

## **RESUMEN PONENCIA 8**

### **EL CONTROL DEL ENTRENAMIENTO COMO MEDIO DE FORMACIÓN PERMANENTE DEL ENTRENADOR DE BALONCESTO.**

*Profesor Dr. Sergio José Ibáñez Godoy*

Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura. España

sibanez@unex.es

El estudio de los procesos de formación de los entrenadores españoles de baloncesto ponen de manifiesto la existencia de diferentes medios para su formación permanente y la importancia de cada uno de ellos (charlas y coloquios 24,2%, lectura de libros especializados 20,6%, cursos y clinic 17,3%, revistas especializadas 10,5% o televisión 10,4%). Además de estos medios y recursos, los grupos de expertos entrevistados destacan la importancia del autoaprendizaje y del ensayo-error en la formación permanente de los entrenadores. Conocer cómo se está entrenando es el primer paso para poder mejorar el proceso de formación de los jugadores y por extensión, el proceso de formación continua del entrenador.

El análisis detallado de los procesos de entrenamiento entraña una dificultad añadida, debido a la ausencia de tradición en el registro sistemático de las sesiones de entrenamiento. A pesar de ello, cada vez son más los entrenadores que registran y planifican sus sesiones de entrenamiento.

El objetivo de esta ponencia es mostrar cómo los entrenadores pueden mejorar su propia formación si son capaces de registrar una serie de variables en sus sesiones de entrenamiento. Pero, ¿qué podemos registrar? Además de los elementos básicos de cualquier sesión de entrenamiento, gráfico y descripción de la tarea, habría que registrar otra serie de elementos, que permitan al entrenador un posterior análisis. Proponemos el registro de varios elementos, tales como: la fase de juego que se quiere entrenar (ataque o defensa), la situación de entrenamiento que se propone (1 x 1, 2 x 1, etc), el contenido de entrenamiento que se desea potenciar. Además, se podrán registrar otros elementos relacionados con cada tarea, de mayor complejidad y dificultad en sus análisis, tales como los medios de entrenamiento, los objetivos para cada tarea, etc. Estos nuevos elementos deberán implantarse de forma progresiva. El empleo de los recursos que nos ofrecen las nuevas tecnologías permitirá facilitar el análisis de esta información. Un simple análisis descriptivo nos mostrará cómo se ha entrenado y la evolución de estos elementos a lo largo de una temporada.

La ausencia de modelos formativos a los que ajustarse provoca un gran vacío en los entrenadores que no saben si el trabajo realizado es el idóneo. La importancia del asesoramiento de entrenadores expertos y el mentoring, es fundamental en las etapas de formación del entrenador novel. La experiencia acumulada de los entrenadores veteranos, basada en un conocimiento práctico, debe ser complementada por modelos de formación con fundamento científico que permitan una formación completa y progresiva del jugador.