

Az agy szerepe a tanulási folyamatban

„A cél mindig ugyanaz, racionálissá és működőképpé tenni a játékosok viselkedési dinamikáját, ami a szervezettségben, filozófiában, és érzelmeiken keresztül nyilvánul meg. Automatizmussá alakítani a taktikai cselekvéseket. A különböző alapelveinket először tudatossá, majd később, amikor már automatizmussá vált, az agyunk tudattalan állományába rögzíteni. Mindezeket természetesen a csapatunk játékmellje alapján.” Rui Faria (2006.)

Láthatjuk, hogy a Taktikai Periodizációban a teljes folyamat során az agy játssza a főszerepet. Amikor játékmellről beszélünk, akkor egyfajta jövőbeli tervezésről, egy vízióról van szó, amelyben elképzeljük, hogy hogyan szeretnénk, hogy a csapatunk futballozzon a mérkőzéseken. Ennek a játékmellnek kapcsolódnia kell az agyunkhoz, hiszen mindent az agyunk irányít, így azt a folyamatot is, ami megvalósítja a játékmellünket a pályán. *Tehát agyunk képeket, és értelmezéseket fog kialakítani az általunk adott mintákból.* Ezeket a képeket amennyire csak lehetséges jól értelmezhetővé és jól tudottá kell tennünk (az edzés folyamatain keresztül) a különböző egyéniségű játékosaink számára a csapaton belül. Ezért rendkívül fontos, hogy a játékosok *ne csak megvalósítsák gyakorlatainkat, hanem pontosan értsék is, hogy mit miért és hogyan csinálunk az edzéseken.* A csapat minden tagjának pontosan értenie kell a játékmellünk minden elemét, és azt is, hogy mi miért van a játékmellünkben. Ha az edzés folyamán ezzel a módszerrel eddük a játékosokat, akkor egyfajta kognitív térképet alakítunk ki az agyukban a mutatott mintákkal, és az egyes elemek az agyban egészként fognak összeállni, de ehhez pontosan érteniük kell a játékmellünket.

Szintén látnunk kell a megérzések fontosságát, amelyeket az agyunk generál, mert ezek hatására alakulhat ki az előre gondolkodás (anticipáció). Ha a versenyző agyában a kognitív térképbe egyre több minta kerül, akkor a döntési folyamat a mérkőzés vagy edzés során lerövidül, és agyunk képes olyan szituációkban előre gondolkodni és gyorsabban cselekedni, amelyet (vagy hasonlót) már korábban tapasztalt. Ez a fajta előre gondolkodás (anticipáció) segíti a játékos kreativitásának a fejlődését is.

A Taktikai Periodizációban nagy hangsúlyt fektetünk arra, hogy a játékosok ne csak tudják, hogy mit kell csinálniuk hanem, hogy értsék is, hogy miért kell az adott cselekvést végrehajtaniuk a pályán. Ez a két fogalom, a „tudni, hogy mit” és az „érteni is hogy miért” állandóan keveredik, és a játékos agyában feldolgozásra kerül. Ez rendkívül fontos annak érdekében, hogy megvalósítsuk azt a fajta speciális koncentrációt a játékosoknál, amit a módszer megkíván.

Az agy egy fantasztikus szerv. Érzékelné tud izolált ötleteket, elméleteket, alapelveket, és al-alapelveket amelyeket összehangol egy kontextusban lévő egészé. Ez az „egész” a játékmódelünk. Ezért fontos, hogy minden egyes gyakorlat, amit vezénylünk, a játékmódelünk alapján szülessen meg, és a játékosok világosan értsék ezt a játékmódellet. Az agyunk majd összeköti a „részeket”.

Az agyunk „alakítható” azok az érzékelések, tapasztalatok alapján, amelyeket „átél” életünk során. Amilyen mintákat adunk neki, a szerint változik. Ezek a tapasztalatok (minták) változtatják a neuronok közötti kapcsolatok erősségét. Képletesen szólva megváltoztatják az agyunk szerkezetét. Ezért lényeges, hogy olyan mintákat adjunk agyunknak, amelyek mérkőzés kontextusban vannak, és mindig a játékmódelünket követik. Ha az edzésünk

nem a játékmodellünk alapján szerveződött (például a gyakorlatok nem egyeznek a játékmodellünkkel), akkor az képes összezavarni az agyban az idegpályákat, és akadályozza a fejlődést és az egész tanulási folyamatot. A Taktikai Periodizáció megszűnik Taktikai Periodizációnak lenni, amikor más módszerekkel vegyítjük.