

## 4. ESTUDIO DE LA METODOLOGÍA DE ENTRENAMIENTO UTILIZADA EN UN EQUIPO MASCULINO DE MINIBASKET

**Cañadas, M. y García, J.**

Facultad de Ciencias del Deporte; Universidad de Extremadura.

marialonso15@hotmail.com

### RESUMEN

La enseñanza del baloncesto, al igual que la de cualquier otro deporte, se encuentra con el dilema de qué metodología es la más adecuada para conseguir el aprendizaje del contenido deportivo que se desea enseñar. Podemos distinguir dos vías metodológicas diferenciadas, representadas por dos modelos el más tradicional y mecanicista y el modelo alternativo, más comprensivo. Muchos son los estudios que pretenden conocer cuál de los dos métodos es el más eficaz.

Cuando nos referimos a la enseñanza de jugadores que se encuentran en la etapa de iniciación son muchos los autores que prefieren optar por el modelo alternativo.

El objeto de nuestro estudio es analizar las sesiones planificadas por un entrenador que ha decidido trabajar bajo un modelo alternativo y teniendo en cuenta el proceso formativo.

La muestra la configuran el entrenador a cargo del equipo, con formación universitaria y con un año de experiencia en el campo del entrenamiento de baloncesto, y los jugadores de un equipo de segundo año de minibasket, con edades comprendidas entre los 10-11 años y con una experiencia media de 2-3 años. Se analizaron los datos extraídos de dos entrenamientos semanales con una duración, cada uno, de 60 minutos.

Se establecieron una serie de categorías definiéndose los distintos grados de apertura en cada una de ellas, de tal forma que nos permitieran extraer conclusiones referentes a la metodología utilizada.

Tras el registro de cada una de las variables presentes en cada entrenamiento analizado, y después de pasarlo a soporte informático, se realizó dos tipos de análisis: descriptivo y correlacional, utilizando para ello el SPSS.

De los resultados obtenidos en nuestro estudio, podemos decir que el entrenador analizado trabajó siguiendo las pautas que marca el modelo alternativo y teniendo en cuenta la etapa formativa en la que se encuentran sus jugadores. Una explicación de esto puede ser debido a que gran parte de su formación universitaria, como entrenador, se ha centrado en este modelo.