

DOSSIER

# ORIENTACIÓN DEPORTIVA HACIA ACTIVIDADES TÁCTICAS\*

Bernat Buscà y Joan Riera

**RESUMEN:** La orientación para la elección de un deporte posibilitaría que los/las jóvenes deportistas escogieran el deporte más adecuado a sus características personales. Para ello es necesario identificar las características personales que favorecen el progreso en cada deporte o grupo de deportes similares. En esta investigación se intenta aportar datos para orientar hacia la práctica en deportes tácticos, a partir de una competición en una prueba táctica y de la medición de diversas características individuales en un grupo reducido de jóvenes de 14-15 años. Los datos parecen apoyar que algunas características psicológicas contribuyen al éxito en la competición táctica.

A partir de la discusión de los resultados se sugieren diversas propuestas para verificar el alcance de la metodología utilizada para la orientación deportiva hacia los deportes tácticos.

**ABSTRACT:** The orientation towards a good choice of a sport would allow youngsters to choose the most adapted one to their personal characteristics. In order to do that, it is absolutely necessary to identify those personal characteristics that play an important role in every single sport or group of similar sports. Based on a competition in a tactical trial and the measure of different individual characteristics, in a reduced group of teenagers (14-15), in this research we try to give data to orient towards tactical sports practice. The data seems to support that some psychological characteristics contribute to success in tactical competitions. As a discussion, different proposals to verify the methodology used in this study about sportive orientation towards tactical sports are suggested.

---

Correspondencia: Bernat Buscà. I.N.E.F.C. Barcelona. Anella Olímpica. Montjuic. Barcelona.

\* Esta investigación fue realizada gracias a un beca concedida por el centro de Barcelona del Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya.

## Introducción

El número y variedad de deportes crece continuamente. En cada país, ciudad, barrio o escuela existe una amplia oferta de posibles deportes para practicar. Por ello, los jóvenes deportistas y sus padres se plantean la decisión de escoger que modalidad deportiva puede ser más conveniente.

Existen múltiples aspectos que intervienen en la decisión de escoger un deporte: tradiciones familiares, escolares y sociales, estimaciones de beneficios, posibilidades y coste del entrenamiento, relaciones de amistad, etc.

Sin embargo, cabe la posibilidad de orientar la práctica deportiva en función también de las características personales del futuro deportista. Dado que cada deporte tiene unas exigencias propias, es posible orientar al joven hacia la práctica deportiva de una u otra modalidad, al igual que se le orienta para el estudio, la profesión o el instrumento musical más adecuado (Ben-Touim y Boyd, 1997).

Las personas no tienen las mismas facilidades para aprender todos los deportes, pero seguramente cada joven podría progresar con facilidad en un número reducido de modalidades. Además, la edad en que suele iniciarse la práctica de los diferentes deportes suele ser muy dispar (a partir de los 5 o de los 12-13 años). Por ello, nos interesa detectar cuanto antes aquellas características personales del niño/a para que puedan ser utilizadas para su orientación deportiva.

Estas características, tal como proponíamos (Riera, 1997), incluyen aspectos morfológicos (altura, envergadura, peso), físicos (velocidad, potencia, resistencia) y psicológicos (inteligencia, personalidad, actitud). Por ello, cómo en la orientación deportiva al igual que en otras decisiones que los jóvenes o los padres deben tomar, intervienen diversos profesionales: educador físico, psicólogo y tutor.

Nuestro objetivo no es la selección de talentos, ni la especialización a edades tempranas, sino favorecer la práctica deportiva a la inmensa mayoría de los jóvenes que lo deseen. Entre practicar un sólo deporte o practicar demasiados, cabe la opción que cada joven pruebe un grupo reducido de modalidades deportivas que se ajusten a sus posibilidades. Es decir, proponemos que se oriente al joven deportista en la selección de dos o tres deportes adecuados a sus características para que pueda elegir el que desee. Con esta orientación se pretende reducir los abandonos de los principiantes y favorecer su satisfacción en la práctica deportiva.

En este trabajo hemos intentado aproximarnos a la detección de las características personales que pueden favorecer el aprendizaje en actividades de uno contra uno (1x1), es decir, actividades donde predomina la táctica individual (Riera, 1994). Mientras que algunas personas evitan las actividades de oposición, otras en cambio, si pueden escoger, eligen generalmente actividades de oposición, con o sin la colaboración de otros deportistas.

Cabría esperar que los deportistas que prefieren modalidades de 1x1, tuvieran algunos rasgos semejantes. Esperaríamos que, como reflejan diversos autores (Nadori, 1983; Bompa, 1987; Komi, 1992), tuvieran una alta velocidad segmentaria para responder con eficacia a las acciones del oponente y poderle sorprender, una elevada capacidad de razonamiento para decidir con rapidez la acción ade-

cuada y unas características personales (emocionabilidad baja y dureza mental alta (Eysenck et al., 1982) para poder enfrentarse a las incertidumbres y adversidades de la competición.

Por consiguiente, nuestra hipótesis es que a igualdad de habilidad y experiencia, a mayor fuerza explosiva, mejor inteligencia, menor emocionabilidad y mayor dureza mental, se obtendría un mejor rendimiento en las actividades de 1x1.

Para someter a prueba esta hipótesis, se evaluaron estas características personales y se realizó una competición en una actividad de oposición con jóvenes de 14 años. Para que todos los competidores tuvieran similares oportunidades, se seleccionó una prueba táctica que más adelante se describirá, porque reunía los criterios siguientes:

- no es una actividad deportiva en la que los sujetos hayan podido realizar un entrenamiento sistemático.
- no conlleva la utilización de nuevos instrumentos.
- es sencilla de explicar, demostrar y evaluar.
- es fácil de aprender.

## Método

### Sujetos

14 niños de edades comprendidas entre 14 y 15 años, alumnos de tercer curso de ESO, con cinco horas de educación física a la semana.

### Procedimiento

#### 1ª Fase: Evaluación de las características personales

Para la evaluación de la fuerza rápida del tren superior se utilizó una mesa de "plate tapping" según el protocolo de la batería Eurofit (Prat et al., 1987 ; Mateo, 1990).

Para la medición de las dimensiones de personalidad se utilizó el *Eysenck Personality Questionnaire Junior* (EPQ-J), en versión catalana adaptada y baremada por Sèpal S.L.

Para la medición de la inteligencia se utilizaron las escalas RV, RN, AR, CSA, MR i SR del *Diferencial Aptitude Test* (DAT) de Bennet, Seashore y Wesman, adaptada per TEA y baremada en población catalana por Sèpal S.L.

Cronología: En una sesión de clase se les administró el EPQ-J. Una semana después se les administró las escalas RV, RN, AR del DAT. Dos días después, las restantes escalas SR, CSA i MR, conjuntamente con el test de fuerza explosiva del tren superior ("plate tapping" de Eurofit).

#### 2ª Fase: Competición en la prueba táctica

##### Instrucciones para cada pareja de sujetos antes del primer combate:

"El objetivo es golpear las manos del contrario o evitar ser tocado. Habrá dos combates consecutivos en las que las funciones de receptor y tocador se intercambiarán.

Haremos un sorteo inicial a cara o cruz y el que gane puede decidir si empieza golpeando o recibiendo.

Para realizar el combate, os colocáis de pie, uno delante del otro a medio metro aproximadamente con los brazos semiflexionados y separados unos 30cm. El que recibe extiende las manos con las palmas mirando hacia arriba, mientras que el que tiene que golpear apoya sus manos encima y mirando hacia abajo.

A mi señal, el que golpea tiene 5 intentos y el que recibe ha de procurar evitarlo. Después, a una nueva señal mía, empieza a golpear el que antes recibía.

Tenéis que intentar golpear el máximo posible de veces y conseguir que os toquen el mínimo posible de veces.”

**Desarrollo:** Se sortea la decisión de empezar tocando o recibiendo. Si el sujeto A ha ganado el sorteo y decide tocar en primer lugar, a la señal del administrador, puede empezar a tocar las manos de B y éste ha de intentar evitarlo retirando las manos antes que le golpee. El sujeto A tiene 5 intentos controlados por el administrador que anota los aciertos y fracasos en el golpeo. Cada vez que el sujeto A deja de contactar una o ambas manos con el sujeto B, se considera que ha utilizado uno de los cinco intentos disponibles. El administrador anota el número de golpes con éxito.

Finalizados los 5 intentos de A, el sujeto B se dispone a intentar golpear en las mismas condiciones sus 5 intentos, anotando el administrador la eficacia conseguida.

**Final:** Al acabar los cinco intentos de cada jugador, se para el juego, se registra el tiempo invertido en cada uno de los dos combates y los golpes exitosos de A y B.

**Material:** un cronómetro y una hoja de registro para cada par de combates.

**Cronología:** El torneo se realiza durante tres sesiones de hora y media, bajo la dirección y arbitraje de uno de los investigadores. El torneo es en forma de liga en la que todos compiten contra todos en orden aleatorio y a doble vuelta, por lo que cada jugador participa en 13 combates atacando y 13 combates defendiendo.

**Evaluación:** Para cada pareja de sujetos, se asignan 3 puntos al jugador que logre un mayor número de golpes exitosos y 0 puntos al jugador que pierde. En caso de empate, se asigna 1 punto a cada jugador.

## Resultados

En la prueba táctica podían obtenerse múltiples datos: golpes dados y recibidos, técnica de golpeo utilizada (mano derecha, mano izquierda, ambas manos, cruzadas), si elige golpear o no, el tiempo en iniciar el primer intento, la duración del combate, .... No obstante, dado el número reducido de sujetos no parecía oportuno analizar los resultados con un número tan grande de indicadores, por lo que se consideró que la puntuación total conseguida que osciló entre 6 y 30 puntos era la variable que mejor reflejaba el rendimiento global en el torneo.

De las puntuaciones en las diferentes escalas de inteligencia se obtuvo un indicador global de este factor según pautas estándar del peso relativo de cada una de ellas. En la Tabla 1 se indican las puntuaciones en inteligencia y personalidad mediante notas T respecto a la población escolar equivalente. En la misma tabla se indican las notas T respecto al grupo en el test de velocidad del tren superior y la puntuación total

Sujeto	Inteligencia	Emocionabilidad	Dureza mental	Velocidad	Puntuación
1	55	50	53	36	21
2	56	46	49	44	17
3	43	50	41	64	14
4	51	51	53	68	19
5	65	38	46	57	30
6	46	75	67	63	6
7	47	56	38	46	7
8	53	43	54	51	21
9	55	48	65	49	16
10	47	48	53	63	12
11	61	44	61	42	18
12	40	50	57	43	19
13	54	33	49	38	24
14	42	36	80	41	20

Tabla 1. Notas T de las características personales de los sujetos y puntuación total conseguida en la prueba táctica.

	Resultado	Inteligencia	Emocionabilidad	Dureza mental	Velocidad
Puntuación	1,000	0,538*	-0,790***	0,108	-0,284
Inteligencia		1,000	-0,354	-0,168	-0,142
Emocionabilidad			1,000	-0,169	0,174
Dureza mental				1,000	-0,283
Velocidad					1,000

Tabla 2. Correlación de Pearson. N=14.

en el torneo.

En la Tabla 2 se indican las correlaciones entre la variable dependiente (puntos totales) y las características individuales de los sujetos, apreciándose una correlación entre los puntos en la prueba con la inestabilidad emocional y la inteligencia de los sujetos, mientras que no se obtuvo una correlación significativa entre la puntuación y los otros dos parámetros.

## Discusión

En la valoración de las relaciones encontradas entre las características personales y los resultados en la prueba táctica, a sabiendas que el número de sujetos era reducido, creemos que pueden destacarse los aspectos siguientes:

La estabilidad emocional, por sí sola parece “explicar” más del 50 por ciento de la variabilidad del éxito en la competición. Los golpes en las manos resultan desagradables, lo que quizás justifique que aquellos sujetos menos sensibles a esta situación aversiva estén en mejores condiciones de competir en esta prueba.

La inteligencia general parece ser un factor importante, aunque no permite aumentar la “explicación” del éxito en la prueba. La relativamente reducida variedad de alternativas tácticas que tiene el que intenta golpear (con cada una de las dos manos próxima o cruzada, con las dos manos simultáneamente próximas o cruzadas) y las nulas opciones tácticas del que recibe ya que no puede dejar de contactar sus manos de las del atacante, podría justificar la discreta relevancia del factor inteligencia.

La dureza mental no parece incidir en esta prueba. Quizás la corta duración de cada combate y de toda la competición son demasiadas pequeñas para que los sujetos con elevada dureza mental obtengan alguna ventaja de esta característica personal.

La velocidad de la extremidad superior tampoco parece ser relevante en esta prueba táctica. Quizás la reducida distancia de los movimientos implicados en la prueba tampoco permita que los más rápidos obtengan una ventaja competitiva.

Por todo ello, esta investigación aporta algunos indicios interesantes acerca de la posibilidad de predecir el éxito en una actividad de oposición a partir de algunas de las características personales del deportista. No obstante, antes de utilizar estas características para orientar a los jóvenes hacia actividades deportivas de táctica individual deberían realizarse múltiples estudios para verificar el alcance de los resultados obtenidos.

Por ello, proponemos que en sucesivos trabajos se introduzcan algunas mejoras metodológicas: — incrementar el número de sujetos para aumentar la validez de los resultados.

—realizar la investigación con hombres y mujeres, para comparar las diferencias de género en las pruebas de oposición.

— introducir cambios en la prueba táctica para que la distancia entre los contendientes sea mayor y ambos dispongan de mayores alternativas para incidir en el resultado.

— fijar la duración total del combate en lugar del número de intentos para incrementar las opciones estratégicas de los contendientes.

— evaluar otros aspectos del combate como las fintas de ataque y defensa, los cambios tácticos durante la competición y las actitudes ante el éxito y el fracaso.

— diseñar otras pruebas de táctica individual para comprobar la posible generalización de los resultados.

## Referencias

- Ben-Tovim, A. y Boyd, D. (1997). *Como escoger el instrumento más adecuado para su hijo*. Barcelona: Urano.
- Bompa, T. (1987). La selección de atletas con talento, *RED*, 47-54.
- Eysenck, H. J., Nias, D. K. y Cox, D. N. (1982). Sport and personality. *Advances in Behaviour Research Therapy*, 1-56.
- Komi, P. (1992). *Strength an power in sport*. Londres: Blackwell Scientific Publications.
- Nadori, L.(1983). Il talento e la sua selezione”, *Rivista di Cultura Sportiva*, 1, 43-48.
- Mateo, J. (1990). *La bateria Eurofit com a mitjà per la recerca de talents*, Memoria INEFC Barcelona, 30-50.
- Prat, J. A., Casamort, J. Balagué, N., Martínez, M., Povill, J. M., Sánchez, A., Silla, D., Santigosa, S. Pérez, G., Riera, J., Vela, J. M. y Portero, P. (1987). Bateria EUROFIT. Instrucciones y protocolos. *Revista de Investigación y Documentación sobre las Ciencias de la Educación Física y el Deporte*, 5, 113-125.
- Riera, J. (1994). Estrategia, táctica y técnica deportivas. *Apunts d'Educació Física*, 39, 45-56.
- Riera, J. (1997). Acerca del deporte y del deportista. *Revista de Psicología del Deporte*, 11, 127-136.