
LA VISIÓN DE LAS JUGADORAS INTERNACIONALES DE BALONCESTO SOBRE SU PROCESO DE FORMACIÓN

THE VISION OF INTERNATIONAL BASKETBALL PLAYERS ON THEIR TRAINING PROCESS

Proyecto de investigación financiado por el Consejo Superior de Deportes (04/UPB10/04)

PEDRO SÁENZ-LÓPEZ BUÑUEL

Facultad Ciencias de la Educación de la Universidad de Huelva

FCO. JAVIER GIMÉNEZ FUENTES-GUERRA

Facultad Ciencias de la Educación de la Universidad de Huelva

SERGIO IBÁÑEZ GODOY

Facultad del Deporte de la Universidad de Extremadura.

ANA CONCEPCIÓN JIMÉNEZ SÁNCHEZ

Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid.

RESUMEN

La presente publicación parte de un proyecto de investigación subvencionado por el Consejo Superior de Deportes en el que pretendemos analizar las claves de la formación de las jugadoras de baloncesto que llegan al máximo nivel. La mayoría de los estudios sobre los talentos deportivos se plantean desde una perspectiva biomédica. Sin embargo, coincidimos con diversos autores que recomiendan investigar la formación de los deportistas desde un punto de vista psico-social.

Lo ideal sería plantear estudios longitudinales, pero ante la dificultad que conllevaría, se abre una línea de investigación que consiste en preguntar a los deportistas que han llegado a la élite sobre sus recuerdos relacionados con su formación para, analizando las coincidencias de la muestra, plantear cuáles han podido ser las claves de su éxito. Para ello hemos realizado entrevistas a las 14 componentes de la pre-selección nacional de los juegos olímpicos del 2004.

Las entrevistas han sido grabadas, transcritas literalmente y analizadas a través de unos códigos previamente establecidos y analizados por el equipo de investigación y finalmente ordenadas a través del programa de análisis de datos cualitativos AQUAD.

Los resultados se han comparado con un estudio similar realizado anteriormente en el baloncesto masculino. En ambos casos, destacan la importancia de factores relacionado con el contexto como el apoyo de la familia o el haber tenido buenos entrenadores. El segundo aspecto más destacado es el psicológico con factores como la motivación, la capacidad de trabajo o el deseo de aprender. A continuación se incide en aspectos físicos como la velocidad, y en tácticos como la capacidad de tomar decisiones. También observamos algunas diferencias como el mayor valor de la condición física en mujeres y de la táctica en hombres. Consideramos que estos resultados tienen unas implicaciones en el entrenamiento deportivo de jóvenes que pueden ser muy útiles.

Palabras Clave: baloncesto, formación, entrevista.

ABSTRACT

An interesting field in the world of Sport is the detection of talents, a field which has had some approximate studies from the bio medicine point of view but a few ones from the psychosocial view.

This book belong to research project paid by the Sport High Council. In it we try to analyse the keys to train the high level basketball player.

Thus, we have interviewed trainers, players and nurse coordinator.

The interviews have been recorded, transcribed word by word and fully analysed and finally they have been ordered through a qualitative data programme AQUAD.

The results are very interesting, since they show the importance of the context among other factors. The psychological factors of the player, such as his motivation, hard work or wish of learning; the tactical factors like decision making and the physical factors, such as speed are the clues for a player to reach the highest category. We, therefore, consider these results to be very interesting applications to the training of young sport people.

Key Words: basketball, training, interview.

1.- INTRODUCCIÓN

1.1.- Planteamiento del problema

Desde hace décadas existe en el campo del deporte numerosos intentos de diagnosticar con tiempo los talentos en una determinada especialidad. La realidad, como afirma Campos (2003), es que no sabemos con certeza por qué algunos jóvenes talentos no llegan al máximo nivel y por qué otros más mediocres terminan siendo los mejores.

Tradicionalmente se ha abarcado la detección de talentos desde una perspectiva exclusivamente biomédica (Matsudo, 2003). Quizás en los deportes individuales estos estudios tengan relevancia, pero en los deportes de cooperación-oposición como el baloncesto son muchos los factores que influyen en que un jugador llegue a un alto nivel. Por tanto, coincidimos con Lorenzo (2002: 20) cuando afirma que necesitamos más estudios de carácter psicosocial con una visión multidimensional ya que *las características antropométricas o fisiológicas no sirven para predecir con eficacia el éxito en estos deportes*.

Partiendo de estas premisas, nos interesamos por conocer e investigar las claves principales que permiten a una jugadora de baloncesto llegar a la alta competición.

1.2.- Objetivos

- Conocer los aspectos claves que han llevado a las jugadoras internacionales de baloncesto a la alta competición
- Profundizar sobre los distintos ámbitos del entrenamiento (físicos, técnicos, tácticos y psicológicos) que deberían tenerse en cuenta en la formación de jugadoras con talento en categorías inferiores.
- Realizar propuestas prácticas en base a los resultados de las implicaciones en el proceso de formación de jugadoras jóvenes con talento de baloncesto.
- Comparar y establecer similitudes y diferencias entre el baloncesto masculino y femenino.

1.3.- Marco Teórico

Siguiendo a Gagné (1993), consideramos oportuno distinguir dos niveles de deportista con talento: uno que haga referencia al estado inicial (talento potencial) y otro al nivel final de rendimiento experto producto de la influencia de multitud de factores (cognitivos, psicológicos, morfológicos, entrenamiento, ambiente). En la misma línea se expresa Lorenzo (2001: 32) indicando que *ambos conceptos, talento y experto, deben ser entendidos como dos conceptos complementarios y no excluyentes, identificándose cada concepto con momentos diferentes del proceso de detección de talentos*.

Existen diversos estudios que demuestran que en muchos deportes existen casos de excelentes jugadores de alta competición que en su momento no destacaron cuando eran jóvenes (García Verdugo y Leibar, 1997; Carlson, 1988). En baloncesto, Sáenz-López et al (2006) confirman que en una muestra de más de 50 jugadores internacionales absolutos, sólo uno lo había sido en la categoría cadete. Sirva como ejemplo la anécdota de que Michael Jordan con 14 años no fue elegido para formar parte del equipo de su High School (Williams y Weinreb, 2002).

Debido a esta realidad, existe una línea de investigación que se interesa por conocer los itinerarios deportivos de los jugadores y jugadoras que llegan al máximo nivel. Estas investigaciones han puesto de manifiesto que el rendimiento experto sólo puede ser entendido desde una perspectiva holística, es decir, además de tener en cuenta la cantidad de horas que dedica el deportista a entrenarse, hay que considerar una serie de factores de tipo biológico, psicológico, perceptivo-cognitivo y social en continua interacción (Abernethy, Thomas y Thomas, 1993; Housner y French, 1994; Ruiz, 1998; Singer y Janelle, 1999). Este enfoque multifactorial del experto establece que sobre una base genética es necesaria la coincidencia de numerosas variables para que un deportista alcance un rendimiento excelente.

Aunque se conoce la influencia de estas variables, existen en la actualidad grandes interrogantes por resolver. Por

ejemplo, todavía no se ha llegado a clarificar por qué algunos deportistas consiguen llegar a la élite y otros desaparecen en el intento. O por qué, algunos jóvenes sobrepasan el rendimiento de compañeros con mayor potencialidad. Más concretamente, es difícil encontrar estudios en baloncesto y menos aún en la categoría femenina.

Por tanto, consideramos necesario realizar estudios con un marcado carácter multidisciplinar que aborde el desarrollo de la pericia teniendo en cuenta todos los factores que afectan en el rendimiento experto. Los resultados que se obtengan pueden dar pistas sobre el proceso de formación del deportista con talento con el fin de que se convierta en un jugador experto.

2.- METODOLOGÍA

2.1.- Diseño

Como se ha comentado, queremos abarcar esta temática desde un punto de vista psicosocial por lo que nos posicionamos en el paradigma interpretativo (metodología cualitativa), ya que como afirma Erickson (1989), la conducta humana no puede explicarse como otros fenómenos de las ciencias naturales por ser más compleja y diferente que en otros seres vivos. Con esta metodología, los investigadores pueden descubrir procesos que podrían pasar desapercibidas con otros métodos más estandarizados (Biddle y Anderson, 1989).

Atendiendo a la clasificación metodológica que proponen Rodríguez y cols. (1996), la investigación responde a un diseño de casos múltiples donde se analizan varios casos únicos a la vez, con varias unidades de análisis (antropometría, cualidades físicas, contexto, aspectos psicológicos, técnica y táctica).

Las fases de la investigación han sido las siguientes: en primer lugar, se realizó la revisión bibliográfica que permitió definir los problemas a investigar, la selección de los casos y la entrevista a emplear. A continuación se hizo el registro y la transcripción de las entrevistas. Una vez que se transcribieron las entrevistas se pasó al análisis cualitativo de los datos utilizando el programa AQUAD. Con los datos agrupados se hizo una interpretación de lo que aparecía en las entrevistas y se compararon las opiniones de las participantes en el estudio organizadas por dimensiones.

2.2.- Sujetos

El universo de referencia está constituido por las jugadoras españolas que han llegado a ser internacionales. La muestra la conforman las 14 jugadoras que estuvieron en la preselección de los Juegos Olímpicos del 2004 que es suficientemente representativa para los objetivos de la investigación.

2.3.- Instrumento: entrevista

Siguiendo a Marcelo y Parrilla (1991:23), nos hemos decantado por la entrevista semiestructurada para, partiendo de un guión, poder tener flexibilidad para profundizar en la información en función de cómo transcurra.

Las entrevistas han sido grabadas en audio y transcritas literalmente para su posterior análisis. Los datos que se extraen deben ser organizados para poderlos analizar (Gil, 1994). Para ello se utilizarán códigos previamente establecidos que se irán aplicando a los segmentos de texto con el fin de clasificarlos (Miles y Huberman, 1984). El proceso de codificación lo hizo el equipo de investigación para garantizar la mayor fiabilidad posible. Siete fueron las dimensiones que elegimos, relacionadas la mayoría de ellas con los componentes más importantes del entrenamiento deportivo. En el apartado de resultados se irán viendo los códigos en cada dimensión.

Estos textos codificados se introducen en el programa AQUAD que facilita el posterior manejo de la información para iniciar en análisis cualitativo (Hüber, 1989). Tras este exhaustivo proceso que ha dado lugar a una gran cantidad de datos, presentamos a continuación los resultados y la discusión de los mismos.

3.- RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Aunque en el presente trabajo nos hemos centrado en el estudio sobre el proceso de formación de las jugadoras internacionales de baloncesto, creemos conveniente comparar los datos obtenidos con los resultados de un estudio similar realizado en baloncesto masculino (Sáenz-López et al, 2005) con el objetivo de darle una mayor significatividad.

3.1.- Análisis de las frecuencias

Comenzamos presentando el recuento de códigos en cada dimensión ya que, aunque es un análisis cualitativo, este dato nos puede orientar sobre la importancia que las jugadoras dan a cada uno de los factores (Rodríguez, 1995; Hüber, 1989).

En los siguientes gráficos, presentamos la frecuencia de cada dimensión tanto en el estudio realizado en baloncesto femenino (motivo del presente artículo) como el realizado anteriormente en baloncesto masculino (Sáenz-López et al, 2005). Comprobamos en ambos casos que el contexto es el más destacado seguido por la psicología individual.

En femenino se presenta a cierta distancia un grupo de tres dimensiones muy igualadas: condición física, táctica y técnica (gráfico 1). Por último, las dimensiones antropometría y psicología social cierran la lista.

Gráfico 1.- Frecuencia de las dimensiones femenino.

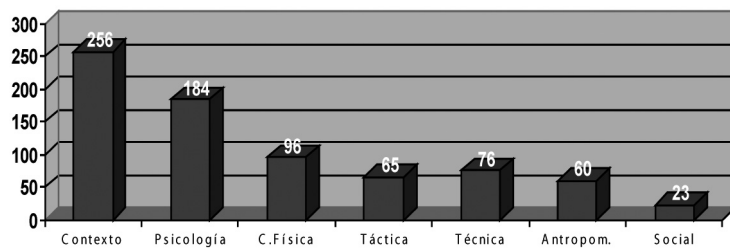
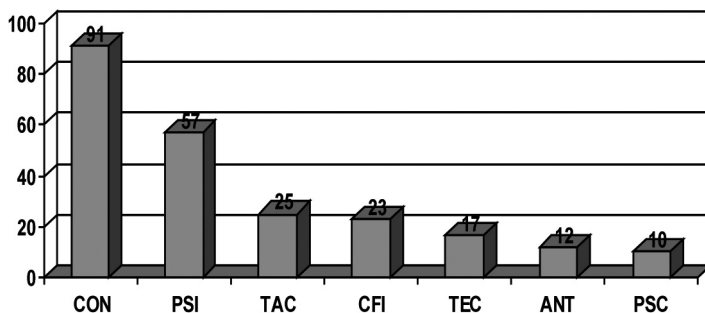


Gráfico 2.- Frecuencia de códigos en los jugadores masculinos.



En masculino, tras el contexto y la psicología individual, aparece a mucha distancia la táctica, seguido de la condición física y la técnica (gráfico 2).

3.2.- Análisis cualitativo de las dimensiones

3.2.1.- Contexto

Coincidimos con otros estudios (Sáenz-López et al, 2005; Puig, 1995; Sánchez, 2002; García et al., 2003) en que el contexto influye de forma notable en el proceso de formación de la jugadora de baloncesto. En esta dimensión se agrupa el mayor número de códigos, y el mayor número de referencias por parte de las jugadoras.

Como observamos, en el cuadro 1, en cada dimensión, vamos a exponer los códigos ordenados por el número de jugadores y jugadoras que los citan, así como el total. La coincidencia de estas citas en un mayor número de protagonistas, nos orientarán hacia las claves más importantes del éxito deportivo.

Cuadro 1.
Aspectos del contexto citados por los jugadores y jugadoras.

CÓDIGO	Breve descripción	Jugadoras	Jugadores	Total
Entorno	Familia, amigos	14/14	7/7	21/21
Entrenador	En su formación	14/14	6/7	20/21
Cantera	en su formación	12/14	7/7	19/21
Jugar	Fuera de los entrenamientos	13/14	3/7	16/21
Estudios	Durante formación	8/14	4/7	12/21
Oportunidad	para debutar	5/14	6/7	11/21
Competición	Nivel	4/14	1/7	5/21

Comenzamos por el entorno (destacado por los 21 jugadores) donde las referencias más importantes se refieren a los padres, y a la necesidad de su apoyo (Knop, 1993):

“yo creo que sin ellos sobre todo sin mis padres habría sido imposible” (Jugadora 4).

El entrenador tiene una gran importancia en esta dimensión, confirmado este dato en investigaciones como las de Saura (1996) o Giménez (2003). Todas las jugadoras (14 de 14) hacen especial alusión a la necesidad 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. Porque bueno, pues no sé si ha sido por la altura y tal pero siempre he estado en proyectos que se han hecho de cara a trabajar con gente joven” (jugadora 3).

Los entrevistados (19 de 21) describen la relevancia capital que tiene el trabajo de cantera en el baloncesto femenino. En otros casos se destaca la competitividad que aprendieron en sus etapas de formación. Esta necesidad de competición en estas categorías es comentada por Añó (1997):

“entonces esa es una seña de identidad que tiene ese club, y que cuando estás entrenando allí sabes que tu objetivo es al final del año quedar campeón de España” (jugadora 3).

Son numerosas (13 de 14) las veces en que las jugadoras se refieren a que jugaban mucho por su cuenta:

“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).

Otro factor a destacar son las constantes alusiones a la necesidad de divertirse jugando y disfrutar del baloncesto, tal como exponen numerosos autores como Hahn, 1989; Martens et al, 1989 o Pintor 1989:

“hay que divertirse, si no te diviertes y no tienes ilusión por jugar a un deporte no llegarás nunca a nada si no te diviertes” (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:

“lo primero que tiene que saber es compaginar su vida deportiva con su vida personal y los estudios” “después a los treinta años cuando lo dejen hay otra vida, y se tienen que preparar en la universidad o donde sea” (jugadora 4).

Además se comenta cómo en baloncesto femenino la mayoría no abandona los estudios y llegan a tener una carrera universitaria, a diferencia de los hombres:

“de las mujeres que estamos aquí, la mayoría hemos estudiado una carrera, y los chicos ninguna. De los chicos de la selección masculina no han hecho nada, excepto alguno...” (jugadora 10).

La mitad de los entrevistados (11 de 21) destacan la importancia de tener una oportunidad en el momento adecuado. Algunos (5 de 21) comentan la necesidad de participar en competiciones igualadas.

3.2.2.- Psicología individual

Las capacidades psicológicas individuales aparecen como el segundo aspecto clave en la formación de jugadoras internacionales. La mayoría de los entrevistados así lo reconocen. Algunas 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).

Todas las jugadoras y jugadores reconocen que han trabajado mucho para poder llegar, siendo necesarias capacidades como la constancia, la disciplina o la humildad (Sáenz-López et al, 2005):

“Pero yo creo que el trabajo diario es el que al final te da la suerte de estar ahí” (jugadora 4).

Algunas jugadoras describen el coste que esta dedicación ha tenido por tener que renunciar a muchas cosas y reconocen que es muy duro llegar al máximo nivel:

“Hay que renunciar a veces a... a muchas cosas para, para dedicarte a esto y que bueno, que, que realmente lo haga porque le gusta y para divertirse” (jugadora 8).

No obstante, terminan afirmando que la recompensa que obtienen les merece la pena:

“No quiero decir que sea todo... duro ¿no? Hay, hay muchísimas recompensas pero para llegar hay que sufrir trabajando” (jugadora 11).

De todas las capacidades psicológicas, la que más destacan las jugadoras es la motivación (13 de 14). Disfrutar y divertirse haciendo baloncesto, es un aspecto fundamental para soportar el esfuerzo que deben realizar:

“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 (15 de 21). 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; Sáenz-López et al, 2005):

“Yo creo que sobre todo... muchas ganas de aprender” (jugadora 7).

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). Se valora mucho la capacidad de superar los momentos malos que va a haber durante el proceso de formación, en los que la familia va a ser muy importante:

Cuadro 2.
Aspectos de psicología individual citados por los jugadores y jugadoras.

CÓDIGO	Descripción	Jugadoras	Jugadores	Total
Trabajo	Capacidad de trabajo	14/14	7/7	21/21
Motivación	Hacia el baloncesto	13/14	5/7	18/21
Aprender	Capacidad de aprender	10/14	5/7	15/21
Equilibrio	Emocional	11/14	4/7	15/21
Disciplina		7/14	2/7	9/21
competir	Capacidad para competir	7/14	1/7	8/21
Confianza		5/14	2/7	7/21
Inteligencia		4/14	2/7	6/21
Humildad		3/14	2/7	5/21
Concentración		3/14	1/7	4/21
Presión	Soportar presión del entorno	0/14	4/7	4/21

“Y qué destacaría, evidentemente la dureza mental. El sobreponerte a lesiones, el sobreponerte... a malos momentos durante una temporada, sobre todo sabiendo que tienes que rendir siempre” (jugadora 13).

A más distancia (9 de 21) aparece la disciplina como una cualidad deseable para que la jugadora pueda asimilar las enseñanzas de los entrenadores:

“Yo aprendía mucho y que le hacía caso siempre” (jugadora 13).

Los entrevistados que mencionan este tema (8 de 21), destacan la importancia de que la jugadora tenga capacidad para competir, tenga un carácter ganador, que tenga desparpajo y sea intensa jugando (Cárdenas, 2003).

“Yo por ejemplo en la pista soy muy competitiva” (jugadora 1)

Algunas jugadoras (5 de 14) consideran importante la confianza, creer en tus posibilidades y convencerte de que puedes hacerlo:

“Lo primero es que tú tienes que tú tienes que creer en ti y en tus posibilidades” (jugadora 5).

Algunos entrevistados (6 de 21) destacan la inteligencia como una cualidad muy necesaria para las jugadoras que llegan a la élite. Antón (1989) confirma que el baloncesto como deporte de oposición es, por encima de todo, un juego de resolución de problemas:

“Buscándote la vida ¿sabes? pues... intentando ser un poquito más inteligente que la jugadora que tienes en contra” (jugadora 14).

Otra cualidad que ha salido reflejada indirectamente en otros códigos es la humildad (5 de 21). 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).

La concentración también es citada por algunas jugadoras (3 de 14) como una cualidad útil para llegar a la alta competición (Williams y Weinreb, 2002):

“La concentración y, mantener la atención en el partido” (jugadora 10).

La presión del entorno como causa para que no lleguen los jóvenes talentos, aparece de forma destacada en los hombres (4 de 7), mientras que no es citado por ninguna jugadora.

3.2.3.- Condición Física

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 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 (13 de 21).

“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 (12 de 21) 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 (8 de 21). Las jugadoras ponen de manifiesto que sus experiencias previas, de otras practicas motrices o practicando otros

Cuadro 3. Aspectos de condición física citados por los jugadores y jugadoras.

CÓDIGO	Jugadoras	Jugadores	Total
Velocidad	10/14	3/7	13/21
Fuerza	8/14	4/7	12/21
Coordinación	7/14	1/7	8/21
Salto	5/14	1/7	6/21
Resistencia	3/14	0/7	3/21

deportes, le han ayudado en su posterior desarrollo como jugadora de baloncesto. Esta cualidad física es destacada por algunas jugadoras ya que les ayuda a desarrollar su juego e influir favorablemente en su progresión:

“el cadete me acuerdo yo jugaba incluso de pivot, porque yo tenía buenos movimientos de pivot, aunque no fuese alta” (jugadora 13).

La resistencia es una de las cualidades físicas menos destacadas en las intervenciones de los sujetos entrevistados (3 de 21). Cuando se refieren a ella lo suelen hacer de forma genérica y dentro de las cualidades globales que deben poseer para poder jugar al baloncesto.

3.2.4.- Táctica

Las jugadoras otorgan una relevante importancia a las tomas de decisión (13 de 21). 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 (Castejón, 2002; Iglesias, Fuentes, Moreno y Del Villar, 2003; Jiménez, 2004; Mora, García, Toro y Zarco, 1995; Oliveira y Graça, 1997; Ruiz y Arruza, 2005; Tenenbaum, 2003):

“¡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 sin... sabiendo que no me van a pasar, porque no es lo que quiero” (jugadora 13).

El código vinculado a la polivalencia, se considera importante (11 de 21) 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:

“Jugando en Primera División, entonces eh... lo que tienen que hacer los entrenadores es no encasillar a las jugadoras ¿no? intentar hacerlas jugar libre y en todas las posiciones” (jugadora 1).

Un grupo de entrevistados (10 de 21) también refleja una clara conexión entre el concepto de táctica y los de intuición, anticipación y percep-

ción, 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 (Abernethy, 1991; Buceta, 1998; Espar, 1998; Jordan, 1995; Ruiz, 1999; Ruiz y Arruza, 2005):

“...a mí siempre me decían que, que yo leía bastante bien el juego ¿no? Que... había un entrenador que me decía que me parecía a los bases yugoslavos” (jugadora 11).

Con relación a las situaciones reales, algunos jugadores (9 de 21) consideran que el trabajo de 2x2 y 3x3 es mejor y más eficaz.

Cuadro 4.
Aspectos tácticos citados por los jugadores y jugadoras.

CÓDIGO	Descripción	Jugadoras	Jugadores	Total
Decisiones	Capacidad para tomar decisiones	9/14	4/7	13/21
Polivalencia	Jugar en varias posiciones	8/14	3/7	11/21
“Leer” partido	Capacidad para interpretar los partidos	8/14	2/7	10/21
Situaciones reales	Trabajo técnico en situaciones reales	7/14	2/7	9/21

3.2.5.- Técnica

Casi todas las jugadoras 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).

Cuadro 5.
Aspectos técnicos citados por los jugadores y jugadoras.

CÓDIGO	Jugadoras	Jugadores	Total
Tiro	13/14	5/7	18/21
Defensa	6/14	3/7	9/21
Trabajar técnica junto a táctica	7/14	2/7	9/21
Pase	4/14	1/7	5/21
Bote	3/14	2/7	5/21
Rebote	2/14	2/7	4/21

El tiro, es el fundamento que más valor tiene para los entrevistados (18 de 21) 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 (9 de 21). Se observa, en algunas opiniones (9 de 21), 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). La desmitificación de la técnica como trabajo preponderante, y descontextualizado, en la fase de iniciación y formación quedan reflejadas en esta respuesta:

“Entonces, no sé yo creo que hay que ir inculcando poco a poco esos valores y eh... esa técnica pero sobre todo eh, a base de juegos” (jugadora 10).

En cuanto al pase, algunos entrevistados (5 de 21) 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:

Cuando se abordan otros fundamentos técnicos como es el bote, se aprecia que apenas ofrecen opiniones al respecto (5 de 21), según observamos en las respuestas de las entrevistadas. Quizá el dominio y control de balón sí destaca, en cierta medida, aunque manifiestan dar por hecho el que una jugadora de alta competición tenga consolidado este fundamento.

3.2.6.- 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 el desarrollo de la jugadora. Tiene más posibilidades para llegar la jugadora que posea unas características antropométricas ideales para este deporte, pero quizás también aquellas

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 a parte 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 (15 de 21). 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:

“pues más alta o más fuerte y tal, pues tiene ahí un margen, una facilidad añadida a las demás jugadoras. Pero, bueno, claro, todo es posible” (jugadora 3).

La segunda característica antropométrica que más destacan los sujetos entrevistados es la envergadura (8 de 21). 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.

3.2.7.- Psicología social

Hay jugadoras 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).

Por el contrario, otros jugadores que sí es un factor importante, sobre todo para el éxito colectivo. Esta controversia abre una línea de investigación específica para valorar realmente la importancia de este factor:

Cuadro 6. Aspectos antropométricos citados por los jugadores y jugadoras.

CÓDIGO	Jugadoras	Jugadores	Total
Altura	11/14	4/7	15/21
Envergadura	6/14	2/7	8/21
No especializar por la altura	2/14	2/7	4/21
Peso	2/14	0/7	2/21

“Hay jugadoras que eran muy buenas y destacaban jugando solas ¿no? Pues esas jugadoras tarde o temprano se han... se han estrellado en el camino” (jugadora 3).

“La cuestión es ser un equipo, estar dentro del equipo y formar un grupo, una piña. Es muy importante para luego dar resultados al equipo” (jugadora 12).

4.- CONCLUSIONES

En primer lugar, pretendíamos conocer los aspectos claves que han llevado a las jugadoras internacionales de baloncesto a la alta competición. Hemos constatado que el contexto y la psicología individual son las dimensiones que más han influido en que las jugadoras lleguen al máximo nivel.

En segundo lugar, queríamos profundizar sobre los distintos ámbitos del entrenamiento en la formación de las jugadoras. A nivel físico, se destaca la velocidad y la fuerza por encima de todas las cualidades. En el aspecto táctico, comentan la importancia de tomar decisiones, así como la polivalencia. Técnicamente, se hace especial hincapié en el tiro. Con relación a la psicología se valora la capacidad de trabajo, la motivación, el deseo de aprender y el equilibrio emocional.

En tercer lugar, aspirábamos a realizar propuestas prácticas en el proceso de formación de jugadoras jóvenes con talento de baloncesto. A nivel de organización, la cantera, los entrenadores en las etapas de formación, la colaboración adecuada de los padres y el fomento de los estudios, son elemen-

tos que se deben controlar. En el entrenamiento, aparecen recomendaciones como el desarrollo de la velocidad en el mayor número de tareas, entrenar mucho el tiro, o enseñar conjuntamente los medios técnicos y tácticos. En este sentido, recomiendan fomentar la inteligencia y creatividad en los entrenamientos, así como generar un buen clima de trabajo. La polivalencia debe ser una característica en la enseñanza. En cuanto a la detección de talentos, parece importante valorar aspectos como la capacidad de trabajo y de aprendizaje, la motivación, la inteligencia o la velocidad.

Por último, analizamos las diferencias entre el baloncesto masculino y femenino. A nivel global, coinciden en la importancia del contexto y de la psicología individual, aunque en las mujeres esta última dimensión es más destacada. El aspecto físico parece más importante en las mujeres, mientras que en los hombres destacan más el táctico. Con más profundidad, en el baloncesto masculino aparece la presión del entorno o la falta de humildad como claves para no llegar, mientras que en el femenino tiene menos relevancia.

No queremos finalizar el trabajo sin agradecer la colaboración del Consejo Superior de Deportes, de la Universidad de Huelva y de la Federación Española de Baloncesto y la amabilidad de las jugadoras y equipo técnico de la selección nacional.

Cuadro 7.
Aspectos de psicología social citados por los jugadores y jugadoras.

CÓDIGO	Descripción	Jugadoras	Jugadores	Total
Clima	Clima del equipo	11/14	6/7	17/21
Relaciones	Con compañeras y entrenador	11/14	3/7	14/21
Aceptar roles	Dentro del equipo	1/14	1/7	2/21

5.- BIBLIOGRAFÍA

- Abernethy, B. (1991). Visual search strategies and decision-making in sport. *International Journal of Sport Psychology*, 22, 189-210.
- Año, V. (1997). *Planificación y organización del entrenamiento juvenil*. Madrid: Gymnos.
- Antón, J. (1989) (Coord.). *Entrenamiento deportivo en la edad escolar*. Málaga: UNISPORT.
- Biddle, B.J. y Anderson, D.S. (1989). Teoría, métodos, conocimiento e investigación sobre la enseñanza. En M.C. Wittrock (Coord.). *La investigación de la enseñanza, I. Enfoques, teorías y métodos*. Barcelona: Paidós Educador. M.E.C.
- Buceta, J. M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Madrid: Dykinson.
- Campos, J. (2003). Criterios para la orientación del entrenamiento de los talentos deportivos en atletismo. En J. Hernández, G. Gil, y M. Morán (Eds). *Talentos Deportivos. Detección, entrenamiento y gestión*. Gobierno de Canarias.
- 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.
- Carlson, R. (1988). The socialization of élite tennis players in Sweden: An análisis of the players' backgrounds and development. *Sociology Sport Journal*, 5, 241-256.
- Castejón, F.J. (2002). Decisión estratégica y decisión táctica. Similitudes, diferencias y aplicaciones en el deporte. *Revista del Entrenamiento Deportivo*, 16(4), 31-39.
- 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 F.J. Castejón (Coord). *Iniciación Deportiva. La enseñanza y el aprendizaje comprensivo en el deporte*. Sevilla: Wanceulen.
- Erickson, F. (1989). Métodos cualitativos de investigación sobre la enseñanza. En M.C. Wittrock (Coord.). *La investigación de la*

- enseñanza, II. *Métodos cualitativos y de observación*. Barcelona: Paidós Educador. M.E.C.
- Espar, F. (1998). El concepto de táctica individual en los deportes de equipo. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 51, 16-22.
 - Gagné, F. (1993) Constructs and models pertaining to Exceptional human abilities. En H. Heler, H. et al. (Eds). *International handbook of research and development of giftedness and talent*. Pergamon Press. 69-87
 - García, J.M.; Campos, J.; Lizaur, P. y Pablo, C. (2003). *El talento deportivo. Formación de élites deportivas*. Madrid: Gymnos.
 - García, M. y Leibar, X. (1997). *Entrenamiento de la resistencia de los corredores de medio fondo y fondo*. Madrid: Gymnos.
 - Gil, J. (1994). *Análisis de datos cualitativos. Aplicaciones a la investigación educativa*. Barcelona: PPU.
 - 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.
 - Hahn, E. (1988). *Entrenamiento con niños*. Barcelona: Martínez Roca.
 - Housner, L.D. & French, K.E. (1994) Future directions for research on expertise in learning, performance and instruction in sport and physical activity. *Quest*, 46, 241-246.
 - Hüber, G. (1989). Análisis de datos cualitativos: la aportación del ordenador. En C. Marcelo (Ed.). *Avances en el estudio del pensamiento de los profesores*. Sevilla: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Sevilla.
 - Iglesias, D., Fuentes, J. P., Moreno, A. y Del Villar, F. (2003). La mejora de la toma de decisiones en el pase en baloncesto a través de un programa orientado a la adquisición del conocimiento. En S. Ibáñez y M. Macías (Eds.), *Propuestas para la mejora en el proceso de formación y rendimiento en baloncesto*. Cáceres: Universidad de Extremadura.
 - 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.
 - Jordan, M. (1995). *Mi filosofía del triunfo*. Méjico: selector.
 - Knop, P. (1993). *El papel de los padres en la práctica deportiva infantil*. Málaga: Unisport.
 - Lorenzo, A. (2001). Hacia un nuevo enfoque del concepto de talento deportivo. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, vol. XV, nº 2, pp. 27-33.
 - Lorenzo, 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.
 - Marcelo, C. y Parrilla, A. (1991). El estudio de caso: una estrategia para la formación del profesorado y la investigación didáctica. En AAVV. *El estudio de caso en la formación del profesorado y la investigación didáctica*. Sevilla: Servicio Publicaciones de la Universidad de Sevilla.
 - Martens, R., Chistina, R.W., Harvey, J.S., & Sharkey, B.J. (1989). *El entrenador*. Barcelona: Hispano Europea.
 - Matsudo, V. (2003). Aspectos biológicos de la detección de talentos. Ciencia y detección de talentos. En J. Hernández, G. Gil y M. Morán (Eds). *Talentos Deportivos. Detección, entrenamiento y gestión*. Gobierno de Canarias.
 - Mora, J., García, S., Toro, S. y Zarco, A. (1995). *Estrategias cognitivas en deportistas profesionales*. Málaga: Universidad de Málaga.
 - Oliveira, J. y Graça, A. (1997). La enseñanza del baloncesto. En A. Graça y J. Oliveira (Eds.), *La enseñanza de los juegos deportivos* (pp. 61-95). Barcelona: Paidotribo.
 - Pintor, D. (1989). Objetivos y contenidos de la formación deportiva. En J.L. Antón (coord.). *Entrenamiento deportivo en edad escolar*. Málaga: Unisport.
 - Puig, N. (1995) Itinerarios deportivos juveniles y definición de la situación. En: *Actas Congreso Científico Olímpico - 1992. Actividad física adaptada, Psicología y Sociología*. Málaga: Instituto Andaluz del Deporte (Deporte y documentación, nº 24, vol. I), pp. 456-464.
 - Rodríguez, G.; Gil, J. y García, E. (1996) *Metodología de la investigación cualitativa*. Málaga: Aljibe.
 - Rodríguez, J.Mª. (1995). *Las prácticas de enseñanza en la formación inicial de los profesores*. Servicio de publicaciones de la Universidad de Huelva.
 - Ruiz, L.M. (1998) Valoración de los elementos motores del joven deportista: Mitos y realidades. En O.R. Contreras, Y L.J. Sánchez (Eds.): *La detección temprana de talentos deportivos*. Cuenca: Ediciones de la Universidad de Castilla-La Mancha.
 - Ruiz, L.M. (1999). Rendimiento deportivo, optimización y excelencia en el deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 8(2), 235-248.
 - 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.
 - 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. ; Ibáñez, S.J.; Feu, S. (2005). 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., 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.
 - 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.
 - Singer, R.N. y Janelle, C.H. (1999). Determining sport expertise: From genes to supremes. *International Journal of Sport Psychology*, Vol. 30, 2, pp. 117-150.
 - 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.
 - Tenenbaum, G. (2003). Expert Athletes: An integrated approach to decision making. En J. L. Starkes y K. A. Ericsson (Eds.), *Expert Performance in sport*. Champaign: Human Kinetics.
 - Williams, P. (2002). *Con la fuerza de Jordan. Lecciones vitales para alcanzar el éxito*. México: Alama.