

22. LAS HABILIDADES MOTRICES BÁSICAS EN LA INICIACIÓN DEPORTIVA AL BALONCESTO

J. Ticó, J. Serna

INEF Catalunya – Universitat de Lleida; C.B. Lleidabasquet – Plus-Pujol.

jtico@inefc.UdL.es; jserna@coplefc.com

Resumen

A partir del análisis de las deficiencias que se dan en los procesos de formación deportiva de los equipos de iniciación, hemos querido llamar la atención sobre el poco e inadecuado trabajo que se realiza sobre las capacidades motrices básicas, especialmente en edades donde el entrenamiento de estas capacidades es especialmente importante para la formación motriz de un jugador.

Partimos de la contextualización de los contenidos que, a nuestro parecer, deberían contemplarse en los procesos de iniciación deportiva a los deportes de oposición-cooperación, entre las que se ubican las capacidades coordinativas. A continuación realizamos una propuesta de clasificación entre las que desarrollamos especialmente las habilidades motrices básicas, como necesario paso anterior al trabajo de las habilidades motrices específicas.

Esta clasificación pretender huir de condicionantes fisiológicos y neurológicos, sino está especialmente orientada a las habilidades susceptibles de entrenar, a las que podemos asociar cierta transferencia a los deportes de oposición-cooperación. A modo de ejemplo, proponemos diferentes tipos de recursos susceptibles de ser utilizados para su desarrollo, y una orientación sobre la implantación de estas actividades por edades en función de las características evolutivas de los jugadores.

Finalizamos reivindicando la figura del coordinador técnico deportivo como figura que permitiría mejorar los procesos de iniciación deportiva, siempre y cuando adquiera responsabilidad efectiva sobre la planificación, desarrollo y supervisión de los programas deportivos.