

TIRO PREDICTIVO – REACTIVO

En lugar de esperar a que los elementos de puntería vuelvan a estar perfectamente alineados, saber cuándo lo estarán y disparar según esa información aumentará tu velocidad y eficiencia.

Por Steve Tarani. 7 de agosto de 2023.

La mayoría de tiradores creen que el proceso del tiro consiste simplemente apuntar y presionar el disparador. ¿Y si supieras que puede haber un aditivo de alto octanaje para ese proceso? ¿Por qué el tiro reactivo frente al tiro predictivo es un tema candente entre tiradores de alto rendimiento? ¿Cómo puede eso contribuir a tu habilidad general en el tiro y mejorar tu rendimiento?

En pocas palabras, el tiro reactivo es reaccionar ante la posición de los elementos de puntería o la boca de fuego, por ejemplo, durante el retroceso. El tiro predictivo, por otra parte, es saber dónde crees que va a estar la boca de fuego según una «conducta predictiva consistente» [consistent predictive behavior] (término acuñado por el tirador profesional Ben Stoeger).

Para comprobar este concepto utilizando un fusil o una pistola, la próxima vez que vayas al campo o galería de tiro, pon un blanco a entre 15 y 20 metros de distancia. Apuntando al centro de masas del torso (zona A) de ese blanco, realiza cinco disparos consecutivos a una cadencia de fuego cómoda que garantice que todos los impactos vayan exactamente donde los quieres y recuerda cómo parece y se siente ese proceso del tiro.

Casi seguro que disparaste esos cinco cartuchos de forma reactiva. En otras palabras, alineaste los elementos de puntería, disparaste, observaste cómo los elementos de puntería volvían a estar sobre el punto de puntería (PdP) y cuando estaban sobre el lugar previsto volviste a presionar el disparador. El proceso del tiro, dividido en partes, consiste en realizar un disparo, esperar a que los elementos de puntería vuelvan a estar sobre el blanco y entonces verificar su alineación (confirmación visual) antes de volver a presionar el disparador.

Prepara el mismo ejercicio de tiro y esta vez no esperar a tener confirmación visual después de disparar. El movimiento de los elementos de puntería tiene que seguir una trayectoria vertical perfecta, de abajo a arriba, con el retroceso de cada disparo. En cuanto veas que los elementos de puntería se mueven o, aun más importante, notas que la boca de fuego vuelve a bajar (desde la posición más alta), empieza a presionar el disparador antes que los elementos de puntería vuelvan a estar sobre el PdP. Aunque los elementos de puntería se encuentren en proceso de recuperar su punto inicial de alineación respecto al PdP original, para cuando termines de presionar el disparador, todo estará perfectamente sincronizado. Todo esto, si se ejecuta por una sensación anticipatoria, con una ejecución eficiente de la mecánica y una sincronización perfecta del disparo, es un ejemplo de tiro predictivo.

Hace muchos años, a principios de la década de 1990, el difunto tirador profesional Mike Voigt enseñaba a sus alumnos a «estar allí antes», es decir, a conocer tan bien las paradas de su movimiento de desenfunde o los puntos del recorrido de transición (incluido el recorrido por exceso o por defecto) o la recuperación del retroceso (el camino arriba y abajo) que pudieras ponerte mentalmente allí tú mismo antes que el arma de fuego se moviera a la posición física prevista. Una buena demostración de lo que Voigt enseñaba se puede ilustrar con un ejemplo del movimiento de desenfunde de una pistola.

Mientras que el tiro reactivo requiere el enfoque visual sobre los elementos de puntería, el tiro predictivo implica sentir el retroceso del arma y prever cuándo volverán a estar sobre el blanco los elementos de puntería.

Pon un blanco a 10 metros por lo menos con una zona A claramente definida. Empezando desde la funda, saca la pistola con un buen empuñe y alinea los elementos de puntería con una imagen perfecta de los elementos de puntería superpuesta en la zona A. Cuando hayas confirmado visualmente esta imagen de los elementos de puntería, entonces puedes presionar el disparador. En cambio, si en el proceso de adquirir un buen empuñe notas que estás sobre el blanco antes de tener confirmación visual, entonces puedes empezar a presionar el disparador porque notas que ya estás allí. Llegado a este punto, has desarrollado tal habilidad que una fracción de segundo antes puedes predecir que los elementos de puntería estarán perfectamente alineados al terminar de presionar el disparador al final del movimiento de desenfunde. Por supuesto, no has violado ninguna norma fundamental de seguridad. Sin embargo, te has ahorrado unas centésimas, si no décimas, de segundo preciosas al disparar predictivamente.

Por un blanco metálico en la línea de 25 metros. Apunta al metal y, aplicando un buen empuñe y un buen control del retroceso, realiza cinco disparos consecutivos sin fallar utilizando el tiro predictivo. Cuando termines,

apunta el número de impactos (con algo de suerte cinco) y vuelve a realizar el mismo ejercicio, pero ahora utiliza el tiro reactivo. Compara la diferencia entre los dos métodos –predictivo frente a reactivo–. En cuanto puedas apreciar y notar claramente la diferencia, te darás cuenta del valor de entrenar el tiro predictivo.

Cuando se trata de tiro predictivo o tiro reactivo, la mecánica es física, mientras que la consistencia es mental. Al hacer ese ejercicio de tiro varias veces seguidas, comprobarás que el ejercicio de disparar predictivamente desarrolla además tus habilidades en tiro reactivo. La razón es que estás asumiendo el control de la boca de fuego antes y nunca «esperas» para hacer que la pistola se comporte como quieres. Otra forma de ver el tiro predictivo es que estás integrando tu atención e intención antes del disparo, lo que equivale a enfoque mental combinado con enfoque visual. La combinación de este enfoque mental/visual es lo que te permite un mayor grado de control total y sincronización de los disparos.

Lleva algo de tiempo acostumbrarse si nunca has disparado predictivamente. Cuando lo pruebes por primera vez, ten en cuenta que no es un ejercicio de velocidad, sino un ejercicio de sincronización. Todo consiste en cuándo presionar el disparador otra vez –no en lo rápido que lo presiones–. Puedes disparar predictivamente a altas velocidades o a velocidades más cómodas. Está totalmente en tu mano descubrir y apreciar la diferencia entre los dos métodos. No obstante, se recomienda que sobrepases tu curva de habilidad y dispires más rápido hasta el fallo para encontrar dónde reside exactamente ese límite de tu control predictivo.

En el proceso del tiro, puedes observar que a veces te apartas de la trayectoria predecible de abajo a arriba de la boca de fuego. Sin embargo, si puedes verlo, puedes corregirlo. Recalibrar ese camino de abajo a arriba a la cadencia que sea con que puedas manejarlo, te permite corregir cualquier problema con tu predictibilidad. En otras palabras, cuando falles, recalibra tu enfoque visual y mental para seguir el movimiento predictivamente. Por el contrario, si no buscas el fallo y no fallas el blanco, entonces no te estás exigiendo lo suficiente. Toda esta magia negra solo funciona cuando fallas intencionadamente, de forma que puedas aprender de cada error. Cada lección aprendida te acerca más a un mayor nivel de comprensión mental, una mayor habilidad mecánica y un mejor rendimiento en tiro.

Uno de los factores fundamentales del tiro predictivo es permanecer mentalmente enfocado en tu punto de impacto (PdI) deseado. Para comentar, confirmemos que el PdP está muy cerca o sobre tu PdI. Rob Leatham enseña que el cuerpo no puede ir donde la mente no ha ido y esa es la razón por la que recomienda a sus alumnos que «toquen el blanco con la mente». Los trucos mentales de Jedi de Leatham es lo que te ayudará a guiar la boca de fuego, ya en movimiento, exactamente a donde la quieras por sensación. Rob describe la fórmula de esfuerzo-trabajo del proceso del tiro como un 80% de sensación con solo un 20% de confirmación visual. Ese 80% (sensación) es el polvo mágico de hada que hace que el tiro predictivo funcione.

A través del tiro predictivo puedes aprender un medio alternativo para disparar con precisión sin tener que esperar una imagen convencional de los elementos de puntería para cada disparo. Aunque tendrás esa imagen de los elementos de puntería, será cuando salga el siguiente disparo, en lugar de obligarte a esperar que los elementos de puntería se alineen, lo que añade eficiencia y velocidad a tu creciente habilidad.

Cuando aprendas por primera vez cómo disparar predictivamente, permanece mentalmente enfocado en tu PdP y realiza dos disparos consecutivos. Como diría Leatham, «al principio es un salto de fe» para ti confiar dónde aterrizará ese segundo disparo por sensación. Sin embargo, a medida que eres más hábil y conocedor del concepto de «estar allí antes» (Voigt) se trata menos de una cuestión de fe ciega y más de una función de «conducta predictiva consistente» (Stoeger).

En cuanto seas capaz de hacerlo, puedes empezar a ir más rápido –por encima de tu nivel de habilidad–. Ir más allá de tu zona de confort estirará tu curva de habilidad hasta un punto que no había llegado antes. Cada ejercicio o práctica de tiro que realices es un experimento hasta que empiece funcionarte y sea repetible. Cuando seas capaz de repetirlo a demanda el 80% de las veces, entonces ya lo tienes. El rendimiento repetible a demanda es la línea de demarcación en la que familiaridad se convierte en confianza.

Continúa mental y visualmente enfocado. Si levantas el pedal del acelerador mental o pierdes enfoque visual, aunque solo sea una centésima de segundo, es como soltar las manos del volante cuando conduces a 120Km/h por la autopista. En otras palabras, pierdes el control del tiro si abandonas mental o visualmente el edificio al disparar predictivamente. En lugar de confirmación visual o táctil consciente (verificación), el enfoque mental y visual (blanco) es todo lo que mantiene la alineación en su sitio (80%) antes de salir el disparo, en cuyo momento los ojos confirman (20%).

Mantener un enfoque predictivo, tanto mental como visualmente, te permitirá «estar allí antes» (Voigt), por lo que todo lo que queda es la mecánica de lanzar un proyectil con la sincronización adecuada, también conocida como presión precisa del disparador. Mantener el enfoque de esta forma te proporciona un movimiento eficiente y una colocación con precisión milimétrica sobre tu deseado punto de impacto con velocidad.

Disparar predictivamente te ayuda a entrenar cómo hacer que la pistola se comporta de la forma que quieres. Cuanto más repetible puedas hacerlo, más cerca estarás de encontrar el santo grial de la consistencia del tiro. Cuando se trata de tiro predictivo o reactivo, la mecánica es física, mientras que la consistencia es mental. Uno de los factores fundamentales del tiro predictivo es permanecer mentalmente enfocado en tu punto de impacto deseado.

Al disparar una pistola, la corredera se mueve más rápido que lo que puedas reaccionar físicamente. Es la precisa razón por la que Leatham les dice a sus alumnos de tiro basado en rendimiento «tienes que conseguir hacerlo todo antes». Bien, ¿antes de qué? La respuesta es antes de donde te encuentras en el proceso del tiro, tanto física como mentalmente.

Según Leatham, el proceso del tiro no es más que darle estabilidad a la alineación y soltar el disparo sin perturbar esa alineación. El proceso es lo suficientemente sencillo como para entenderlo, pero no tan fácil como para realizarlo a demanda, repetidamente, más del 80% de las veces, especialmente si se te exige conseguirlo en tiempos más desafiantes y con precisión.

El tiro predictivo se presta a tu «estar allí antes» en el proceso del tiro. Los procesos mecánico y mental de darle predictivamente estabilidad a la alineación te permite descubrir mayores eficiencias que de otra forma se escaparían a la observación en la modalidad de tiro reactivo.

Estás invitado a experimentar el tiro predictivo. No obstante, ten en cuenta que consiste únicamente en velocidad, sino en perfeccionar la sincronización.

Obligarte continuamente a aumentar tu habilidad y mantener ese enfoque mental y visual a lo largo del proceso del tiro mejorará tu habilidad general en el tiro. Con práctica y disciplina, descubrirás que el tiro predictivo puede transformar tu habilidad en el tiro, proporcionándote a fin de cuentas un mayor y más «conductual» control y consistencia.

Dicho simple y llanamente, el tiro reactivo es cuestión de reaccionar a los elementos de puntería, mientras que el tiro predictivo es anticiparse a dónde estarán los elementos de puntería según una «conducta predictiva consistente».

Tanto si eres un tirador novato como si eres un tirador experimentado, aprovechar estos principios y experimentar con la metodología del tiro predictivo pueden ayudarte a mejorar tu habilidad general en el tiro. La mejora no aparece de la noche a la mañana. Práctica continua y repeticiones bien hechas son la clave para dominar el tiro predictivo. Los avances se miden en pequeños incrementos que se acumulan a largo plazo. No te desanimes si te atascas o progresas lentamente y céntrate en mejorar progresivamente a lo largo del tiempo. A medida que continúes desarrollando tu habilidad de tiro predictivo, posiblemente comprobarás que este método de tiro afecta positivamente a tu habilidad de tiro reactivo. Mayor habilidad se traduce en mejores resultados en la aplicación práctica, desarrollando tu confianza y rendimiento.

Al comparar el tiro predictivo y el tiro reactivo es fundamental entender que ambas metodologías tienen sus ventajas.

El tiro reactivo se aplica de forma práctica para colocar disparos con precisión, mientras que el tiro predictivo se recomienda al entrenar para ayudarte a desarrollar un proceso del tiro más eficiente al llegar allí antes visual y mentalmente. La clave es aprovechar el contraste entre los dos métodos y cosechar los frutos de su aplicación práctica.

A medida que vayas perfeccionando tu habilidad tanto en tiro predictivo como en tiro reactivo, puedes descubrir que tu crecimiento como tirador se mide tanto en tiempo como en precisión (resultados). La clave es mantener una mente abierta respecto a esta técnica de entrenamiento no convencional, mantener el enfoque mental y visualmente y estar dispuesto a salir de tu zona de confort.

Fuente: Este artículo es una traducción NO autorizada de su original en inglés Reactive vs. Predictive Shooting, escrito por Steve Tarani y publicado en Shooting Illustrated el 7 de agosto de 2023.