

LA PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DEL BALONCESTO COMO ESTRATEGIA MIXTA

R. Mtz. de Santos Gorostiaga

Instituto Vasco de Educación Física

En el entrenamiento del baloncesto, como en el de cualquier otro deporte, pueden distinguirse dos grandes aspectos: el de la selección las actividades de práctica y el de su puesta en marcha en las sesiones de entrenamiento.

El primer elemento, el de la distribución del tiempo de práctica, hace referencia a lo que podemos denominar **estrategia de entrenamiento**.

El segundo, con una mayor tradición investigadora, da paso a la identificación de diferentes **estilos de entrenamiento**, que se corresponden, sobre todo, con aspectos metodológicos de organización y gestión del grupo y las tareas.

La presente comunicación pretende, con el apoyo de datos reales, discutir sobre las estrategias de intervención teniendo en cuenta los siguientes objetivos: a) justificar la necesidad de considerar, en parte, el entrenamiento del baloncesto como una estrategia mixta; b) categorizar los medios de entrenamiento a partir de tres criterios fundamentales (motricidad, reglamentación, rasgos pertinentes); c) describir las estrategias de entrenamiento aparecidas en un campus de verano.

A/ A partir de algunas ideas clave de la teoría de la decisión racional podemos concebir el entrenamiento como una estrategia mixta en la que a los rasgos pertinentes de los distintos medios se les asignan distintas probabilidades de aparición. En el plano inductivo, podemos aspirar a describir las estrategias más comunes; en el plano deductivo, podemos retomar los principios del entrenamiento de los deportes y cuestionar su fundamento teóricos.

B/ Las actividades se pueden clasificar en situaciones motrices y no motrices; en regladas o por consigna; se pueden clasificar, además, según los universales ludomotores y otros rasgos pertinentes relevantes.

C/ Se analizaron 95 horas de práctica de 13 entrenadores a partir de la transcripción escrita de los entrenamientos. Para el análisis se tuvieron en cuenta los rasgos de lógica interna más relevantes (espacio, comunicación práctica directa, sistema de puntuaciones), la duración asignada a cada actividad y las modificaciones reglamentarias realizadas.

Los resultados permiten describir aspectos importantes de la práctica: i) altas divergencias en las duraciones de las actividades, aunque subyace una lógica sujeta, posiblemente, al rasgo agente locomotor; ii) uso principalmente cerrado del espacio, o con un elevado espacio individual de interacción; iii) casi un 80% de la práctica se corresponde con sólo 3 estructuras ludomotrices; iv) más del 60% de la práctica es de baja semiotricidad; v) ausencia casi total de situaciones de riesgo; vi) las modificaciones reglamentarias afectan sobre todo a la red de roles y la de subroles sociomotores, en relación directa con la estructura ludomotriz (duelos disimétricos, todos contra uno).

Todos los entrenadores estudiados emplean una estrategia mixta, aunque la probabilidad de aparición asignada a los medios de entrenamiento en función de sus rasgos pertinentes es distinta en cada caso y no equiprobable. Esto no impide, sin embargo, poder explorar la existencia de estrategias homogéneas o equivalentes.