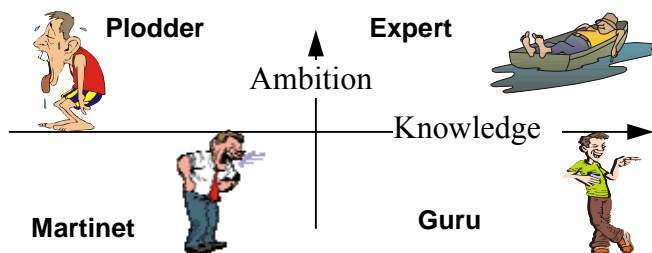


**D & R**

? D. "Sono un allenatore di canottaggio e vorrei utilizzare la biomeccanica dello sport e le altre scienze nel mio lavoro. Qual è il modo migliore per farlo? Come gli altri allenatori interagiscono con la scienza?"

✓ A: Per rispondere a questa domanda abbiamo bisogno di analizzare come i diversi allenatori utilizzano la scienza dello sport. Quindi, possiamo costruire un modello più efficiente di allenatore-scienziato. Per semplificare le cose, facciamo un semplice grafico, in cui l'asse X abbiamo un allenatore con ampia conoscenza della scienza nello sport / biomeccanica e l'asse Y c'è l'ambizione di utilizzare la scienza nel processo di formazione:



Utilizzando questo modello semplice, che possiamo definire i quattro tipi di allenatori. Chiamiamo provvisoriamente: **Martinet** (povere di conoscenze e di ambizione), **Plodder** (povero di conoscenza, ambizione positivo), **Guru** (positiva la conoscenza, l'ambizione negativo) e di **esperti** (positiva la conoscenza e l'ambizione) **Martinet**. Si tratta di un tipo di vecchio stile, un allenatore che crede che nello sport gli scienziati sono persone molto intelligenti, che riescono a ottenere il loro stipendio senza fare nulla, ma la creano fastidi agli allenatori. Martinet lo slogan preferito è: "Io (il mio equipaggio) realizzati (nel lontano passato), grandi successi, senza il sanguinoso biomeccanica!" Questo allenatore è convinto che le cose più importanti nello sport sono aggressività, coraggio e disciplina.

Se Martinet è costretto a utilizzare la biomeccanica, egli dice: "OK, non capisco che cosa i vostri numeri e cifre significano (e non vogliono capire loro). Appena mi dicono cosa dobbiamo fare per vincere una medaglia d'oro? "Dopo lo scienziato ha spiegato i punti da migliorare, questo allenatore di solito dire:" Questo è esattamente ciò che dico ogni sessione di allenamento! "Martinet può essere molto efficace se può allenare i grandi talenti. Tuttavia il rendimento è di solito sono risultati instabili e inaffidabili.

**Plodder**. Questo allenatore è molto desideroso di utilizzare lo sport e molto spesso la scienza utilizzata è più del necessario. Plodder lavora sodo per produrre una grande quantità di informazioni, che utilizza poco o nessun di esse. Molto spesso questo allenatore manca la conoscenza non solo della biomeccanica, ma anche della scuola di base della scienza, ad esempio ha difficoltà a comprendere la differenza tra forza e potenza, kg e Newton, ecc Plodder cambia sempre sui protocolli di prova e le condizioni che rendono i dati incomparabile. Questo allenatore piace modificare

attrezzature e imbarcazioni di installazione senza ragionevoli motivi, selezionare una migliore forma della pala, ecc Il Plodder è di solito un buon atleta del passato. Questo allenatore è principalmente pratico sulla tecnica di voga, che è un derivato dalla sua stessa esperienza. Il Plodder è di solito un buon psicologo e in grado di comunicare efficacemente con gli atleti e per motivare i loro duro lavoro.

**Guru**. Questo allenatore di solito ha un approccio scientifico nello sport e anche una laurea in esso. Tuttavia, egli preferisce il lavoro a porte chiuse e non permette a chiunque di vedere i suoi metodi di formazione. Quando, lo scienziato fornisce i dati, Guru solito dice: "Grazie. (spesso omissis). See you later!" E 'in genere riluttante ad accettare qualsiasi idea, che i conflitti con la propria e non vuole imparare dagli altri. Questo impedisce lo sviluppo della sua tecnologia di coaching e rende obsolete dopo un po '. Guru è di solito reattiva. Egli non dice ciò che lo scienziato vuole o come modificare le misure, ma molto spesso critica la biomeccanica delle attrezzature e dei dati. Inesattezza dei dati è il suo palco preferito. A causa della sua scarsa ambizione e motivazione, Guru possono verificarsi problemi nel comunicare con e per motivare gli atleti.

**Expert**. Questa è la migliore combinazione di una buona conoscenza della scienza di sport con un alta ambizione di utilizzo. Expert è sempre aperta a nuove idee e molto desideroso di imparare, anche se ha già ottenuto grande successo. Tuttavia, egli analizza ogni nuova idea e discute con lo scienziato, cioè l'idea è suddiviso in parti logiche che devono essere controllati per vedere se sono compatibili con le attuali disposizioni, verificandone i concetti. Esperto di solito è pro-attiva. Egli sa perfettamente che tipo di informazione è necessaria per un certo compito di coaching e lo scienziato dice esattamente quello che vuole. La qualità più importante di esperti è la capacità di sviluppare nuovi metodi di formazione sulla base di informazioni scientifiche e le idee ricevute da scienziato. Anche se i nuovi metodi possono essere errate a volte (ma non fare nulla è l'unico modo per evitare errori), un errore di analisi adeguato a migliorare la loro produzione e, infine, il sistema più efficiente. E 'impossibile applicare tale sistema senza supporto scientifico, che diventa parte integrante di esso. Nello sport lo scienziato diventa un partner nel processo creativo di raggiungere le massime prestazioni.

**Conclusion**. E 'ovvio che è meglio avere una buona conoscenza e ad alta ambizione, ma è anche importante per valutare adeguatamente. Ad esempio, buoni risultati possono essere raggiunti quando Guru collabora con Plodder come una squadra. In questo caso, Guru compensa la scarsa conoscenza della Plodder e, in cambio, riceve alta ambizione e motivazione.

**Contact Us:**

✉ ©2005 Dr. Valery Kleshnev, EIS/Biomechanics  
e-mail: [kleva@btinternet.com](mailto:kleva@btinternet.com)