



Ideada y propuesta por Robert Nideffer en 1976, la teoría de los estilos atencionales sostiene que la ejecución deportiva está estrechamente relacionada con el estilo o foco atencional del deportista, y que, por eso mismo, si somos capaces de identificar cuál es realmente ese particular estilo, resultará mucho más fácil entender y predecir el resultado de la ejecución en una gran variedad de situaciones. Para Nideffer (1976), igual que hay diferencias fisiológicas o intelectuales entre las personas, también las hay en lo referente a sus habilidades atencionales, habilidades que si se desarrollan de forma conveniente pueden ayudar al individuo a hacer frente en cada momento a las diferentes exigencias de su especialidad deportiva.

