

## המוח של השחקן כגורם בשוק העברות השחקנים

### ד"ר מרק ורטהיים

**מאמנים מועדונים ובעלי קבוצות צריכים לחשב את החלטותיהם מחדש ולקחת בחשבון גורם משמעותי בהצלחת השחקן – קבוצה: מידת יכולת היצירתיות והמעבר לחשיבה מהירה של השחקן!**

אם נבדוק בעולם את רשימת השחקנים המובילים והמשפיעים ביותר על המשחק נמצא שלכולם משותף האפיון – יצירתיות בתנועה. לשחקנים המובילים בראש יש גם יכולת לנצל את היצירתיות בשלוב עם חשיבה מהירה.

**היצירתיות, דמיון וחיזוי** הן תכונות נרכשות ע"י אימונים מיוחדים ותואמים לשחקן ולתנוויו. לכן השילוב של נתונים ואימון ייחודי הוא נדיר יותר.

השילוב של הכישרים הגופניים והחשיבתיים באים לידי ביטוי בעיקר במרכיב הקואורדינציה המשמש כבסיס פיזיולוגי לפיתוח יתר גורמי ההצלחה. פיתוח הקואורדינציה דורש התמקדות בפיתוח רכיבים שונים חלקם אף מורכבים. הקואורדינציה מעצם מורכבותה כוללת רכיבים שחלקם נראים לעין וחלקם דורשים ניתוח מעמיק. לכל רכיב קואורדינטיבי יש טווח גילאי כללי שבו הוא אמור להתפתח, ובנוסף יש את מרכיבי האפיון של הפרט שצריך להיות משולב בפיתוח הקואורדינטיבי.

מניסיוני לאורך השנים בעבודה בגרמניה ובישראל עם קבוצות כדורגל, אקדמיה ועם תכנית בונדס ליגה לצעירים במדינות בעולם, אני יכול לומר בבטחה כי יישום התיאוריה הוא גורם משמעותי בהתקדמות של שחקנים, והיא נחוצה כבסיס למהירות, כוח, וכ"ו. התנועה של שחקן, היכולת שלו לעשות שינוי כיוון משמעותיים (חיזוי, תזמון, תגובה) הרבה יותר חשובים לכדורגל/כדורסל/טניס מאשר לרוץ במהירות מחזורית.

**מסי וסטיב קארי** למשל, הם דוגמא לשחקנים שמבצעים פעולות המשלבות מוח ותנועה קואורדינטיבית יחד עם שליטה בכדור בגיוון אינסופי, מה שמקשה על היריבים לתפקד מולם. שחקנים רבים מהירים מאד ולעיתים אף מהירים מהכדור. אבל מהירות זו אצלם היא מרכיב גנטי גופני ושאינו משתלב במרבית המקרים עם קבלת החלטות מהירות ויעילות תוך כדי תנועה. לכן יקרה לא פעם שהם רצים אבל מותאמים למצבי משחק ובמיוחד למצבים משתנים ופתאומיים.

**קואורדינציה** קשורה קודם כל לזיכרון במוח ואחר כך לזיכרון השריר. היא מאפשרת לשחקן לחזות את התנועה שלו לפני שהוא מקבל את הכדור, בצורה חלקה יותר - וכך הוא הופך ל"מהיר יותר עם הכדור" מהיריבים שלו.

למערכות הספורט בישראל אין מספיק תכנון מפורט ואין התייחסות מספקת לפיתוח הקואורדינציה במכלול ובהקשר לחשיבה מהירה, ולענף הספורט לכן לרוב לספורטאים אין בסיס נכון פיזיולוגי מפותח ולכן הפוטנציאל היצירתי שלהם מוגבל, החשיבה שלהם איטית והאימונים הפיזיים (פיזיולוגיה של המאמץ) לא יוכלו לאזן את החסכים האלו ואף להפריע ליעילות התפקוד שלהם בקבוצה. לדוגמא: בטניס פדרר הוא ספורטאי שהתאמן בגישה המבדלת ופיתוח קואורדינציה בצורה אינטיסיבית בגיל צעיר ולכן גם בגילו המתקדם הוא שחקן יעיל פיזיולוגית ויש לו מענה למצבי משחק שונים. שחקן שעבר דרך דומה הוא נוביצקי בכדורסל. מהירות, כוח וכושר גופני הן יכולות ששחקן יכול לפתח בגיל הרבה יותר מאוחר. בניגוד לרמות גבוהות של קואורדינציה.

כלומר, הפוקוס של פיתוח השחקנים צריך להתמקד בקואורדינציה וכישרים מוחיים אחרים בגילאים הצעירים. כאשר בוחרים שחקן מומלץ לבחון גם את כישוריו הקואורדינטיביים - חשיבתיים בתנאים אובייקטיביים ובתנאי משחק.