

מה זו חכמת משחק והאם ניתן לאמן ולשפר אותה

ד"ר מרק ורטהיים וד"ר שלמה ווייניש

חוקרי פסיכולוגיה, פיזיולוגיה ונוירולוגיה מזהים את הגורמים שמרכיבים את אב הטיפוס של מה שהם מכנים "השחקן האינטליגנטי" – מה שרובנו מתייחסים אליו כבעל "חוכמת משחק". להלן הממצאים

אחד הביטויים שהפכו שחקנים בעת האחרונה, הן בקרב פרשנים "מקצועיים" והן בקרב האוהדים ביציעים הוא "חוכמת משחק". משפטים כמו "הוא מחפה על האיטיות שלו בחוכמת משחק" או "הוא מאוד טכני, אבל אין לו חוכמת משחק" הפכו שחקנים בפי כל וכמעט קלישאתיים. יותר מזה, לא בטוח שכל אחד מהמשתמשים בביטוי בכלל מתכוון לאותו דבר, כאשר הוא מתייחס ל"חוכמת משחק".

חוקרים בתחומי הפסיכולוגיה, הפיזיולוגיה והנוירולוגיה מזהים את הגורמים הבאים, שמרכיבים את אב הטיפוס של מה שהם מכנים "השחקן האינטליגנטי", כנראה מה שרובנו מתייחסים אליו כבעל "חוכמת משחק":

• תפיסה חושית גבוהה למצב המשחק וניתוח מהיר של מצבים, תוך אי איבוד זמן למציאת פתרון למצב.

• טכניקה המאפשרת לו לנוע למקומות הנכונים ללא צורך להביט לכיוון המסירה או הכדור.

• ידיעה מתי ולאיפה למסור את הכדור ולהיכן לנוע לאחר מכן, על מנת לקבל את הכדור.

• יכולת לגרום לכדור לנוע בצורה מהירה או איטית כאשר זה נדרש, ללא פזיזות מיותרת.

• תחושת ביטחון גם במצבים קיצוניים ומורכבים.

• יכולת הערכה גבוהה למרחב גם כאשר הוא נמצא במרחקים שונים מחבריו לקבוצה ומהיריבים.

• שליטה אופטית במרחב האישי ותחושה של התמצאות גבוהה בעת מעברים בצפיפות.

• יכולת לקחת סיכונים תוך איזון בין סיכוי וסיכון.

• הידיעה שגם אם לא תמיד יעשה את הטוב ביותר ואולי גם יטעה, זה לא ישפיע על יכולותיו ועל רמת המשחק שלו בהמשך בצורה משמעותית.

• מציאת ה"פתרון המצבי" הטוב ביותר למצבים השונים כאשר הפעולה שלו היא בדרך כלל מקורית וייחודית.

• בעל יכולת למצוא יותר מפתרון אחד למצב, תוך יצירת פעולה שהיא יצירתית ומהווה הפתעה ליריב ולעיתים גם לקבוצתו.

• ידיעה לאן הכדור יגיע עוד לפני קבלתו .

אגם החוקרים בתחומים השונים מסכימים על הגורמים, הרי שבהתאם לדיסציפלינה המדעית, הם חלוקים לגבי השאלה עד כמה ניתן לפתח מרכיבים אלה אצל שחקן והאם ניתן לשפר או ללמד מרכיבים אלה שחקנים בשלבים שונים של התפתחותם המקצועית.

ניתן לראות כי הסוד העיקרי של אינטליגנציית משחק הוא רב-גונית בתנועה בלי ועם הכדור. מחקרים מראים שעל מנת להגיע לתוצאה זו יש לאמן את כול מרכיבי הקואורדינציה בנפרד וכמכלול. כפי שיש אימונים לפיתוח סיבולת וטכניקה, קבוצות חייבות ליצור מערכת של אימונים לפיתוח אינטליגנציה של שחקן. לדוגמה: משחקי אינטליגנציה ללמידה של קריאת התנועה של השחקנים לפני ההתייחסות למעוף הכדור, או משחקונים שיש בהם שילוב של דרישות קוגניטיביות ודרישות קואורדינטיביות המצריכים חשיבה מהירה בזמן תנועה קואורדינטיבית .

בסופו של דבר העיקרון המרכזי בתהליך האימון הקוגניטיבי הוא תהליך שאלת שאלות כתחליף למתן הוראות. כלומר, יש כאן שינוי של פרדיגמות האימון המוכרות ומתן דרוור למקוריות והיצירתיות של השחקן, כדי שיוכל למצוא דרכים שונות מהדרכים המסורתיות לביצוע מהלכים "אינטליגנטיים". על השחקן לדעת לשאול את עצמו, בתהליך אימון נכון, כיצד ניתן להעביר את הכדור מנקודה לנקודה עם הפרעות שונות כאשר הוא נמצא בתנועה .

לכאורה, הנושא אמור להיות "מכוסה" על ידי מה שנקרא במחזותינו "אימון מנטאלי". אבל, עיון ברשימת אנשי המקצוע הפועלים בתחום בארץ מלמד על כך, שכל אחד מהם פועל במימד הצר של תחום הידע והעיסוק שלו. לעומת זאת, אם בודקים היום את הקבוצות הגדולות מגלים צוותים של Sport Scientists שכל אחד בתחומו נותן את התרומה שלו לפיתוח השחקנים והקבוצה. מי שהתחיל במהלך הזה היה אלכס פרגוסון, שהרחיב את צוות האימון שלו במומחים בתחומים שונים, שיצרו מעטפת מדעית, שנתנה מענה לצרכים של השחקנים והקבוצה .

אחת הביקורת שיש כלפי מקבלי החלטות בספורט הישראלי היא שאין להם אורך נשימה לתהליכים ולתיאוריות והם רוצים תוצאות מיידיות ומהירות. בהקשר הזה, דווקא המודל של פרגוסון מתאים להם מאוד, מכיוון שאנשי צוות בתחומים האלה הם רובם המכריע באים מעולם תוכן מדעי-יישומי ואת תוצאות העבודה שלהם ניתן לראות בטווחי זמן קצרים ובינוניים .

אז אם אנחנו רוצים לשמור גם את הטור הזה במישור יישומי ולא תיאורטי, ניתן לומר שהשלב הראשון של פיתוח אינטליגנציית משחק מותנה בהבנה כי תהליך הלמידה המסורתי של הקניית מיומנויות דרך חזרות רבות הוא לא נכון ומשיג תוצאות הפוכות לתהליך האינטלקטואלי הנדרש היום. זה קשה יותר עבור שחקנים מבוגרים שכבר "קולקלו" על ידי שיכפול של שיטות מסורתיות. ועל כן, נדרשת התייחסות שונה לנושא במיוחד באימון ילדים/נוער .

תורות אימון חדשות ושימוש בשיטות ומתודות מדעיות כגון שיטת) OCO™ שפותחה על ידי ד"ר (ורטהיים) שמות דגש בין היתר על פיתוח האינטליגנציה בהכשרות ובאימונים אישיים וזאת בהתאם לגיל הילד והתפתחותו הביולוגית .

*ד"ר מרק ורטהיים הוא מומחה בתחום תורת האימון וקואורדינציה ועומד בראש המרכז להכשרות השתלמויות ואימונים אישיים (www.wertheimacademy.com)
* ד"ר שלמה וויניש מתמחה בתחום של מנהיגות של מאמני ספורט ומייעץ למאמנים ולקבוצות