



WANCEULEN
EDITORIAL DEPORTIVA

Revista

WANCEULEN E.F. DIGITAL

Número 7 – Diciembre 2010

**EL PROCESO DE FORMACIÓN
DEL JUGADOR**

Pedro Sáenz-López Buñuel

Universidad de Huelva

Palabras clave: Formación del jugador, baloncesto

Resumen:

La formación de los jugadores de baloncesto que llegan a la élite plantea numerosas interrogantes. Nos gustaría conocer por qué unos jugadores llegan a la alta competición y otros que han destacado más de jóvenes, no logran destacar en senior. Tradicionalmente, los talentos deportivos se han estudiado desde el punto un vista biomédico, pero su aproximación desde una perspectiva psicosocial, ha sido escasa. El interés por esta temática nos ha llevado a abordar diversas investigaciones, algunas a través de proyectos de investigación del Consejo Superior de Deportes, que vamos a tratar de sintetizar y enlazar en la presente publicación, centrándonos especialmente en las implicaciones.

Para abarcar el tema realizamos un total de 48 entrevistas a entrenadores, jugadores, jugadoras, coordinadores de cantera y expertos. Las entrevistas fueron grabadas, transcritas literalmente y analizadas a través de unos códigos previamente establecidos y entrenados por los equipos de investigación y finalmente ordenadas a través del programa de análisis de datos cualitativos Aquad.

Los resultados han sido francamente interesantes, destacando la importancia del contexto sobre el resto de factores. También recalcan especialmente en las jugadoras, los aspectos psicológicos como la motivación, el deseo de aprender, la capacidad de competir o la confianza. A nivel táctico es destacable la capacidad de tomar decisiones y a nivel físico la velocidad. Sorprende que los aspectos técnicos y antropométricos, siendo importantes, no sean los que más destacan.

Por último, enumeramos en base a estos datos, una serie de implicaciones en el entrenamiento deportivo, en la selección de talentos y en la gestión de un club de formación de jóvenes.

Agradecimientos

Este trabajo es un compendio de anteriores publicaciones que provienen de diversos proyectos de investigación, algunos de ellos financiados por el Consejo Superior de Deportes. Por esta razón, se trata de un trabajo en equipo que he tenido el placer de coordinar. Quisiera comenzar agradeciendo el nivel de implicación intelectual de Javier Giménez y Ángela Sierra de la Universidad de Huelva, de Sergio Ibáñez y Sebastián Feu de la Universidad de Extremadura, de Ana Concepción Jiménez de la Universidad Politécnica de Madrid, Mauro Sánchez de la

Universidad de Castilla La Mancha y Ricardo Pérez, profesor de Secundaria.

A nivel institucional, queremos agradecer al Consejo Superior de Deportes por financiar dos proyectos de investigación, a la Federación Española de Baloncesto que nos ha facilitado información y documentación y a las universidades, en particular a la Universidad de Huelva por apoyar incondicionalmente estos trabajos. Y por supuesto a los entrenadores, jugadores, coordinadores y expertos entrevistados por su disposición y sus interesantes aportaciones.

1.- FASES EN LA FORMACIÓN DEL JUGADOR

La enseñanza de cada modalidad deportiva debe secuenciarse a lo largo de diferentes etapas, de forma progresiva y atendiendo a las características, edad y nivel de los alumnos, y buscando la mejora de éstos en los ámbitos técnico-táctico, físico y psicológico (Giménez, 2000).

Por tanto, para llegar a la alta competición un deportista debe pasar por un proceso de formación adecuado. No obstante, en numerosos contextos han interpretado que para llegar a la élite, el rendimiento debe iniciarse desde el principio. Debemos reconocer que tanto clubes, entrenadores, padres y medios de comunicación fomentan los éxitos de los chavales desde que comienzan a practicar deportes. A estos argumentos, deberíamos añadir la opinión de autores como Giménez (2000) que consideran que la formación debe tener un objetivo educativo por lo que el rendimiento no debería ser el fin último del proceso.

Comencemos por exponer de forma esquemática, dos clasificaciones que nos parecen explicativas de lo que la mayoría de los autores consideran que debe ser este proceso de formación en el deporte del baloncesto.

RUIZ y SÁNCHEZ (1997)	GIMÉNEZ (2000)
1.- INICIACIÓN Comienzo, primeras experiencias Acceso a prácticas y conocimientos Fase inicial del aprendizaje deportivo Importancia del contexto social	1.- INICIACIÓN Aplicación de habilidades genéricas en el juego deportivo Inicio del trabajo de habilidades específicas
2.- DESARROLLO	Trabajo colectivo básico
3.- OPTIMIZACIÓN	2.- DESARROLLO Específico
4.- MANTENIMIENTO	Especializado
5.- DESENTRENAMIENTO	3.- PERFECCIONAMIENTO Especialización Polivalencia

Cuadro 1.- Fases de la formación deportiva (Sáenz-López et al, 2006, p. 26).

Es generalizada la opinión de que el niño desde que nace debe ser estimulado motrizmente con tareas y juegos adecuados física y psicológicamente a sus capacidades. Estas experiencias formarían los cimientos del proceso de aprendizaje de un deporte como el baloncesto, a través de los que sería una correcta Educación Física de Base. Así llegamos a uno de los momentos claves en la formación que en el cuadro 1 se ha denominado "iniciación". Al tener en niño capacidad de practicar un deporte sobre los 8-9 años, en numerosos contextos se comienza esta fase de forma excesivamente especializada e incluso buscando el rendimiento individual y colectivo. Sin embargo, los autores citados abogan por una iniciación que suponga una transición del dominio de las habilidades básicas y genéricas, al inicio de las específicas. De hecho, la mayoría de los deportes tienen una adaptación del reglamento para estas edades, en nuestro caso el minibasket (9-11 años). Aún así, coincidimos con autores como Piñar (2005) en la necesidad de modificar las reglas más todavía en esta categoría.

Consideramos que la categoría infantil (12-13 años) debería suponer la auténtica iniciación al baloncesto, incluyendo algunas modificaciones reglamentarias, particularmente el primer año por tratarse de un momento muy importante en el aprendizaje de los medios técnico-tácticos, particularmente el tiro, y sin embargo, la altura de la canasta y el tamaño del balón aumentan desproporcionadamente en comparación con el minibasket. A partir de la categoría cadete (14-15 años), debe comenzar una fase en la que la dedicación y la especificidad suele ser clave para los jugadores y jugadoras que pretendan llegar al máximo rendimiento (Sánchez, 2002).

Particularmente, en baloncesto podemos observar que la edad de máximas prestaciones en baloncesto está alrededor de los 30 años y muchos jugadores alargan su carrera deportiva al más alto nivel más allá de los 35 años. Estos datos nos deben hacer reflexionar sobre cuál es la edad en la que hay que detectar al joven talento y trabajar con él al máximo nivel y la forma de hacerlo para que el resultado final sea el óptimo.

Pau Gasol reconoce en su libro autobiográfico (Gasol, 2006) que de joven jugaba en el equipo de su barrio y aunque era muy alto, no iba seleccionado ni con el combinado de Cataluña. No fichó por el Barcelona hasta junior y en contra del entrenador que no confiaba en él. De hecho, afirma que llegó a la selección junior "casi por recomendación" su protagonismo en el oro del campeonato del mundo junior en Lisboa 99, fue escaso. Hay más ejemplos de este tipo. Dirk Nowiski probó por el Barcelona siendo junior y no lo seleccionaron. Algo parecido ocurrió con Jorge Garbajosa con el Real Madrid. Felipe Reyes, siendo llegó a jugar un año en el cadete D. El mismo Michael Jordan, no fue seleccionado con 14 años para representar a su "High School" (instituto). Aunque también hay ejemplos de jugadores que destacan pronto y llegan a la élite, como Ricky Rubio, en un trabajo anterior, demostramos que son una minoría (Feu, Ibáñez y Sáenz-López, 2006) y que ser internacional cadete, no garantiza estadísticamente llegar a jugar en la selección absoluta.

Asumiendo que se trata de un tema complejo y multidisciplinar, hemos querido profundizar en las claves por las que los jugadores llegan a la elite a través de dos proyectos de investigación financiados por el Consejo Superior de Deportes. A continuación, presentamos una síntesis de los datos y conclusiones.

2.- CLAVES PARA QUE UN JUGADOR LLEGUE A LA ALTA COMPETICIÓN

Para conocer las claves por las que un jugador llega a la elite, sería ideal abarcar estudios longitudinales con jugadores infantiles y cadetes haciendo un seguimiento para tratar de analizar por qué algunos terminan llegando y otros no. Es de imaginar que abordar este tipo de estudios es costoso en tiempo y dinero, además de la dificultad metodológica para controlar todas las variables. Una alternativa es partir de los jugadores que ya han llegado y realizar entrevistas sobre su formación tratando de descubrir las causas que para ellos han sido claves, así como su opinión sobre por qué otros jóvenes jugadores con talento se quedaron por el camino. Se trata, por tanto, de un estudio cualitativo que se plantea desde una perspectiva psico-social.

En total hemos entrevistado a 7 jugadores y 14 jugadoras de la selección española. Además de esta importante muestra, hemos entrevistado a entrenadores y coordinadores de cantera de los clubes que más jugadores aportan a la ACB y a la selección (Sáenz-López y Ponce, 2004). En total, han sido 41 entrevistas que se han transcrito literalmente y analizado a través de unos códigos previamente establecidos y con un entrenamiento que ha garantizado una fiabilidad superior al 80%. Los textos codificados han sido analizados a través del programa informático aquad que nos facilita la frecuencia (número de veces que se repite cada código) y los textos de cada código para interpretarlos.

Comenzando por la frecuencia, comprobamos en el gráfico 1, que el código que más se repite es el contexto, seguido de cerca por la psicología individual. Si haciendo las mismas preguntas, los entrevistados hablan más de estos códigos, quiere decir que son los temas que más les preocupan. Posteriormente, en el análisis cualitativo, analizaremos si son los más relevantes para los entrevistados.

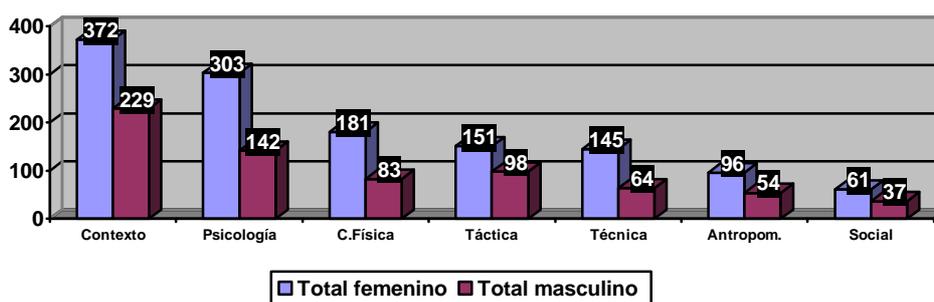


Gráfico 1.- Frecuencias totales del masculino y femenino.

Podemos observar alguna diferencia entre el baloncesto masculino y femenino con estos datos globales. Parece que las mujeres valoran más la psicología individual y la condición física que los hombres. Vamos a presentar un resumen de los aspectos que más destacan como claves en la formación de los jugadores y jugadoras dentro de cada dimensión.

2.1.- Contexto

Como acabamos de comentar, en esta dimensión se agrupa el mayor número de referencias por parte de los entrevistados. Los aspectos más importantes que comentan dentro del contexto, se presentan esquemáticamente en el gráfico 2.

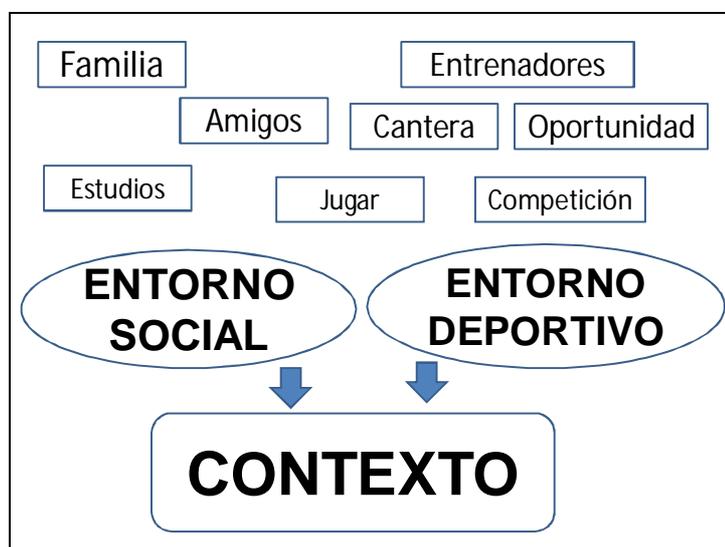


Gráfico 2.- Aspectos claves del Contexto.

El aspecto que más destacan todos los entrevistados es el entorno del deportista, en el que las referencias más importantes se refieren a los padres, y a la necesidad de su apoyo (Knop, 1993):

“Creo que el entorno en el 90% de los casos es el que va a decidir si el jugador va a seguir adelante o no va a seguir adelante” (entrenador 4).

En segundo lugar, aparece el entrenador tiene una gran importancia en esta dimensión, confirmado este dato en investigaciones como las de Saura (1996) o Giménez (2003). Todos los jugadores y jugadoras hacen especial alusión a la importancia de haber contado con buenos entrenadores en sus años de formación:

“la verdad es que yo he tenido una suerte de tener siempre buenos entrenadores” (jugadora 3).

Los entrevistados describen la relevancia capital que tiene el trabajo de cantera y dentro de esta la educación que se le da al deportista. Por otra parte, se destaca la competitividad que aprendieron en sus etapas de formación. Sin embargo, no hay que confundir la capacidad de competir con el rendimiento precoz. La paciencia parece importante en el proceso de formación colaborando en no buscar el rendimiento prematuro ni individual ni colectivo. En esta línea, Pesic, entrenador de gran éxito, afirma en una entrevista que *nunca hay que obligar a los entrenadores de la cantera a que ganen campeonatos con los jóvenes* (Clinic, 2003). Más duro es Obradovic, entrenador campeón de euroliga, quien afirma con contundencia que *no hay nada peor para los jugadores más jóvenes que se busquen resultados* (Clinic, 1995a).

De hecho, la mayoría de los jugadores (las jugadoras menos), comentaban que habían sido jugadores buenos en categorías inferiores, pero había otros jugadores

mejores que no llegaron. Sirva como ejemplo Óscar Yebra, jugador de ACB, comenta: *cuando tenía trece años me hice unas pruebas en el Forum y aparte de decirme que no llegaría a 1,95, me comentaron que me dedicase a otra cosa* (Gigantes, 2004). Parece que en el baloncesto femenino es un poco diferente y aunque hay jugadoras que eran buenas y no han llegado, la mayoría de las que han llegado ya destacaban de jóvenes.

Por otra parte, coincidimos con Sánchez (2002) en la importancia de que los jugadores jueguen mucho por su cuenta fuera de los entrenamientos:

“sí, cuando era pequeña, en iniciación, siempre estaba con un balón, me iba con mis amigos allí, a un polideportivo que había en Cádiz y pasaba muchísimas horas jugando... muchísimas horas fuera de los entrenamientos que es donde se hace un jugador yo creo” (jugadora 2).

El tema de los estudios es realmente interesante y más de la mitad de los jugadores comentan la importancia de los estudios en el proceso de formación. Esta misma proporción destaca la importancia de tener una oportunidad en el momento adecuado.

En definitiva, coincidimos con Puig (1995) y García et al (2003) consideran que los factores relacionados con el contexto tienen tanta importancia como el propio entrenamiento para el éxito del deportista.

2.2.- Psicología individual

Las capacidades psicológicas individuales aparecen como el segundo aspecto clave en la formación de jugadores y jugadoras internacionales. La mayoría de los entrevistados así lo reconocen. Algunos, especialmente en el baloncesto femenino, incluso opinan que la psicología es lo más importante:

“Yo creo que el nivel psicológico es lo más importante porque si no estás bien en tu cabeza pues no vas a llegar, creo yo al baloncesto de élite” (jugadora 9).

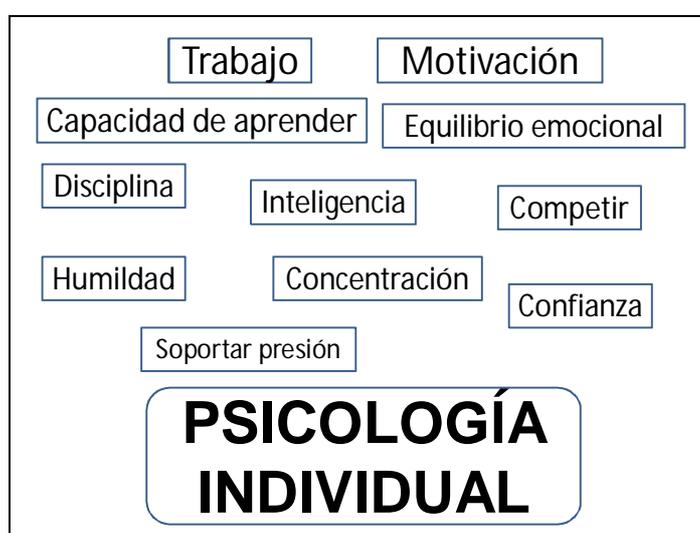


Gráfico 3.- Aspectos de psicología individual citados.

Todas las jugadoras y jugadores reconocen que han trabajado mucho para poder llegar, siendo necesarias capacidades como la constancia, la disciplina o la humildad. Dan Peterson, entrenador en Italia y en la NBA, afirma que *de los jugadores me fijo antes que nada en su 'corazón', en su carácter, en su capacidad de sufrir y superarse* (Clinic, 1988):

“Yo creo que, he entrenado mucho, mucho siempre, o sea, siempre he estado en equipos donde se ha entrenado mucho y yo creo que la clave para... para coger esa experiencia es entrenar” (jugadora 8).

De todas las capacidades psicológicas, la que más destacan las jugadoras es la motivación. Disfrutar y divertirse haciendo baloncesto, es un aspecto fundamental para soportar el esfuerzo que deben realizar (Giménez, 2000):

“Que juegue a divertirse que... si no te diviertes y no tienes ilusión por jugar a un deporte... y no llegarás nunca a nada” (jugadora 2).

Otra de las capacidades psicológicas que más destacan es el deseo de aprender. Prácticamente todas las jugadoras consideran que es imprescindible no ser conformista, tener afán de superación y ser humilde para mejorar día a día (Sánchez, 2002). Esta idea la confirma Hubie Brown, entrenador de Pau Gasol en la NBA (2003/04), al afirmar que *en mi país hay muchos jugadores con talento, pero siempre escogemos al chico que sea más entrenable, que pueda asimilar mejor los conocimientos* (Clinic, 1995b).

“Yo pienso que a mucha gente le falla esto, cuando en categorías inferiores se creen muy buenos y si no han tenido la formación de entrenadores que le hayan parado los pies, o que le hayan dicho tú eres bueno pero tienes que seguir mejorando para conseguir esto o lo otro” (jugador 4).

El equilibrio emocional y sobre todo, la capacidad de autocontrol, es una cualidad importante para que las jugadoras puedan llegar al máximo nivel (Buceta 1998).

A más distancia aparece la disciplina como una cualidad deseable para que la jugadora pueda asimilar las enseñanzas de los entrenadores. Los entrevistados que mencionan este tema, destacan la importancia de que la jugadora tenga capacidad para competir, tenga un carácter ganador, que tenga desparpajo y sea intensa jugando (Cárdenas, 2003).

Algunos entrevistados consideran importante la confianza, creer en tus posibilidades y convencerte de que puedes hacerlo. También destacan la inteligencia como una cualidad muy necesaria para las jugadoras que llegan a la elite. Antón (1989) confirma que el baloncesto como deporte de oposición es, por encima de todo, un juego de resolución de problemas.

Otra cualidad que ha salido reflejada indirectamente en otros códigos es la humildad. Ser modesta y no creárselo es clave para que la jugadora trabaje y mejore día a día:

“Con modestia sobre todo por todo porque... yo he visto a muchas veces a niñas con talento de pequeñitas que han empezado a pensarse que eran Michael Jordan y luego no han llegado a nada” (Jugadora 11).

También se cita la concentración o la capacidad de superar la presión del entorno.

Como resumen de los factores psicológicos individuales, los sujetos entrevistados destacan la capacidad y deseo de aprender que estará muy unida a la inteligencia y a la capacidad de trabajo.

2.3.- Condición Física

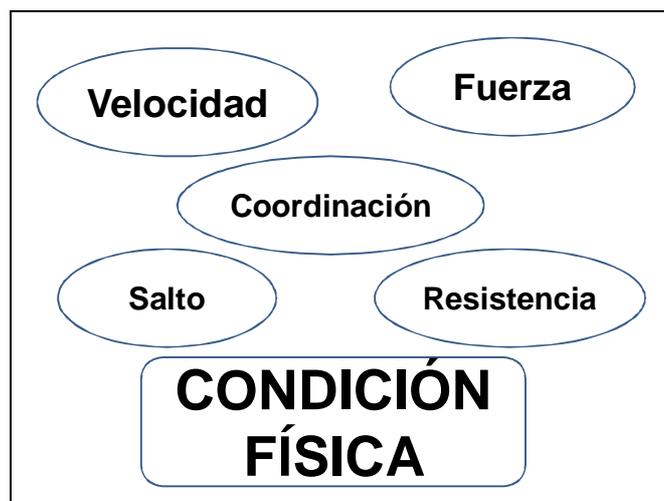


Gráfico 4.- Aspectos de condición física citados por los entrevistados.

En tercer lugar, aparece la condición física, aunque en el baloncesto masculino la táctica es la que ocupa esta posición. En cualquier caso, casi todos los sujetos participantes en el estudio hacen referencia de una forma u otra a la importancia que tiene la condición física en las jugadoras y jugadores de baloncesto y más en la evolución que se está produciendo en el juego:

“yo creo que, que sí, que es muy importante ahora el físico” (jugadora 7).

La velocidad es la cualidad física que más han destacado los entrevistados. Las intervenciones de las jugadoras se dirigen hacia importancia que tiene esta cualidad en el juego y manifiestan que la velocidad es una de claves para que una jugadora pueda llegar a la alta competición. Este dato también lo confirma H. Brown, entrenador de la NBA quien comenta *el basket es un juego rápido* por lo que *la rapidez y la capacidad de salto* es lo que diferencia el basket americano del europeo (Clinic, 1995b).

“En mi caso... pienso que hay una cosa, el físico pienso es muy importante, yo físicamente, pues bueno, soy muy rápida, soy muy explosiva, yo creo que esto es algo, una característica en baloncesto, es muy buena” (jugadora 6).

La fuerza es la segunda cualidad física que más ha destacado la muestra y en algunas ocasiones ligada con el desarrollo de la velocidad.

“si eres físicamente fuerte, rápida, todo eso te ayuda muchísimo ¿sabes? si saltas mucho, todo eso... son, son cosas que vas añadiendo a tus cualidades” (jugadora 14)

La coordinación es la tercera de las cualidades físicas que más destacan los sujetos de la muestra. Las jugadoras ponen de manifiesto que sus experiencias previas, de otras prácticas motrices o practicando otros deportes, le han ayudado en su posterior desarrollo como jugadora de baloncesto.

La resistencia es una de las cualidades físicas menos destacadas en las intervenciones de los sujetos entrevistados.

Algunos jugadores recuerdan que en categorías inferiores no destacaban por su físico, lo que incide en la idea, ya anteriormente avanzada, de la necesidad de tener paciencia durante el proceso de formación del jugador de baloncesto. En este sentido, nos parece muy interesante la opinión de algunos entrenadores recomendando no meter demasiada carga física en categorías inferiores para no quemar a los jugadores, trabajando menos la preparación física y más los aspectos técnico-tácticos. Sin embargo, reconocen que en alta competición el trabajo debe ser exhaustivo e individualizado.

El resumen, los entrevistados coinciden en destacar la velocidad como la cualidad más importante en los jugadores de élite. También la fuerza, fundamentalmente en jugadores interiores.

2.4.- Táctica

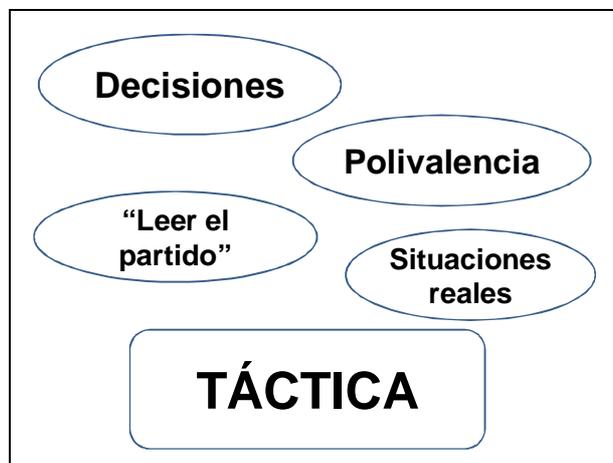


Gráfico 5.- Aspectos tácticos citados por los jugadores y jugadoras.

La táctica es la cuarta dimensión, aunque, como hemos comentado, en el baloncesto masculino ocupa la tercera. Los entrevistados muestran unas interesantes opiniones con relación a la importancia de esta dimensión relacionada con el trabajo técnico.

En este sentido, se otorga una relevante importancia a las tomas de decisión. Consideran que es un elemento indispensable en el desarrollo del juego, al igual que numerosos autores que han estudiado este componente indispensable en los deportes colectivos (Jiménez, 2004; Ruiz y Arruza, 2005):

“¡Hombre!, yo sé que muchas veces, cuando yo juego sin balón me atraigo a dos defensores y luego se queda una sola, eso lo sé, y muchas veces lo hago sabiendo que no me van a pasar, porque no es lo que quiero” (jugadora 13).

El código vinculado a la polivalencia, se considera importante desde la perspectiva de la versatilidad de las jugadoras en las distintas acciones del juego. Asimismo, cabe destacar la importancia de no encasillar en determinado puesto específico a las jugadoras en sus etapas de iniciación (Giménez y Sáenz-López, 2003; Paniagua, 2000) y dotarles de una enseñanza rica y variada que vaya de lo general hacia lo específico:

“Hoy día yo creo que el jugador es completo, ya no es el tema de que tú juegas de base, de alero, de pívot, yo creo que es en general. Hoy día el jugador que más cotizado está es el que yo llamo el jugador de baloncesto, el que puede hacer de todo” (entrenador 9).

Un grupo de entrevistados también refleja una clara conexión entre el concepto de táctica y los de intuición, anticipación y percepción, apareciendo en más de una ocasión el término “leer el juego”, muy usual en baloncesto y estrechamente vinculado con la capacidad de las jugadoras de tener una gran calidad en la visión y anticipación en el juego (Buceta, 1998; Ruiz y Arruza, 2005). Coinciden todos, principalmente los entrenadores, en que el conocimiento del juego, la capacidad de interpretar lo que ocurre en un partido de baloncesto es un factor táctico común de los jugadores que llegan.

Con relación a las situaciones reales, algunos entrevistados consideran que el trabajo de 2x2 y 3x3 es mejor y más eficaz. También abordan la importancia de la táctica colectiva y la repercusión en el juego. En esta línea, consideran imprescindible que la técnica individual se desarrolle en situaciones reales, por lo que muchos piensan que el desarrollo de la capacidad táctica es más importante que la técnica. En cualquier caso, los entrevistados defienden la necesidad de trabajar la técnica y la táctica conjuntamente (Antón, 2003).

“Conjugamos la técnica y la táctica, que en realidad van unidos” (coordinador 2).

El resumen, dentro de los factores tácticos destaca el conocimiento del juego, es decir, la capacidad de interpretar la situación del partido. Este aspecto se relaciona con otro ya citado en los factores psicológicos como es la inteligencia y su capacidad de tomar decisiones. También coinciden en destacar la importancia de trabajar la técnica en situaciones tácticas.

2.5.- Técnica

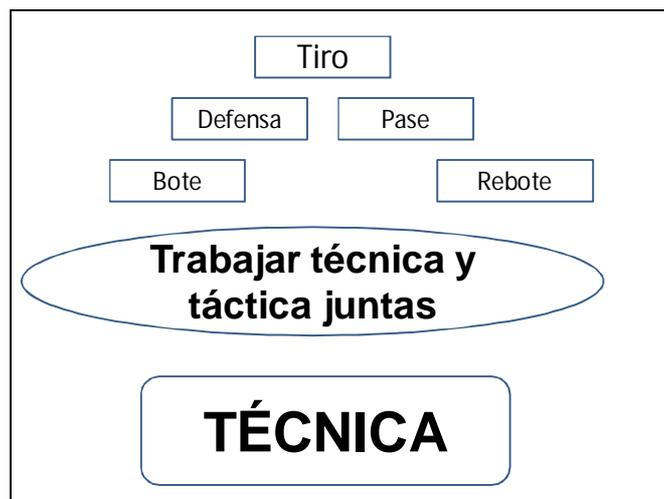


Gráfico 6.- Aspectos técnicos citados por los jugadores y jugadoras.

La técnica se considera como una dimensión importante, pero al servicio de la táctica. No obstante, parece que en el baloncesto femenino se valora algo más. Dentro de esta dimensión, casi todos los entrevistados opinan que mejorar la técnica requiere mucho trabajo y excesivo tiempo de práctica deliberada (Castejón, 2003; Lorenzo y Sampaio, 2005; Sánchez, 2002). La repetición es el exponente de la mayoría de las jugadoras, incluso alguna comenta que eran entrenamientos aburridos, debido a la repetición. Coinciden en que la han trabajado muchísimo en las etapas de iniciación:

“Pues... Trabajé mucho porque te digo, estaba en Siglo XXI y ahí se trabaja mucho individualmente y colectivamente. Entonces, pues, lo normal; mucha técnica individual, de tiro, de manejo de balón, de todo” (jugadora 10).

El tiro, es el fundamento que más valor tiene para los entrevistados e insisten en la necesidad de entrenar mucho este fundamento (Sáenz-López e Ibáñez, 1994).

Las opiniones en torno a la defensa son destacadas por menos de la mitad de los entrevistados. Se observa, en varias opiniones, que la vinculación entre técnica y táctica es evidente, tanto como concepción del juego como al plantear propuestas de trabajo de la técnica (Tavares, 1997).

En cuanto al pase, algunos entrevistados le dan mucha importancia, pero ni mucho menos que la que manifiestan respecto al tiro. Constatan la necesidad de pasar, no solamente desde una perspectiva de la técnica, sino de la táctica. Algunas opiniones contemplan que no se trabaja lo suficiente.

El resumen de este código recuerda que este trabajo debe estar desarrollado a través del táctico, siendo el fundamento más citado el tiro.

2.6.- Antropometría

Los factores antropométricos juegan un papel importante en la formación de una jugadora, pero no son excluyentes. Casi todos los sujetos entrevistados destacan el papel relativo que tiene los factores antropométricos en la formación. Tiene más

posibilidades para llegar el jugador que posea unas características antropométricas ideales para este deporte, pero quizás también aquellos que sepan aprovechar sus propias cualidades personales, supliendo las carencias antropométricas. Los dos factores que más destacan es la relación entre la altura y la envergadura del jugador:

“No son determinantes porque a los hechos me remito. Jugadoras que miden uno sesenta y son auténticos fenómenos en la NBA y en otra competición. Lo que pasa es que sí que es cierto, es que jugadoras de uno sesenta hay muchísimas y entonces... claro, para poder llegar aquí, pues aparte de medir uno sesenta tienes que tener muchísimas otras cualidades que son difíciles” (jugadora 3).

Uno de los tópicos más recurrentes en las entrevistas realizadas es el de la altura. Si bien la muestra manifiesta una importancia relativa, se trata de un elemento facilitador de su desarrollo como jugadoras más que limitador. La ausencia de una gran altura no coarta la formación de las jugadoras ya que éstas pueden suplir esta característica antropométrica con otros factores.

La segunda característica antropométrica que más destacan los sujetos entrevistados es la envergadura. Una constante en sus intervenciones es la relación que tiene que existir entre altura y envergadura. Poseer una gran envergadura ayuda a que las jugadoras evolucionen y progresen desde la jugadora con talento a la jugadora experta.

Por otra parte, algunos comentan que no es recomendable especializar desde pequeñas por la estatura porque las que son altas de pequeñas pueden terminar jugando de aleros e incluso de bases.

En resumen, la unión de la estatura y envergadura es muy valorada en el jugador de élite, aunque estas cualidades no deberían condicionar la detección de talentos ni la especialización temprana del jugador. En jugadores interiores es importante el peso para jugar en la máxima categoría.

2.7.- Psicología colectiva

En el aspecto psicológico colectivo, algunos entrevistados destacan que al ser un deporte de equipo, es muy importante la capacidad de entender que el jugador está en un proyecto común en el que hay que aceptar roles diferentes. Sin embargo, hay sujetos que consideran que no es un factor clave para llegar a la máxima competición:

“Es importante... pero tampoco creo que sea determinante” “puede darse una persona así un poco introvertida... pues puede llegar” (jugadora 9).

En general, consideran que es muy importante sentirse a gusto en el grupo, creando un clima positivo:

“Que haya una buena química de grupo, que todos sean una piña es fundamental para el progreso individual y para el éxito de cualquier equipo” (jugador 4).

En resumen, se destaca la necesidad de hacer equipo y sobre todo de que el jugador entienda que está en un proyecto común donde él es una parte más.

Tras describir los resultados de los estudios cualitativos, vamos a presentar algunas aplicaciones prácticas al proceso de enseñanza-aprendizaje del jugador de baloncesto.

3.- IMPLICACIONES PARA LA INICIACIÓN AL PROCESO DE FORMACIÓN DEL JUGADOR DE BALONCESTO

Como ya hemos comentado, la mayoría de los jugadores han reconocido que había otros jóvenes talentos que eran mejores en infantiles o cadetes y que luego no llegaron. Nos gustaría comenzar este apartado recordando las diversas razones que se han ido citando que justificarán algunas implicaciones que expondremos en este apartado:

Desarrollo antropométrico y físico precoz, lo que da mucho rendimiento en categorías inferiores, pero posteriormente se estancan.

Cuando se destaca en categorías inferiores es fácil que se traduzca en falta de humildad.

Esta falta de humildad provoca que el jugador se niegue a seguir aprendiendo, creyendo que nadie puede enseñarle, por lo que su progresión se estancará.

En otras ocasiones es la presión del entorno del jugador la que provoca que muchos deportistas no sean capaces de soportar.

Miedo a una lesión, lo que le impide dar lo máximo en los entrenamientos y competiciones y el consiguiente estancamiento en el aprendizaje.

Falta de sacrificio para entrenar duro en una edad en la que lo atractivo es salir con los amigos y amigas.

Rendimiento prematuro con participación en selecciones o campus en verano lo que provoca estar harto de baloncesto en la edad que más necesita entrenar y rendir.

- Carecer de oportunidades para jugar en ACB en el momento adecuado.
- Falta de equilibrio mental y confianza en uno mismo.
- Excesiva importancia al aspecto físico en categorías inferiores en detrimento de las capacidades técnico-tácticas.

Con estos datos, y todos los que hemos ido desarrollando a lo largo del trabajo, consideramos que podemos hacer una serie de recomendaciones beneficiosas para el proceso de formación de los jóvenes jugadores tanto si terminan llegando a la alta competición como si no.

3.1.- Aspectos a tener en cuenta en el entrenamiento deportivo

Consideramos que los resultados de nuestro estudio tienen unas implicaciones muy interesantes en el entrenamiento deportivo de jóvenes, por lo que vamos a ir desglosándolas en cada apartado del entrenamiento deportivo.

-Controlar el entorno

Dentro del contexto, la familia, y en particular los padres, son claves para que un jugador llegue o no a la alta competición. La excesiva presión que en ocasiones ejercen sobre el joven es una causa frecuente de muchos fracasos. Los sujetos entrevistados se posicionan, coincidiendo con Sánchez (2002), en una intervención moderada de los padres, apoyando en todas las necesidades que el jugador tenga, pero sin producir interferencias en su proceso formativo.

Por lo tanto, resulta fundamental educar a los padres a través de reuniones periódicas, de folletos informativos y de la propia opinión que los jóvenes jugadores deben transmitirles. Recogemos algunas recomendaciones que se pueden ofrecer a la familia:

- Apoyar al jugador en su pasión por el baloncesto, facilitando su acceso al entrenamiento, ropa deportiva, etc.
- Acudir a algunos partidos con una actitud prudente, animando y valorando el esfuerzo y no el resultado del jugador.
- Respetar las decisiones del entrenador sin cuestionarlas ni durante, ni después de la competición.
- En caso de acudir a algún entrenamiento la actitud debe ser la misma.
- Tras un partido o entrenamiento, interesarse por el disfrute, la seriedad y el esfuerzo realizado, evitando presionar o buscar excusas en el árbitro o el entrenador.
- Valorar todo aquello que se consiga con esfuerzo fuera del ámbito deportivo, así como el perfeccionamiento o el deseo de seguir aprendiendo cosas. Se trata de que en la familia se cree una cultura en donde se valore el esfuerzo y la humildad para seguir aprendiendo.

A nivel educativo, todos coinciden en tratar de que no abandonen los estudios para lo cual es importante:

- Interesarse por los resultados académicos.
- Premiar con minutos de juego al jugador que rinda académicamente.
- Sería ideal tener un tutor que le oriente en todos los aspectos personales.

El nivel de competición es muy importante en la formación del jugador, por lo que si en el contexto no existe la posibilidad de jugar partidos igualados hay que buscarlos a través de torneos, de repartir los jugadores en varios equipos, de selecciones, etc.

También es recomendable crear las condiciones para que el jugador dedique el mayor tiempo posible al juego espontáneo, donde pueda desarrollar su creatividad y poner en práctica sus aprendizajes.

-Desarrollo de la capacidad psicológica

En las primeras etapas de iniciación al baloncesto se refleja la importancia de la educación y formación personal. En este sentido es necesario motivar al jugador tratando que disfrute con su experiencia en el entrenamiento y en la competición. Este recurso servirá para provocar en el jugador el deseo de aprender y mejorar que es destacado por todos los participantes. Íntimamente relacionado con el aprendizaje está la capacidad de escucha y de asimilación de aquello que te presentan.

En cuanto a capacidades se destaca la inteligencia y la concentración. La primera podemos desarrollarla con tareas en las que los jugadores puedan tomar decisiones ante una situación problemática, como vamos a ver en el desarrollo de la táctica. La concentración también se puede entrenar a través de la atención de un comportamiento en situación real y de otras estrategias (consultar publicaciones especializadas como la de Buceta, 1998).

Otro aspecto importante es desarrollar la capacidad de competir, de esforzarse en cada acción, de resolver situaciones. Para lograrlo es importante vivir muchas y variadas experiencias de competición, no solo en partidos, sino también en los entrenamientos.

Se destaca la capacidad de trabajo, esfuerzo o sacrificio. Para ello es importante la disciplina y el compromiso con el equipo. Es necesario premiar en los partidos el esfuerzo más que el rendimiento de los jugadores.

La confianza del jugador se puede potenciar a través de intervenciones positivas del entrenador, así como del trato y el clima que se genere en el grupo. Los errores forman parte del proceso de enseñanza aprendizaje, por lo que hay que asumirlos y progresivamente ir reduciéndolos a través de estrategias adecuadas en función del nivel y edad del niño.

Otro aspecto a tener en cuenta es no cansarles a lo largo de su formación con demasiado baloncesto. En este sentido, hay que cuidar el número de entrenamientos semanales, así como que los meses de dedicación sean progresivos y no excesivos al comienzo. También, es preocupante la dedicación de muchos talentos durante los veranos, teniendo en cuenta que la mayoría de los jugadores internacionales en categorías inferiores (infantiles y cadetes), no llegan al máximo nivel.

-Desarrollo de la capacidad táctica

Dentro de los elementos del entrenamiento deportivo coincidimos con Lorenzo (2002) en valorar la capacidad táctica como clave en el éxito de los jugadores de alto nivel. Sin embargo, tradicionalmente el desarrollo de esta capacidad ha estado infravalorado, siendo el aspecto técnico al que más tiempo se le ha dedicado (Antón, 1989).

La primera recomendación es entrenar la técnica y la táctica de forma integrada y significativa. Esta aplicación de los fundamentos a la situación real tiene varios caminos:

- El más tradicional es enseñar la técnica y a continuación aplicarla en situaciones tácticas con oposición.
- Otra posibilidad es enseñar la técnica directamente en situaciones reales (1x1, 2x1, etc.) facilitando, incentivando y corrigiendo los gestos que queremos enseñar.
- Una tercera posibilidad que nos plantea uno de los coordinadores de cantera nos resulta muy atractiva. Consiste en crear la necesidad técnica a través de situaciones tácticas. Es decir, se comienza con situaciones reales y cuando el jugador se dé cuenta de sus necesidades técnicas, se dedica un tiempo a que las aprenda. De esta forma el jugador entiende para qué sirve lo que está aprendiendo.
- En esta última opción y en las anteriores, debemos entrenarnos para aplicar feed-backs interrogativos que hagan al jugador pensar en su propio proceso.

En cualquier caso, la recomendación generalizada es aumentar el número de tareas con oposición en las que se desarrollarán aspectos tácticos fundamentales como la inteligencia, la capacidad de percepción, de tomar decisiones o de resolver problemas reales del juego.

En esta línea, la interpretación del juego, es decir la capacidad de saber lo que ocurre en una jugada o lo que está aconteciendo en un partido y actuar en consecuencia también es destacada por todos los entrevistados. Esta capacidad se desarrolla con la base de la capacidad táctica que acabamos de comentar y muchos minutos y situaciones de competición reales en las que vayamos enseñando al jugador a “leer” cada partido.

Otro aspecto táctico muy repetido por todos es la polivalencia por lo que el jugador debe aprender todos los medios técnico-tácticos, jugar en todas las posiciones de juego y no especializarse hasta estar cerca de la categoría senior. Recordamos que la polivalencia es muy valorada por todos los entrevistados y confirmada por Obradovic quien recomienda que *si es un buen alero que actúe de 1 ó 2, si es pívot que juegue de alero* (Clinic, 1995:48).

Todo este desarrollo táctico debe realizarse de forma progresiva, comenzando por la táctica individual (1x1) y creciendo poco a poco hacia la táctica colectiva simple (2x2, 3x3) y compleja (5x5). Recordamos la recomendación explícita de no entrenar la táctica colectiva compleja demasiado pronto.

Por último, nos parecen muy interesantes las recomendaciones de insistir en los aspectos técnico-tácticos que más le cueste al jugador y de entrenar más el ataque que la defensa, sobre todo en las primeras categorías para aumentar la motivación.

-Desarrollo de la capacidad física

Todos coinciden en destacar la rapidez para ejecutar los movimientos como la cualidad más importante en el jugador de baloncesto. Lizaur y cols. (1989) recuerdan

la importancia de entrenar la velocidad en edades de 8 a 12 años. Para ello realizaremos juegos con y sin balón que desarrollen la velocidad gestual, de reacción y de aceleración. Algunos ejemplos podrían ser los juegos de pillar, relevos, robar balones, cambios de ritmo ante un estímulo, lanzamientos o recepciones explosivas, etc. A partir de los 13 ó 14 años podemos comenzar a realizar ejercicios más específicos como series de distintas distancias, saliendo en posiciones diferentes, realizando cambios de dirección y de posturas durante la carrera, así como manteniendo situaciones reales en las que se desarrolle la velocidad gestual de manos y piernas.

Otra cualidad destacada por los entrevistados es la coordinación, probablemente por su relación con el bagaje de movimientos y la armonía con la que el jugador debe ser capaz de realizarlos. Autores como Álvarez del Villar (1985) comentan que la base de la coordinación es muy importante desarrollarla a través de situaciones variadas e inespecíficas en las que el niño se esfuerce e investigue. Por ejemplo, juegos predeportivos, juegos de disociación segmentaria e incluso que el joven practique otros deportes. Más adelante, a partir de los 14 años la coordinación la desarrollaremos a través de las necesidades específicas del juego. Así, dotaremos al jugador del mayor número de experiencias técnico-tácticas que sea capaz de asimilar, pero nunca lo limitaremos.

En este sentido, ya hemos comentado la importancia de la polivalencia a nivel táctico, y en relación a la antropometría, los entrevistados afirman la necesidad de no especializar al joven por su físico porque limitaríamos su desarrollo potencial. Estas recomendaciones tienen relación también con la mejora de la coordinación.

En general, recomiendan no meter mucha carga física en categorías inferiores. Esto no quiere decir que no tenga importancia el trabajo de preparación física, sino que los entrenadores deben tener la suficiente formación para trabajar de forma integral las cualidades físicas dentro del entrenamiento técnico-táctico.

La fuerza es un ejemplo muy claro de este proceso, ya que teniendo una gran importancia, en particular en los jugadores interiores, todos recomiendan que el peso y la musculatura se desarrolle al final del proceso, a partir de los 17-18 años con un trabajo exhaustivo e individualizado de pesas. Esta idea es defendida por expertos como Álvarez del Villar (1985) quien afirma que es peligroso y poco recomendable aplicar cargas antes de los 16 años. Anteriormente, solo se desarrollará la fuerza dentro del entrenamiento técnico-táctico o a través de juegos, incidiendo en la fuerza explosiva de brazos y piernas.

-Desarrollo de la capacidad técnica

Uno de los datos más relevantes del estudio es la necesidad de disminuir el tiempo dedicado al desarrollo de la técnica de forma aislada. El aprendizaje de los fundamentos debe realizarse conjuntamente con la táctica, es decir en situaciones reales de juego en las que el jugador comprenda la necesidad de cada movimiento. Al final lo importante es el bagaje técnico-táctico, no la capacidad de ejecutar movimientos sin oposición, por tanto no se trata de disminuir la importancia de los fundamentos, sino cambiar la metodología para aprenderlos. Además, debemos

reflexionar sobre las afirmaciones de todos los jugadores reconociendo que en categorías inferiores había jugadores mejores que ellos técnicamente.

Con relación a cuáles son los medios más importantes, destaca el tiro por encima de todos. Por tanto, sugerimos que desde el principio el mayor número de juegos y tareas contengan tiro (aunque se esté entrenando otros fundamentos) y que éste tenga un valor para que se realice con la máxima atención. Más adelante, además de esta cantidad que siempre es importante, hay que ir entrenando aspectos más específicos como variedad de gestos, oposición, concentración, etc.

Muchos entrevistados citan el clásico trinomio de tiro, pase y bote como los fundamentos básicos del baloncesto. Otros medios que mencionan son el movimiento de pies para obtener ventaja, el juego sin balón o la anticipación. En todos los casos se recomienda que se entrenen en situaciones reales.

3.2.- Aspectos a tener en cuenta en la detección de talentos

Aunque no era el objetivo de las investigaciones, hemos recogido datos a través de las opiniones de los participantes que pueden ser útiles para la selección de talentos.

Comencemos por la importancia de conocer el entorno del jugador, especialmente su familia, su nivel en los estudios y su ambiente deportivo (características de los entrenadores, compañeros, directivos, agentes...). Por tanto, es importante mantener una entrevista con sus padres, hermanos o amigos para detectar el equilibrio y el apoyo familiar.

A nivel psicológico es de especial interés valorar su capacidad de trabajo, así como su disposición y capacidad para el aprendizaje. También se destaca la confianza en sí mismo, el espíritu de sacrificio, la motivación, su equilibrio emocional, su creatividad o capacidad de resolver problemas, su capacidad de relacionarse y de integrarse en el grupo o de aceptar roles y responsabilidades. Se hace importante que expertos en la materia realicen entrevistas y/o cuestionarios para detectar estos importantes aspectos.

En cuanto a las cualidades físicas hemos destacado la velocidad, coordinación y no tanto su desarrollo físico que puede deberse a una anticipación de la edad biológica sobre la cronológica. En este sentido, es muy importante medir su velocidad, ya que es una cualidad bastante condicionada genéticamente, así como realizar alguna prueba de coordinación.

Por último, recomiendan valorar más los aspectos tácticos que los técnicos, por lo que es fundamental observar al jugador cómo se maneja tanto en situaciones de 1x1 como en un partido. Se observará cómo se desenvuelve, su capacidad para tomar decisiones adecuadas, su creatividad y su actitud defensiva para comprobar si el jugador está dispuesto a sacrificarse.

Los entrevistados no dan mucha importancia al nivel técnico ya que seguramente es la capacidad más entrenable, aunque, por su importancia,

recomiendan observar su tiro, más desde el punto de vista de su precisión que de su ejecución.

Las características antropométricas han sido tradicionalmente las más importantes, pero, aunque lo son, no deberían resultar excluyentes ya que nos podríamos perder innumerables talentos. En cualquier caso lo que sí recomiendan es tener en cuenta la envergadura, que es tan importante como la altura, midiendo al jugador con los brazos arriba.

En resumen, a la hora de seleccionar talentos, es importante fijarse en su entorno, en los aspectos psicológicos mencionados, en especial la capacidad de aprendizaje, en su capacidad táctica de resolver problemas, en su capacidad física explosiva y su envergadura. No hay que seleccionar por lo que son actualmente, sino por lo que pueden llegar a ser y debemos diferenciar los criterios de selección en base a la entrenabilidad de las capacidades. Por ejemplo, los medios técnico-tácticos se pueden entrenar, mientras que la estatura no; la velocidad es menos mejorable que la fuerza; etc.

3.3.- Aspectos a tener en cuenta en la gestión de un club

En la formación del jugador y jugadora es clave el club deportivo en el que está desarrollando sus capacidades. De las opiniones de los entrevistados describimos algunas características relacionadas con la gestión de los recursos. En los apartados anteriores, se han descrito ideas sobre el entrenamiento deportivo o la selección de talentos que deben formar parte de la filosofía de un club de baloncesto. A continuación presentamos otras facetas que no hemos analizado anteriormente.

-Características de las canteras

Comenzando por la organización de las canteras, podemos destacar algunos comentarios que aparecen en las entrevistas:

- Plantear objetivos complementarios de formación y rendimiento.
- Retrasar el rendimiento hasta edades cercanas a la categoría senior tanto a nivel individual como de equipo.
- Tener mucha paciencia.
- Poner en categorías inferiores buenos entrenadores, estudiando los más adecuados para cada equipo.
- Realizar un trabajo integrado, y lúdico.
- Crear una escuela de padres y madres para influir positivamente en el contexto del jugador.
- Contar con especialistas para orientar el desarrollo de la preparación física y psicológica.

-Características del entrenador

Continuamos las implicaciones con la figura del entrenador de base por ser el elemento clave en la formación de jugadores, por su responsabilidad en el control de todos los aspectos del entrenamiento.

El entrenador de equipos de iniciación al baloncesto es un auténtico ídolo para sus jugadores (Carrasco, 1997). Este autor hace una crítica a aquellos entrenadores que se alejan de la realidad de sus jugadores y que buscan rendimientos prematuros olvidándose del planteamiento educativo que se debe realizar en categorías de iniciación. Los entrenadores plantearán la competición en estas categorías como una fiesta en la que los alumnos se diviertan; los comportamientos de jugadores, árbitros, padres y entrenadores sean correctos, educados y amigables.

Para entrenar a jugadores principiantes el entrenador debe ser cercano y amigable, e intentar llevar a cabo una labor ejemplar, ser un líder (Castejón, 1996). Para conseguirlo, tanto en la base como en la alta competición, será necesario tener claros los objetivos a conseguir, tener conocimientos suficientes sobre baloncesto y saber transmitirlos, estar motivado por la actividad a desarrollar y tener experiencia ante situaciones difíciles.

En definitiva, el entrenador de las primeras etapas de iniciación debe ser fundamentalmente un educador, ya que no basta con enseñarle a jugar al baloncesto, sino que debe tener en cuenta otros aspectos.

Obradovic, entrenador de ACB, recomienda a los entrenadores de base *que se olviden de los resultados y que den oportunidades a todos los jugadores* (Clinic, 1995a:48). El entrenador tiene mucha responsabilidad en la obsesión por ganar partidos en categorías inferiores y como comenta Pesic en una entrevista *quizás sean buenos ahora, pero no lo serán en el futuro. En los entrenos, si no estás obligado a ganar partidos, se podrá invertir más tiempo en el trabajo individual, por parejas o tríos* (Clinic, 2003:47).

-Recomendaciones para hacer y gestionar un equipo

A lo largo de las entrevistas aparecen una serie de sugerencias para confeccionar un equipo de categorías inferiores que tenga jugadores con proyección y cómo gestionarlo. Comencemos con las ideas para hacer el equipo:

- Es importante que el talento no se sienta más importante sino que sea uno más en todos los sentidos. Lo contrario puede dar lugar a que el jugador pierda la humildad o se sienta demasiado presionado.
- Aceptar y buscar diferencias tanto a nivel técnico-táctico como físico y psicológico.
- Buscar todo tipo de jugadores: buenos defensores, trabajadores, fuertes, inteligentes, etc., evitando que todos los jugadores sean talentos.
- No seleccionar a los mejores jugadores del entorno ya que además de lo anterior restaríamos nivel competitivo a los equipos.

- Seleccionar a algunos jugadores por sus posibilidades futuras y no por sus prestaciones actuales.
- Tener en cuenta los meses de nacimiento, ya que en todas las selecciones y equipos campeones de categorías inferiores hay más jugadores nacidos en el primer semestre que en el último, mientras que luego en ACB está equilibrado.

A nivel de la gestión del grupo durante la temporada, los entrevistados recomiendan:

- Marcar objetivos claros y transparentes desde el principio de temporada, siendo coherentes con ellos durante la misma.
- Dar protagonismo a todos los jugadores aceptando sus roles diferentes, pero repartiendo los minutos de juego.
- Entretener y hacer disfrutar del juego y de la relación con los compañeros, entrenador y entorno para fomentar un buen ambiente en el grupo.
- Fomentar un clima positivo que favorezca la motivación, desarrolle la confianza y mejore la enseñanza-aprendizaje entre jugadores.
- Anteponer los intereses y el éxito colectivo a los individuales.
- Impulsar a los líderes con capacidad de trabajo para que contagien a todo el equipo.
- Desarrollar la comunicación tanto dentro como fuera de la cancha, es decir, fomentar que los jugadores se comuniquen durante el partido y favorecer la posibilidad de opinar sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje durante los entrenamientos o fuera de ellos.
- Procurar que el entrenador se convierta en el líder natural del grupo que ayude a su mejora como equipo.
- Integrar (no proteger) a los jugadores jóvenes y nuevos, tratándolos igual que al resto (en todas las categorías, especialmente los senior)

-Recomendaciones para subir a un jugador de categoría

Este es uno de los aspectos en que más diferencias de opiniones hemos encontrado. Podemos resumir las aportaciones afirmando que, en general recomiendan a un jugador subir de categoría cuando con los de su edad puede no mejorar porque tiene más nivel. Aunque hay que estudiar caso a caso y cumplir una serie de condiciones:

- A partir de los 14-16 años o cuando comprobemos que el jugador tiene la madurez suficiente para que no le afecte al equilibrio emocional.
- Si la salida de su grupo no le va a suponer un cambio psicosocial importante por sus amistades o por su forma de ser.
- Si tiene un físico que se lo permita.
- Si tiene un nivel técnico-táctico que le permita seguir probando cosas. En este sentido hay quien opina que es bueno que no se desvincule de su edad, para que le sea más fácil desarrollar la creatividad.
- No obsesionar al joven con que puede llegar, sino plantearlo de forma natural y tratarlo igual que al resto en el nuevo grupo. Es muy importante que el jugador

no se lo crea y que siga trabajando con la máxima intensidad y divirtiéndose por encima de todo.

4.- CONCLUSIONES

Nos gustaría finalizar exponiendo tres ideas que nos parecen claves en la formación del jugador de baloncesto:

- a) Los grandes talentos suelen aparecer tarde. Con los datos manejados, podemos afirmar que la mayoría de los jugadores que llegan no han sido los mejores de pequeños. Esto nos permite defender la idea de una formación educativa y secuenciada.
- b) Es compatible una formación educativa que sirva para sentar las bases del jugador de elite. Observando la importancia del entorno familiar o de los aspectos psicológicos (inteligencia, capacidad de aprender, humildad, esfuerzo, etc.) comprobamos que una formación adecuada puede ser educativa y útil a la vez.
- c) Los jóvenes deben disfrutar antes que presionarles para que sean campeones. Los niños tienen derecho a un deporte adaptado física y psicológicamente a sus capacidades. Además esto puede ayudar a un mejor desarrollo del futuro talento tal y como hemos ido exponiendo a lo largo del trabajo.

5.- BIBLIOGRAFÍA

- ÁLVAREZ DEL VILLAR, C. (1985). La preparación física del fútbol basada en el atletismo. Madrid: Gymnos.
- Antón, J. (1989) (Coord.): *Entrenamiento deportivo en la edad escolar*. Unisport. Málaga.
- Antón, J. (2003). Bases del entrenamiento de la táctica en los deportes de cooperación-oposición enfocado a los talentos deportivos: aplicación en Balonmano. En Hernández, J.; Gil, G.; Morán, M. (Eds). *Talentos Deportivos. Detección, entrenamiento y gestión*. Gobierno de Canarias.
- Buceta, J. M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dykinson.
- Campos, J. (1996). Análisis de los determinantes sociales que intervienen en el proceso de detección de talentos en el deporte. *Investigaciones en Ciencias del Deporte*, 3, pp. 7-68. Madrid: MEC. Consejo Superior de Deportes.
- Cárdenas, D. (2003). El proceso de formación táctica desde una perspectiva constructivista. En A. López, C. Jiménez y R. Aguado (Coord.). *Didáctica del baloncesto en etapas de iniciación*. Madrid: Fundación Real Madrid. INEF.
- CARRASCO, F. (1997). Baloncesto: educación y diversión. *Clinic, revista técnica de baloncesto*, nº 39, pp. 10-11.
- Carrasco, J.B. y Caldero J.F. (2000). *Aprendo a investigar en educación*. Rialp. CASTEJÓN, F.J. (1996b). Por un entrenamiento eficaz. Liderazgo intenso y positivo (II). *Clinics, revista técnica de baloncesto*, nº 34, pp. 8-10.
- CASTEJÓN, F.J. (1996b). Por un entrenamiento eficaz. Liderazgo intenso y positivo (II). *Clinics, revista técnica de baloncesto*, nº 34, pp. 8-10.
- Castejón, F.J. (2003). A vueltas con los expertos y los novatos en el deporte: lo que no hacen, lo que pueden hacer y lo que hacen. En Castejón, F.J. (Coord). *Iniciación Deportiva. La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte*. Sevilla: Wanceulen.

- Clinic: Entrevista a Dan Peterson. *Revista Clinic*, nº 2, 1988.
- Clinic: Entrevista a Hubie Brown. *Revista Clinic*, nº 31, 1995b.
- Clinic: Entrevista a Svetislav Pesic. *Revista Clinic*, nº 61, 2003.
- Clinic: Entrevista a Zelko Obradovic. *Revista Clinic*, nº 29, 1995a.
- Espar, F. (1998). El concepto de táctica individual en los deportes de equipo. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 51, 16-22.
- Feu, S., Ibáñez, S.J., Sáenz-López, P. (2006). Estudio de la participación de los jugadores españoles de baloncesto en las distintas categorías de la selección nacional. *Apunts: Educación física y deportes*, 85, pp. 36-45.
- García, J.M.; Campos, J.; Lizaur, P. y Pablo, C. (2003). *El talento deportivo. Formación de élites deportivas*. Madrid: Gymnos.
- Gasol, P. (2006). Gasol, por Pau Gasol. El partido de mi vida. Edebé. Barcelona.
- Gigantes: Entrevista a Óscar Yebra. *Gigantes del basket*, nº 949, 2004b.
- Giménez, F.J. (2000). *Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela*. Sevilla: Wanceulen.
- Giménez, F.J. (2003). *La formación del entrenador en la iniciación al baloncesto*. Sevilla: Wanceulen.
- Giménez, F.J. y Sáenz-López, P. (2003). *Aspectos teóricos y prácticos de la iniciación al baloncesto*. Sevilla: Wanceulen.
- Jiménez, A. C. (2004). *Análisis de las tomas de decisión en los deportes colectivos: Estrategias de las jugadoras aleros de baloncesto en posesión del balón*. Tesis doctoral inédita. Universidad de Castilla-La Mancha.
- Knop, P. (1993). *El papel de los padres en la práctica deportiva infantil*. Málaga: Unisport.
- LIZAUR, P.; MARTÍN, N. Y PADIAL, P. (1989). La formación y desarrollo de las cualidades físicas. En ANTÓN, J. (coord.). *Entrenamiento deportivo en la edad escolar*. Málaga: Unisport.
- Lorenzo Calvo, A. (2002). La detección del talento en los deportes colectivos. *Cronos*, nº 1, pp. 15-24.
- Lorenzo, A. y Sampaio, J. (2005). Reflexiones sobre los factores que pueden condicionar el desarrollo de los deportistas de alto nivel. *Apunts. Educación Física y Deportes* (80), 63-70.
- Paniagua, V. (2000). Aleros. *Basket FEB*(13), 6.
- Piñar, M.I. (2005). Incidencia del cambio de un conjunto de reglas de juego sobre algunas de las variables que determinan el proceso de formación de los jugadores de minibasket (9-11 años). Universidad de Granada.
- Puig, N. (1995). Itinerarios deportivos juveniles y definición de la situación. En: *Actas Congreso Científico Olímpico - 1992. Actividad física adaptada, Psicología y Sociología* (vol. I). Instituto Andaluz del Deporte. Málaga, p. 456-464.
- Ruiz, L.M. y Arruza, J. (2005). El proceso de toma de decisiones en el deporte. Clave de la eficiencia y el rendimiento óptimo. Barcelona: Paidós.
- Ruiz, L.M. y Sánchez, F. (1997) *Rendimiento deportivo. Claves para la optimización de los aprendizajes*. Madrid: Gymnos.
- Sáenz-López, P. e Ibáñez, S. J. (1994). El tiro: clasificación, evaluación y su entrenamiento en cada categoría. *Clinic* (27), 29-34.
- Sáenz-López, P. et al (2006). La formación del jugador de baloncesto de alta competición. Wanceulen. Sevilla
- Sáenz-López, P., Ibáñez, S.J., Giménez, J., Sierra, A. & Sánchez, M. (2005). Multifactor characteristic in the process of development of the male expert basketball player in Spain. *International Journal of Sport Psychology*, 36 (2), 151-171.
- Sáenz-López, P.; Ibáñez, S.J.; Feu, S. (2006). Estudio de la participación de los jugadores españoles de baloncesto en las distintas categorías de la selección nacional. *Apunts: Educación Física y Deportes*, nº 85, pp.36-45.

- Sáenz-lópez, P.; Jiménez, A.C.; Giménez, F.J.; Ibáñez, S.J. (2007). La autopercepción de las jugadoras de baloncesto expertas respecto a sus procesos de formación. *Cultura, Ciencia y Deporte*, vol. 3, año IV, nº 7, 35-41.
- Sánchez, M. (2002). *El proceso de llegar a ser experto en baloncesto: Un enfoque psicosocial*. Tesis doctoral inédita, Toledo: Universidad de Castilla-La Mancha.
- Saura, J. (1996). *El entrenador en el deporte escolar*. Lérida: Instituto de Estudios Ilerdenses.
- Tavares, F. (1997). El procesamiento de la información en los juegos deportivos. En A. Graça y J. Olivera (Eds.), *La enseñanza de los juegos deportivos* (pp. 35-46). Barcelona: Paidotribo.