

RELACIÓN ENTRE LAS VARIABLES PEDAGÓGICAS DE ENTRENAMIENTO DE UN EQUIPO DE MINIBASKET

María Cañadas¹, Isabel Parejo², Sergio J. Ibáñez², Javier García², & Sebastian Feu³

Grupo Optimización Entrenamiento y Rendimiento Deportivo. G.O.E.R.D.; ¹ Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia; ² Facultad Ciencias del Deporte. Universidad de Extremadura; ³ Facultad de Educación. Universidad de Extremadura.

mariacanas@um.es

INTRODUCCIÓN

Este estudio surge ante la importancia de analizar el proceso de entrenamiento y conocer cómo se entrena en las primeras etapas de la formación deportiva. El objeto de este estudio es analizar cómo plantea un entrenador de baloncesto la enseñanza de las fases de juego en categorías de iniciación.

MÉTODO

Se trata de un estudio descriptivo, de carácter cualitativo basado en un estudio de caso único. Se analizaron un total de 452 tareas, organizadas en 80 sesiones de entrenamiento y planificadas por un entrenador para un equipo de minibasket durante la temporada 2004-2005.

Las variables del estudio son: *fase de juego*, *situación de juego*, *tipo de contenido* y *contenido*; elementos que definen cada una de las tareas de entrenamiento (Ibáñez, 2008). Se realizó el análisis descriptivo de la variable fase de juego y un análisis inferencial no paramétrico (chi-cuadrado y coeficiente de contingencia). Mediante el valor de los residuos tipificados corregidos (RTC) se interpretaron las diferencias encontradas entre las variables ($>|1.96|$).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

El análisis descriptivo de la variable *fase de juego* muestra un predominio de las tareas de entrenamiento dedicadas a la fase de ataque (62.1%), respecto a aquellas dedicadas tanto a la fase de defensa (16.2%) como a la fase mixta (21.7%), Ibáñez (2008) justifica este hecho con por la necesidad de “construir antes que destruir”, como un principio de enseñanza-aprendizaje constructivista en estas etapas formativas.

El análisis inferencial muestra una relación entre las variables *fase de juego* y *situación de juego* ($\chi^2_{(24, N=451)}=287.1, p<.001; C=.624, p<.001$). A través de los RTC, observamos que para trabajar la fase de ataque se ha utilizado en una proporción mayor situaciones sin oposición (1vs0, 2vs0) y para la defensa se ha trabajado en una proporción mayor tareas con oposición (1vs1). Martínez de Santos (2004) encontró resultados similares. Puesto que el baloncesto es un deporte de oposición, es necesaria la contextualización del entrenamiento para desarrollar el aprendizaje en las condiciones de práctica reales. Además, el trabajo con oposición favorece el aprendizaje, no solo por el hecho de suponer un reto (Sáenz-López, 2009), sino también al generar incertidumbre, que permite que el jugador desarrolle la percepción y la toma de decisiones inherentes a este deporte (Giménez & Sáenz-López, 2007; Sáenz-López, 2009).

No se han encontrado relaciones estadísticamente significativas entre las dos fases de juego analizadas y el resto de categorías de la variable situación de juego.

Con el objeto de saber qué tipo de contenidos se trabaja en situaciones sin oposición, analizamos la relación existente

entre las variable *situación de juego* y *tipo de contenido* ($\chi^2_{(120, N=451)}=1012.3, p<.001; C=.832, p<.001$), y *situación de juego* y *contenido* ($\chi^2_{(456, N=451)}=1767.58, p<.001; C=.893, p<.001$). Los RTC muestran que las situaciones de 1vs0 se han utilizado en una mayor proporción para trabajar gestos individuales de ataque (RTC=15.7). El lanzamiento a canasta es uno de estos gestos, de tal forma que este contenido se ha desarrollado en una mayor proporción en situaciones de juego de este tipo (RTC=13.08). Un 80% de las tareas cuyo objetivo es el aprendizaje/desarrollo del lanzamiento a canasta se practica de este modo. Estudios sobre el juego afirman que la mayor parte de los lanzamientos de un partido de baloncesto se realizan con oposición (Ortega, Cárdenas, Sainz de Baranda & Palao, 2006). De nuevo vuelve a confirmarse que el entrenamiento se desarrolla en una situación descontextualizada.

CONCLUSIONES

El entrenador de este estudio dedica un mayor número de tareas al trabajo ofensivo en detrimento del trabajo defensivo. Las situaciones de entrenamiento en las que se desarrollan los aspectos ofensivos son predominantemente sin oposición, mientras que en el caso de la defensa son más usuales las situaciones de 1vs1. Este tipo de tareas descontextualizadas se han planteado, en mayor medida, para trabajar gestos individuales de ataque como el lanzamiento a canasta. Este tipo de estudios, que analizan el proceso de entrenamiento, proporcionan gran información a la hora de generar principios de enseñanza deportiva con una mayor aplicación en la práctica; promocionando la creación y desarrollo de programas formativos para entrenadores, y las consecuentes mejoras en el proceso y la formación de estos y los jóvenes jugadores de baloncesto.

REFERENCIAS

- Giménez, F. J., & Sáenz-López, P. (2007). Estrategias lúdicas para mejorar la percepción y decisión de los jugadores y jugadoras. En G. Ortega & A. C. Jiménez (Coord.), *Baloncesto en la Iniciación* (pp. 123-138). Sevilla: Wanceulen.
- Ibáñez, S. J. (2008). La planificación y el control del entrenamiento técnico-táctico en baloncesto. En N. Terrados & J. Calleja (Coord.), *Fisiología, entrenamiento y medicina del baloncesto* (pp. 299-313). Barcelona: Paidotribo.
- Martínez de Santos, R. (2004). La planificación del entrenamiento del baloncesto como estrategia mixta. En S. J. Ibáñez (Coord.), *Cuadernos Técnicos. I Congreso Ibérico de Baloncesto* (Monografía No. 1) (pp. 32-39). Sevilla: Wanceulen.
- Ortega, E., Cárdenas, D., Sainz de Baranda, P., & Palao J. M. (2006). Analysis the final action used in basketball during formative years according to player's position. *Journal of Human Movements Studies*, 50(421- 437).
- Sáenz-López, P. (2009). Diseño de tareas tácticas y técnicas en la iniciación al baloncesto. En G. Ortega & A. C. Jiménez (Coord.), *Táctica y Técnica en la Iniciación al Baloncesto* (pp. 117-133). Sevilla: Wanceulen.