando ganar no es una meta factible para un grupo se complica la labor de los técnicos. Y aquí sobresalen los que consiguen mantener a un vestuario cohesionado. Los que logran que sus jugadores sigan amando el deporte pese a la derrota sin faltar a un solo entrenamiento durante la semana y pensando siempre en el próximo partido.

Cuando el árbitro indicó el descanso del encuentro que el Monachil jugó el pasado viernes en la casa del Zai-

din, el resultado ya arrojaba un 4-1 favorable a los capitalinos. Juanma, trató de insuflar ánimo a sus jugadores pidiéndoles un último esfuerzo porque ya solo restaba un partido para acabar la temporada, a lo que estos le corrigieron, «pero mister, ahora vamos a jugar la Copa». Quizá, no haya mayor recompensa que la de un futbolista pensando en su próximo reto.

«De mis jugadores me llevo el compañerismo que demuestran entre ellos. Nunca hay un solo reproche pese a que no salga bien un partido. Me vale, si al final consigo que vean a través del deporte una forma de entender la vida, este año se pierde, pero eso nos enseñará a lograr victorias la próxima temporada», dice el entrenador.

Fermin Vilchez es el presidente de la entidad y cuenta que esta ha sido y será la filosofía que guiará al club, «a estas edades los niños tienen que disfrutar. Cuando sean mayores ya les pediremos responsabilidad por ganar, pero ahora sólo nos quedamos con que se hayan divertido», subraya. Para Fermin, un jugador en formación solo debe preocuparse por adquirir los conocimientos básicos de este deporte, «a hablar con los pies» como lo describe y a respetar al rival, «para nosotros, la educación que

transmite un grupo sobre el campo es lo más importante», expresa.

Porque este equipo también ha pasado por malos momentos. Partidos en los que el rival quiso aprovechar una debilidad para presionar a la defensa con una ventaja de más de diez goles a favor. «No pasa nada por ganar con una goleada, pero debes saber hacerlo con respeto. Hay entrenadores que prefieren ganar por 20-0 a que sus jugadores aprovechen un partido cómodo para asimilar bien su sistema. Es algo que va en la educación de cada uno», advierte el presidente.

Pero, ¿Qué aprende un jugador de la derrota? «Valores como la amistad, el respeto, la colaboración y sobre todo la empatía con el compañero que trabaja para estar a nuestro nivel», dice Valero. «Eso es al menos lo que trabajamos en cada entrenamiento, aunque no es fácil». Porque en un grupo tan heterogéneo como es este benjamín, con chavales de ocho y siete años a partes iguales, resulta un tanto intrincado dar con la metodología adecuada para que unos y otros avancen sin obstaculizarse mutuamente por las vicisitudes lógicas de la edad. Para esto, «entrenamos por líneas, buscando el entendimiento en el juego para más tarde ponerlo en práctica durante un partido», explica.

El Monachil benjamín acabó perdiendo la partida del viernes por 14-4. Hay equipos que se se ya se hubiera retirado de la competición y otros se verían obligados a realizar incorporaciones a mitad de temporada. Pero estos talentos han demostrado que la herramienta más efectiva, es la cultura del esfuerzo.



El entrenador, Juanma Fernández, explica a sus chicos durante el descanso cómo defender un saque de esquina. :: C. G.



Todos a una, los jugadores de la UD Monachil han aprendido a solidarizarse con el compañero. :: C. G.

PSICÓLOGA
ZORAIDA RODRÍGUEZ VÍLCHEZ

¿APRENDEMOS
DE LA DERROTA?



Una derrota no implica obtener otra derrota en el siguiente partido, como tampoco una victoria lo hace. Entonces, ¿Por qué se dan las rachas en el deporte? Objetivamente, no hay nada que vincule una derrota con otra siguiente. Así que lo mejor es dejar bien claro a nuestra mente que

cada resultado es independiente del anterior. Te aconsejo, que en primer lugar analices tu partido sin juzgar: se pierde porque el rival también juega, pero algo tendremos que haber hecho nosotros. Siempre podemos ocuparnos de algo, por pequeño que sea. La mejora no tiene límites y hay que partir de esos errores para llegar a

ella. El que yo me dé cuenta de que falle no me presupone ni 'un mal futbolista' ni 'un inútil' y si el fallo fue físico o psicológico, por admitirlo, tampoco soy 'una persona débil'. Ver qué podría hacer mejor la próxima vez, sin ponerle etiquetas, me ayuda a coger las riendas de mi vida, de mi deporte y avanzar. El látigo y los castigos, mejor los dejamos a un lado. Trabaja en tu confianza: fallaste, está bien, es cierto. Pero te puedo asegurar que la cantidad de cosas que haces bien es mucho mayor. Ahí debe estar tu confianza. Si lo has hecho bien con anterioridad, ¿Por qué no vas a hacerlo en el próximo partido? Sólo dirige tu atención hacia qué tienes que hacer para repetirlo: ¿Estar atento a

la defensa?, ¿Intentar ganar tus duelos?, ¿No bajar el nivel de intensidad? Simplemente, sé consciente y hazlo.

'Resetea' tu mente: borra el pasado; pero tampoco estés en el futuro y adelantes acontecimientos. Quédate en tu presente, en tu partido, en el esto, aquí, ahora. Solo, compite.

El mundo del deporte es un buen campo en el que es muy sencillo toparnos con pequeños o grandes fracasos. Para ganar partidos hace falta práctica, esfuerzo, paciencia y saber levantarse tras los fracasos. Si os pregunto si la vida no es similar, ¿qué me diríais? Sea cual sea tu ámbito, aquí va mi consejo: tú decides si tus errores quieres verlos como fracasos terribles que han de hundirte en el pozo más profundo, o prefieres verlos desde un punto de vista más positivo y sacarle todo el jugo. Yo pienso que siempre que cometemos un error, si miramos bien de cerca, al ver dónde nos hemos equivocado, se deduce de forma inmediata, la solución al problema. Lo fácil es quedarse en el victimismo, en la culpa, en la catástrofe y no coger la responsabilidad de cambiar las cosas. En el fondo es algo tan sencillo como tomar una decisión así de simple: ¿quieres aprender o hundirte en el fracaso? Es más difícil levantarse tras caer, seguir luchando, pero tiene más mérito. Y desde luego, más beneficio a corto y largo plazo. Así que empieza dando tus primeros pasos en esta nueva actitud: observa por qué las cosas no salieron como tu esperabas, que hiciste para fallar o para que no saliera tan perfecto como esperabas, y al observar, descubrirás, qué camino has de tomar.