

Nota premsa i síntesi sobre l'Acte de Cloenda del curs 2017/18 de Tècnics Esportius, amb la Conferència del Mestre Paco Seirul-lo, el 21 de juny 2018 al CAR de Sant Cugat

CATALÀ

El passat dijous 21 de juny, en l'Acte de Cloenda del curs 2017/18 de Tècnics Esportius de l'IES CAR de Sant Cugat, el Mestre Paco Seirul-lo va contestar, en format conferència, unes preguntes que els alumnes i exalumnes havien preparat per a aquest esdeveniment.

En la presentació del Mestre, es va fer referència a una dada no gens anecdòtica: 7 anys abans que el 1978 l'experimentat científic rus Yuri Verkhoshansky (de 50 anys) fes la seva primera publicació sobre els blocs concentrats de força per llançadors i saltadors, l'any 1971, un jove Paco Seirul-lo (de 26 anys), va desenvolupar una tesina amb velocistes en què ja va comprovar que càrregues concentrades amb descansos adients mantenien i elevaven el nivell de força explosiva durant tota la temporada.

La veneració al Mestre es palpava en el silenci de la Sala d'Actes i contrastava amb les mostres de naturalitat i cordialitat que ens dedicava a alguns dels seus antics alumnes, que havíem vingut a escoltar-lo un cop més.

Començà a explicar el motiu pel qual està retardant la jubilació: és per seguir en contacte amb la gent jove, no per viure més —matisà— sinó per viure amb la intensitat que transmet la joventut. Que curiós que comencés agraint als altres allò que ell no s'ha cansat mai d'ensenyar a ensenyar: l'alegria, la il·lusió, l'espontaneïtat, l'honestedat, que en els joves se suposa intrínsec i que en ell, és clar, també ha estat aprenentatge!

Va dir, després, que no hi ha ensenyament, hi ha aprenentatge. Com a molt, hom pot ensenyar a aprendre. I, com sempre, es treu del barret un exemple amb allò que té més a mà: aplica els principis d'intercanvi, de disponibilitat i d'autonomia (no *autonomia*) en l'acció de fer servir una butaca: és el Gran Prestidigitador d'idees!

Relacionà, més endavant, la referència que féu un alumne a la periodització per microcicles en els entrenaments, amb els eixos que ha de guiar una pràctica educativa, vital i personal: distingir, definir, triar el que és Important i establir-ho com a Objectiu; saber el que ens resultarà Necessari per assolir petits objectius que ens portin al gran Objectiu. Ens estava indicant, doncs, que l'important no és tant la programació mateixa com el criteri amb què es programa.

Va seguir la mateixa línia quan respongué a la qüestió sobre les càrregues en activitats d'escalada i excursionisme: no dona receptes, obre possibilitats: en aquest cas,

Exploració de les característiques de l'activitat i de l'individu. És a partir de l'avaluació de les característiques de l'esportista en un moment determinat (mirar allò que miren els seus ulls) i de l'estudi de l'entorn específic, que podrem aplicar les càrregues adequades en un Temps determinat (en un moment T_n).

—Quina és l'estructura de la persona que vostè considera més determinant per al rendiment? —pregunta amb una educació exquisida un altre alumne.

—La mental —respon, sense circumloquis.

L'estructura mental —explica— és l'Energia, la Voluntat, és l'Actitud. És l'estructura fonamental, bàsica i més determinant perquè aquesta és capaç d'influir sobre les altres, harmonitzar-les, globalitzar-les.

L'estructura socioafectiva també és important: l'hem de *treballar* («no utilitzeu aquesta paraula, que el treballar és un càstig; utilitzeu “vivenciar”, per exemple», diu) recopilant dades a principi de temporada.

A un requeriment sobre la metodologia en la iniciació per a nens, apuntà que als nens no se'ls “inicia”, que els nens actuen a un nivell màxim en cada actuació. Que vigilem, a més, amb el concepte de “progressió”, que no establim metes a les quals s'ha d'arribar per camins (en pujada) preestablerts. Que deixem que els cicles flueixin segons el seu curs natural. I que els nens no tenen por: ells encaren el perill com a descobriment del que és desconegut i no hi pensen, en la possibilitat de fracàs, perquè el fracàs no existeix (a no sé que l'hi inculquem els adults).

Amb el desequilibri es posa tot en marxa. L'equilibri és estar-se quiet; no fer res. I és per això, que el Mestre ens dona una única antirecepta vàlida: creativitat, estimulació, adaptació, variabilitat. No només en l'esport —va dir—, també en l'amor, l'amistat i la resta d'àmbits de la vida.

Un grau infinit (el signe ∞ va quedar dibuixat a la pissarra) de subtilesa; una quantitat ingent, no d'informació, sinó de possibilitats obertes. Així és el Mestre Global. Així fa aprendre, el Mestre. I clou amb una meravellosa ironia:

«Cuando se dice *entrenamiento* se está mintiendo»

Alexandre Planas Ballet, 21 de juny de 2018

CASTELLANO

El pasado jueves 21 de junio, en el Acto de Clausura del curso 2017/18 de Tècnics Esportius de l'IES CAR de Sant Cugat, el Maestro Paco Seirul-lo contestó, en formato conferencia, a unas preguntas que alumnos y ex-alumnos habían preparado para la ocasión.

En la presentación se aludió a un hecho nada anecdótico: en el año 1971, el entonces joven de 26 años, Paco Seirul-lo, desarrolló una tesina con velocistas i comprobó, ya, que la aplicación de cargas concentradas combinadas con descansos adecuados mantenían y aumentaban el nivel de fuerza explosiva durante toda la temporada; es decir, seis años antes que el experimentado científico ruso Yuri Verkhoshansky (que tenía entonces 50 años), en 1978, publicara por primera vez la teoría de los bloques concentrados para lanzadores y saltadores!

La veneración al Maestro se podía palpar en el silencio de la Sala de Actos del CAR de Sant Cugat y contrastaba con las muestras de naturalidad y de cordialidad que nos dedicaba a algunos de sus antiguos alumnos, que, una vez más, habíamos acudido a escuchar su charla.

Empezó el Maestro contando el motivo por el que no tiene prisa por jubilarse: quiere seguir en contacto con la juventud, no para vivir más —matizaba— sino para vivir con la intensidad que le transmiten los jóvenes. Qué curioso, comenzar la conferencia agradeciendo precisamente aquello que él nunca se ha cansado de enseñar a enseñar: la alegría, la ilusión, la espontaneidad, la honestidad, que en los jóvenes funciona de manera intrínseca y que para él, claro, también ha constituido un objeto de aprendizaje!

Dijo, después, que no hay enseñanza: lo que hay es aprendizaje. A lo sumo, se puede enseñar a aprender. Y, como siempre, se saca de la chistera un ejemplo: con aquello que tiene más a mano (una butaca) explica los principios del aprendizaje (intercambio, disponibilidad, autonomía): él, el Gran Prestidigitador de ideas!

Relacionó, más tarde, la alusión que hizo un alumno a la periodización de microciclos en los entrenamientos, con los fundamentos de cualquier práctica educativa, vital y personal: distinguir, definir, escoger aquello que consideramos Importante i establecerlo en forma de Objetivo; discernir lo que nos resultará Necesario para llegar a pequeños objetivos que nos conduzcan a ese gran Objetivo. Nos está indicando, claro, que lo importante no es la programación misma sino el criterio con el que se programa.

Siguió la misma tónica respondiendo a la cuestión sobre las cargas en actividades de escalada y excursionismo: no da recetas, abre posibilidades: en este caso, Exploración

de las características de la actividad y del individuo. Debe ser a partir de la evaluación de las características del deportista en un momento determinado (mirando lo que miran sus ojos) y del estudio del entorno específico, como podremos aplicar las cargas adecuadas en un Tiempo determinado (en un momento T_n).

—Cual es la estructura de la persona que usted considera más determinante para el rendimiento? —pregunta con una educación exquisita otro alumno.

—La mental —responde, sin circunloquios.

La estructura mental —prosigue— es la Energía, la Voluntad, la Actitud. La mental es la estructura fundamental, básica y la más determinante porque es capaz de influir sobre las otras estructuras, armonizarlas, globalizarlas.

La estructura socio-afectiva también es importante: debemos *trabajarla* («no utilizéis esta palabra, que el trabajar es un castigo; utilizad la palabra “vivenciar”, por ejemplo», dice) reuniendo muchos datos en la pretemporada.

A una duda sobre la metodología en la iniciación para niños, apunta que a los niños no se les “inicia” porque los niños ya actúan a un nivel máximo en cualquier situación. Dice que vigilemos, además, con el concepto “progresión”, que no fijemos metas a las que tengamos que llegar por caminos ya trazados (y cuesta arriba). Que dejemos que los ciclos fluyan según su curso natural. Y que los niños no tienen miedo: ellos afrontan el peligro como descubrimiento de lo que es desconocido, sin pensar en el fracaso, porque el fracaso no existe (a no ser que seamos los adultos los que se lo inculquemos).

Con el desequilibrio todo empieza a moverse. El equilibrio es la quietud, el no hacer nada. Por eso el Maestro nos da una única antireceta válida: creatividad, estimulación, adaptación, variabilidad. No solo en el deporte —dijo—, también en el amor, en la amistad y en el resto de ámbitos vitales.

Un nivel infinito (el signo ∞ quedó dibujado en la pizarra) de agudeza; una cantidad ingente, no de información, sino de posibilidades abiertas. Así es el Maestro Global. Así mueve a aprender, el Maestro. Y concluye con una maravillosa ironía:

«Cuando se dice entrenamiento, se está mintiendo»