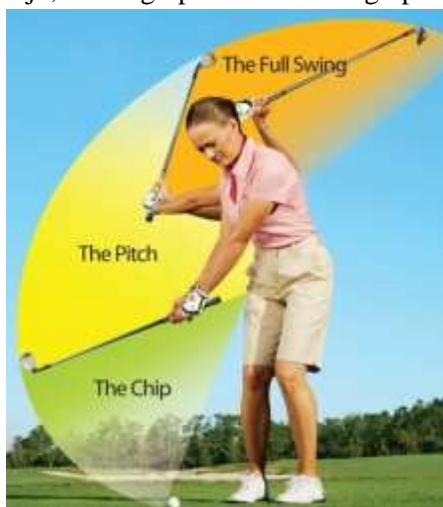




Charlando en el hoyo 19

DRIVER. El proceso de aprendizaje del golf es semejante a cualquier habilidad que hemos desarrollado en la vida. Primero aprendemos a gatear, luego a caminar y después a correr. Vamos a la universidad hasta que hemos pasado la primaria, la secundaria y la preparatoria. Siendo así es curioso observar que las personas esperan aprender a jugar golf en poco tiempo y con poco esfuerzo. De buenas a primera creen que podrán hacer el swing completo, sin haber aprendido primero los golpes cortos. Eso es semejante a querer correr un maratón sin pasar por los 5 y 10 kilómetros y el medio maratón.

El proceso de aprendizaje es tan simple que la mayoría prefiere no seguirlo porque no parece aportar nada extraordinario. Este proceso, llamado aprendizaje incremental consiste en aprender de lo corto a lo largo, de lo sencillo a lo complejo, de los golpes cortos a los golpes largos.



El proceso se aplica a principiantes y avanzados. La primera clase que imparto a un principiante es el putt. Después vemos chip, pitch, $\frac{1}{2}$ swing, $\frac{3}{4}$ swing y swing completo. Para jugadores intermedios y avanzados aplico un proceso semejante. He aprendido que corrigiendo las fallas en los golpes cortos estoy habilitando al jugador para que pueda corregir sus fallas en los golpes largos. Tengo una teoría que ya es prácticamente una ley: los jugadores hacen los mismos errores en todos los golpes. Por ejemplo, el jugador que muñequa en el putt, muñequa en el chip y muñequa en el swing completo. Corregirle el muñequo en el swing completo será más fácil si primero lo corregimos en el putt.

Muchos jugadores que me piden clase se ponen tristes porque en la primera clase vemos putt y chip, siendo que el interés principal de ellos es ver el driver. En lo particular no me gustan las clases donde el alumno quiere sólo clase de driver. En la mayoría de los casos el jugador falla el driver no por el bastón en sí mismo, sino porque el swing tiene muchos defectos, los cuales se engrandecen en el driver por lo largo del bastón y porque el jugador le tira más fuerte a la bola. Para corregir el driver hay que corregir el swing y eso se logrará mejor si se entrenan los golpes cortos.

En muchas ocasiones he escuchado a niños, damas y caballeros que se quejan porque en la academia se les repite la clase de putt o medio swing, según ellos volverlo a entrenar es aburrido o poco productivo. No saben que se les repite una clase porque todavía no la dominan y que si esa parte no la dominan no tiene caso ver movimientos o golpes más avanzados.

Conocí un club donde hay una conducta que me llamó la atención. Muchos jóvenes van al tee de práctica a tirar bolas sin saber jugar y piden que les presten bastones, pero no quieren un fierro, ellos quieren un driver. Ellos piensan que golpear lejos la bola es una muestra de hombría y también lo hacen para alimentar su ego. Muchos jugadores tienen una conducta semejante. Estas personas no entienden que el golf es un deporte de precisión. No gana quien llega más lejos, sino quien hace menos golpes. Por mucho prefiero a un jugador con un buen juego corto, que a un pegador largo que tira para todos lados.

Los alumnos en general quieren entrenar los golpes largos, pero no tiene sentido hacer el swing completo con muchos errores técnicos, los cuales cada vez serán más difícil de corregir. Los profesores debemos ser firmes en que los alumnos hagan el movimiento hasta donde son capaces de hacerlo bien. De otra manera, los estamos condenando a que su golf sea limitado.

Con tristeza veo que la mayoría de los profesores que he conocido intentan enseñar el swing completo a los principiantes. Los pobres alumnos hacen movimientos muy descoordinados y en general el resultado no es bueno. Con el tiempo estos alumnos aprenderán a jugar, pero les costará mucho trabajo hacer los golpes donde no se hace el swing completo, como los pitches de menos de 100 yardas.

Una de las enseñanzas más significativas que tuve en la maestría en psicología del deporte fue el aprendizaje incremental. Influyó tanto en mí que he hecho este concepto uno de los ejes centrales de mi enseñanza. Ya sea que quieras aprender a jugar o quieras mejorar tu juego te invito a que sigas el proceso y podrás comprobar por ti mismo que este concepto funciona. Si eres profesor te invito a que pongas a prueba el concepto del aprendizaje incremental y te aseguro que tendrás mayor éxito como profesor. **FORE**

Mateo Melgar Ochoa – Profesional de golf
www.handy.golf
www.youtube.com/jugargolf
mateomelgar1969@hotmail.com