

Oriol Marco Latres,
Llicenciat en Educació Física a l'INEFC-Barcelona.
Responsable de l'assignatura Didàctica i
Pedagogia de l'Activitat Esportiva a l'Escola
Catalana de l'Esport (DGE).

APROXIMACIÓ A L'AVALUACIÓ EN ELS ESPORTS INDIVIDUALS

Resum

L'avaluació entesa com a procés, tradicionalment ha estat lligada a l'ensenyament "acadèmic", però és també un element imprescindible de l'entrenament esportiu ja que aquest també s'ha de considerar com un procés didàctic.

Els esports individuals tenen unes característiques pròpies i diferenciadores que s'han de preveure sempre que s'hi intervingui. Alguns exemples permetran observar com l'avaluació s'adapta a aquests elements i permet

obtenir uns resultats que millorin el rendiment esportiu.

Paraules clau: avaluació, procés didàctic, situacions motrius, esport individual, entrenament, esportista, entrenador.

Delimitació dels conceptes

Si es vol parlar sobre un tema tan complex com el que es presenta, la prime-

ra cosa que cal fer és determinar què és l'objecte d'estudi per tal que tothom pugui entendre la mateixa cosa.

No necessàriament s'han de compartir les opinions que es poden reflectir en aquest apartat, però és necessari i imprescindible delimitar i acotar els paràmetres per tal que quan es parli sobre ells es tingui una situació i visió similar i ens permeti parlar en un mateix llenguatge.

Esport individual

Abans de parlar d'esport individual caldria situar el terme esport. Són molts i

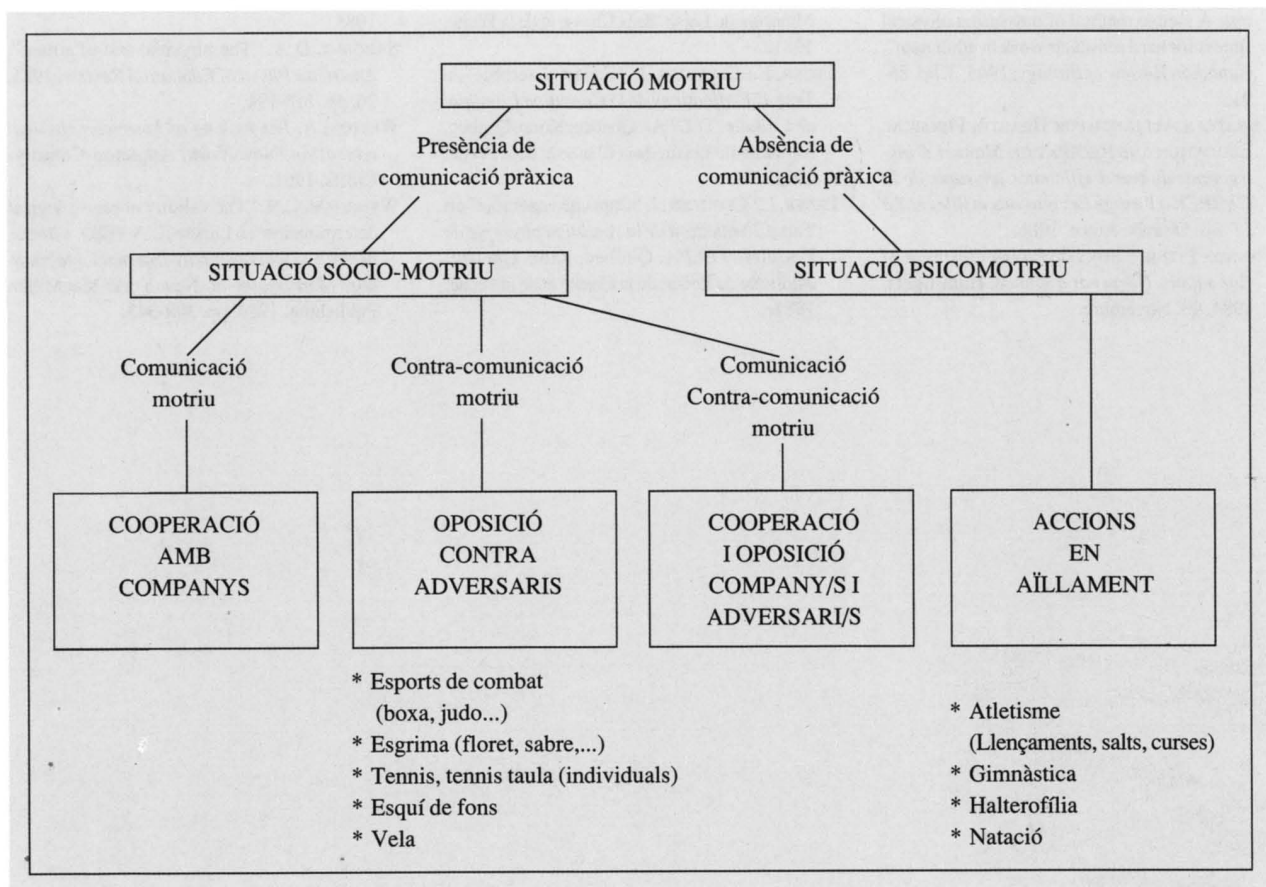


Figura 1. Les grans categories de les situacions motrius. Extret de PARLEBAS, P. *Contribution à un Lexique Commenté en Science de l'Action Motrice*, pàg. 221

diversos els autors que han donat la seva visió i definició de l'esport. Cagigal, entre altres, dóna una visió molt particular del tema, però no ens basarem en la seva opinió. Per l'amplitud del tema i les múltiples i diverses maneres amb què pot aplicar-se, caldria que entenguéssim en aquest cas l'esport sota el concepte d'*activitat esportiva* ja que és un terme una mica més ampli i permet incloure totes les possibles finalitats que pot tenir l'esport (recreatiu, competitiu, educatiu, etc.).

D'altra banda, és molt difícil parlar també d'*esport individual* ja que un mateix esport pot tenir diferents especialitats, i d'aquestes, algunes són individuals i altres són col·lectives. Per aquesta raó, no és possible parlar en termes generals d'esports individuals, i és preferible incloure el concepte d'especialitats esportives individuals.

Per tal de ser operatius a partir d'ara es considerarà cada una de les diferents "disciplines esportives" com un esport diferent, així, aquest treball tractarà sobre l'avaluació aplicada a les disciplines esportives individuals, és a dir, aquelles que Parlebas (1981) defineix com les que no hi ha col·laboració.

Seguint la nomenclatura que utilitza P. Parlebas, les activitats a les quals fa referència l'exposició són les situacions psicomotrius (accions en aïllament) i les situacions sòcio-motrius de comunicació motriu (oposició contra un adversari) (vegeu figura 1).

Sota aquests paràmetres és possible parlar d'esport individual, ja que permet entendre tota activitat en la que cada individu actua sense cap mena de col·laboració malgrat pugui interaccionar amb un contrari/adversari o el medi per facilitar o impedir que es realitzi la tasca que l'esportista desitja fer. Els esports de situació sòcio-motriu, tal i com se'n dedueix del seu nom, sempre seran una mica menys individuals ja que existeix un contacte entre els diferents practicants, mentre que els de situacions psicomotrius ho són una mica més. De cara a aquesta aproximació de l'avaluació dels esports indi-

viduals, tractarem indistintament esports d'aquestes dues situacions, malgrat aquestes poden quedar en alguns moments molt allunyades.

L'avaluació

Cal entendre l'avaluació com un procés complex no gens fàcil i que sovint la gent confon o s'interpreta malament. El procés d'avaluació, o millor, l'avaluació, ha anat lligada històricament a l'escola i al procés d'aprenentatge dels alumnes. Sovint la gent confon l'avaluació amb posar una nota que reflecteixi el nivell assolit per l'alumne respecte a un sistema de referència que pot ser la classe on està circumscrit o bé a uns objectius marcats pel responsable del procés didàctic (respecte la norma o respecte criteri).

L'avaluació és quelcom més complex que caldria entendre a partir de l'esquema de la figura 2.

Per poder parlar de procés d'avaluació han d'existir sempre tots tres aspectes connectats entre ells per tal de donar sentit a l'anàlisi que volem fer.

En el procés educatiu tradicional, l'avaluació consistia a preparar una prova, sotmetre-hi els alumnes i treure'n unes conclusions, generalment numèriques, que donaven una idea de quina era la situació que tenia l'alumne respecte al procés (un 10 volia dir que s'havia assolit tot) o bé respecte al grup (el millor de la classe). Si ens quedem aquí, no podem dir que hi ha hagut un procés d'avaluació, només es pot dir que s'han pres unes dades en el primer cas i que s'han analitzat, en haver comparat a cada alumne respecte al grup, en el segon cas. Manca l'última part del procés, que potser és la més interessant i que farà que hi hagi les autèntiques diferències entre un bon i un mal tècnic, que és qui generalment s'encarrega de realitzar aquest procés d'avaluació (encara que no té per què ser així).

L'anàlisi de les dades del procés d'avaluació porta implícit una comparació entre diferents preses de dades, d'aquesta manera es pot comparar respecte a un mateix (per veure l'evolució en el temps), respecte als altres o respecte a

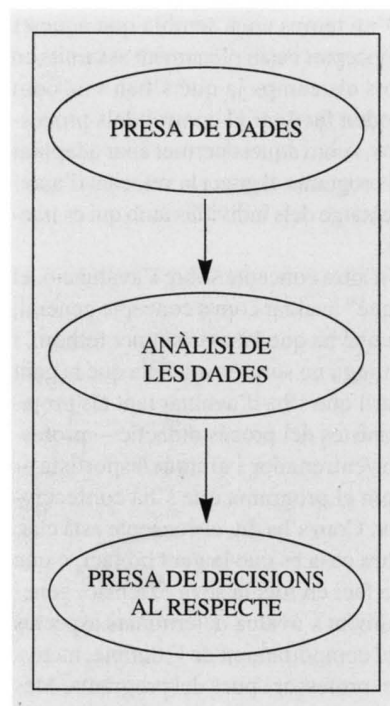


Figura 2. Esquema del procés d'avaluació

perfiles establerts, que poden servir de referència per veure com i cap on s'ha d'evolucionar.

En funció d'aquesta comparació (anàlisi o segona fase del procés d'avaluació), s'han de prendre les decisions que han de permetre reconduir el procés d'entrenament per assolir els objectius plantejats en el programa —o els nous que puguin ser plantejats a partir d'aquesta anàlisi que es realitza— i les estratègies i continguts més adients per aconseguir-ho.

L'avaluació i el procés d'entrenament

Com s'ha comentat abans, històricament el procés d'avaluació ha anat lligat al procés d'ensenyament-aprenentatge acadèmic, i sembla ser que la concepció tradicional d'avaluació inicial, avaluació intermèdia, avaluació contínua i avaluació final i (el "quant" avaluar) ha quedat superada, tant des de la visió d'ensenyament "acadèmic" com des del procés d'entrenament.

D'un temps ençà sembla que aquests conceptes estan plenament assumits en tots els camps ja que s'han vist com poden facilitar el control dels processos, i com aquest permet anar adaptant el programa al grau i la velocitat d'aprenentatge dels individus amb qui es tracta.

Un altre concepte sobre l'avaluació, el "què" avaluar com a concepte general, també ha quedat assumit per tothom, i a ningú no sorprèn avui dia que la gent parli que s'ha d'avaluar tant els protagonistes del procés didàctic —professor/entrenador i alumne/esportista— com el programa que s'ha confeccionat. Com s'ha dit, el concepte està clar, altra cosa és que la gent ho faci, o que ho faci en tota la seva extensió, generalment s'avalua determinats aspectes del comportament de l'alumne, menys del professor i pocs del programa. Més endavant insistirem en el concepte ja aplicat en esports individuals.

Dins del què avaluar existeix un concepte molt important i que no es tracta gairebé mai, és la relació existent entre l'entrenador i l'esportista. Aquest aspecte és importantíssim en el procés d'entrenament i/o aprenentatge, especialment en els esports individuals, on el rendiment que s'assoleixi en una prova o especialitat passa per arribar

fins al límit de les possibilitats d'una persona, que han de conèixer tant l'esportista com el tècnic. Més endavant, reprendrem el tema i hi insistirem una mica més.

Han estat molts els autors que han volgut avaluar diferents aspectes del procés d'entrenament, especialment tots aquells objectivables en la primera fase de l'avaluació, la presa de dades.

En el procés d'entrenament, sobretot, s'ha tendit a valorar d'una manera objectiva tots aquells paràmetres que condicionaven el rendiment esportiu. L'avaluació que se n'ha fet d'aquesta valoració ha servit per controlar l'entrenament, predir futurs resultats, planificar i programar l'entrenament, i per a la *detecció de talents*.

Si agafem llibres on es teoritza sobre l'entrenament esportiu, gairebé cada autor defineix quins són els factors de rendiment (aquells factors que poden condicionar el rendiment futur de l'esportista tant en competició com en l'entrenament) sota els seus criteris.

Analitzem però els factors que determinen l'entrenament segons segons Bompa (1985) (vegeu figura 3) com a representat de tots ells. Aquest autor parla només dels protagonistes, és a dir, de l'entrenador i de l'esportista. Se suposa que el programa vindrà deter-

minat i condicionat per la relació de diversos factors d'ambdós, com pot ser els coneixements i experiència de l'entrenador i els diferents factors que condicionen la preparació de l'atleta.

L'avaluació i l'esportista

S'havia comentat que generalment s'avalua l'esportista com a protagonista del procés d'entrenament, o procés didàctic ja que és qui en última instància és el responsable del rendiment que s'ha obtingut.

Cal dir que el procés d'entrenament és un procés pel qual l'esportista va aprenent a interaccionar contínuament amb el medi per tal d'aconseguir un repertori d'adaptacions el més àmplies possibles que permetran fer que augmenti el rendiment en competició; per aquesta raó, procés d'entrenament no és més que un procés d'aprenentatge de noves situacions, tant creades a partir del medi, com a partir dels altres, com a partir d'un mateix.

1. Avaluació de la condició física.

Dins de l'avaluació referida a l'esportista, la condició física és l'aspecte que ha estat més tractat, ja que l'objectivació de les dades dels processos fisiològics que altera o comporta l'entrenament, unit a un avanç de la tècnica fa

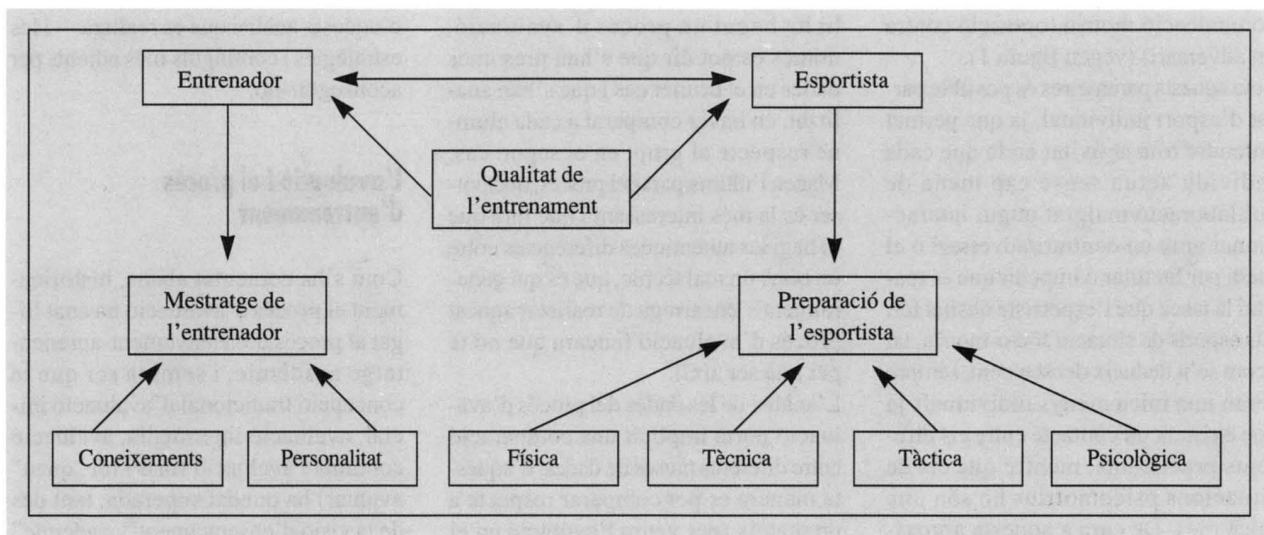


Figura 3. La relació entre els diferents factors del sistema d'entrenament. Extret de BOMPA, T.O. *Theory and Methodology of Training*, pàg. 14

“relativament fàcil” (dependrà en molts casos que si es tenen o no els complejos i cals aparells de mesura) determinar els estats actuals de la condició física.

Generalment amb aquests resultats obtinguts es pot veure com evoluciona l'esportista i es pot comparar amb ell mateix o amb altres dades igualment referides a poblacions que tinguin les seves mateixes característiques. D'aquesta manera es poden veure o predir resultats o buscar possibles atletes amb capacitats futures.

No és l'objecte d'aquesta exposició enumerar totes les proves que es poden realitzar per tal d'aconseguir les dades que puguin valorar la condició física dels esportistes. Cal dir, sigui quina sigui la prova que s'utilitzi, i sigui quina sigui la capacitat a valorar, que amb aquesta prova que es passa als esportistes (generalment en forma de test), no es realitza una avaluació, sinó que el que es fa és una presa de dades (primera fase del procés d'avaluació), que després s'haurà analitzat —generalment mitjançant una comparació— i finalment prendre'n les decisions oportunes en relació amb els objectius plantejats.

Són molts els esportistes i entrenadors que no realitzen les tres fases del procés d'avaluació, i cal remarcar que l'última fase pot incidir directament sobre el programa, ja que s'aconsegueixin o no els objectius marcats sobre aquest aspecte físic, farà que s'hagi de retocar el programa, per treballar-ho més o bé per dedicar-nos a una altra cosa.

La condició física és un aspecte fonamental a tractar, i per tant a valorar, en els esports individuals, ja que a mateix nivell quant als altres aspectes que condicionen el rendiment, pot decidir o conduir un rendiment una mica millor, i, per tant, pot diferenciar un esportista d'un altre.

2. L'avaluació de la tècnica.

La tècnica és un aspecte fonamental i determinat de qualsevol especialitat esportiva, i es podria entendre com les

coordinacions de moviments específics d'un esport determinat per adaptar-se a les situacions canviants de l'entorn (espai de joc) i aconseguir l'objectiu final.

Hi ha nombrosos estudis que pretenen donar l'esquema de la tècnica adequada per a cada especialitat esportiva. La biomecànica ha donat solucions a aquests problemes, descrivint els perfils i les coordinacions més correctes. Tots aquests estudis s'han de prendre com a base a partir de la qual s'ha de treballar, ja que aquesta tècnica ha de ser adaptada a les característiques biotipològiques de cada esportista, i a les situacions canviants que es pot trobar l'esportista en una situació determinada.

Com hem apuntat, la tècnica està condicionada per la biotipologia individual, i és aleshores quan es veuen les *adaptacions individualitzades* de la tècnica. Quan es produeix aquest fet, no es pot dir que la tècnica és incorrecta, ni tan sols “acorrecte” sinó al contrari, és la millor tècnica possible per a aquella persona en aquelles situacions determinades.

El mateix passa quan l'individu està patint situacions canviants quant al seu físic (exemples típics d'això són les etapes de creixement —la pubertat— o etapes d'entrenament on hi ha un treball de condicionament físic molt important), on ha d'adaptar coordinacions per ell conegudes a nous estats de l'organisme. Generalment en aquestes fases d'adaptació el rendiment de les accions tècniques davalla molt.

Però què passa amb l'avaluació de la tècnica? Els tècnics, que són generalment els responsables d'ensenyar aquestes coordinacions, estan molt preocupats a trobar maneres de prendre dades de manera objectiva, ja que normalment s'utilitzen mètodes indirectes (en tennis, un alt percentatge de primers serveis entrats indiquen una bona tècnica) o mètodes subjectius (el més usual és l'observació a ull nu per part de l'entrenador).

L'evolució de la tècnica dóna a possibilitat de prendre dades de manera

objectiva, i fins i tot de comprar-la automàticament amb altres esportistes o perfils prèviament estudiats pels biomecànics mitjançant vídeos, ordinadors, digitalitzadors, etc. que faciliten la feina del tècnic i li donen un caràcter una mica més científic.

Destacaria aquí la investigació de Tupa, Dzhililov i Shuvalov (1988) que fan un examen dels entrenadors soviètics que analitzen la tècnica de la cursa de manera visual, i arriben a les conclusions següents: (a) Les correccions que es fan segueixen, generalment, les lleis biomecàniques. (b) És molt important l'experiència que tinguin els entrenadors en aquest tipus de correcció. (c) Adapten les correccions a les característiques de cada subjecte. (d) Comparen contínuament amb els perfils. Amb tot això, sembla que l'anàlisi de la tècnica feta a partir d'una presa de dades subjectiva, si hi ha certa experiència per part de l'observador, pot ser igualment correcta ja que permet individualitzar molt més l'avaluació i sobretot es fa d'una manera molt més dinàmica i ràpida (sempre que es facin les tres fases de l'avaluació —cal no oblidar-ho—).

Un altre avantatge d'aquest tipus de presa de dades és que es pot realitzar en situacions reals, de competició, mentre que qualsevol altra farà que s'hagi d'extreure l'esportista de la realitat, havent de coordinar els moviments de diferent manera, la qual cosa pot falsejar els resultats.

No es defensa ni un mètode ni un altre, però tant l'un com l'altre presenten llacunes que poden induir a errors. Caldria trobar la manera de relacionar-los tots dos, agafant les millors coses de cada un, per trobar el sistema ideal d'analitzar la tècnica.

3. L'avaluació de la tàctica.

Tradicionalment la tàctica ha estat un element esportiu que s'ha relacionat amb els esports col·lectius ja que ve a significar la manera preestablerta com faran front els esportistes l'escomesa del contrari, tant en defensa com en

atac, per poder treure el màxim benefici propi i aconseguir la victòria final. Això sembla que porti implícit un acord entre diferents persones, la qual cosa pot induir a errors.

Abans de veure com pot ser avaluada la tàctica, cal veure si existeix o no tàctica en els esports individuals. Per tal d'analitzar-ho, tornarem a situar-nos en les accions de contracomunicacions amb absència de comunicació pràctica (accions en aïllament).

a) Accions contra adversaris:

Aquí sembla, almenys a primer cop d'ull, que podria haver-hi tot un joc d'accions tàctiques a realitzar, ja que s'enfronten en l'acte esportiu dos competidors amb un mateix objectiu: vèncer l'altre.

Quan realitzaré els atacs i prendré la iniciativa? Jugaré a la defensiva i esperaré l'errada del contrari? Esperaré que s'esgoti físicament abans no realitzi els meus atacs per tenir més possibilitats d'èxit? Atacaré des del principi o esperaré al final per donar el cop definitiu? Totes aquestes preguntes poden donar-se en diferents esports on es realitzen accions de contracomunicació motriu i que formarien part del context general de la tàctica.

Veiem-ne alguns exemples que puguin aclarir la presència de la tàctica en els esports individuals.

A les curses de mitja i llarga durada a ningú se li escapa que existeixi una tàctica, on cada corredor es va situant allà on més li convé en funció de les seves característiques. N'hi ha que surten forts des del principi, a trencar el grup, d'aquesta manera imposen un ritme al grup que és l'ideal per a ells. D'altres surten a aguantar, a no donar més del just i necessari durant la cursa esperant un final en grup i fent valer les seves característiques com a esprintadors.

S'han comentat d'una mateixa cursa dues tàctiques diferents adequades a les característiques pròpies dels corredors. Qui serà el guanyador de la cursa? Dependrà d'altres factors, entre d'altres

de la tàctica que hagin decidit de realitzar la resta dels corredors de la sèrie, així, guanyarà qui millor hagi pogut interaccionar amb el medi, amb la situació que s'hagi plantejat a la cursa, de la interrelació de tots els factors per cada esportista i la pròpia interrelació d'ells mateixos. Per això cada cursa és única i irrepetible.

La tàctica, però, juga un paper molt i molt important ja que permet fer un atac directe a les característiques pròpies dels altres competidors i preveure com actuaran, i d'aquesta manera buscar la manera de vèncer-lo.

Per avaluar aquests aspectes tàctics, el primer problema que trobem és obtenir les dades. A l'igual que la tècnica s'ha de recórrer a mètodes indirectes o a mètodes subjectius, lligats sobretot a l'experiència d'una persona (generalment el tècnic).

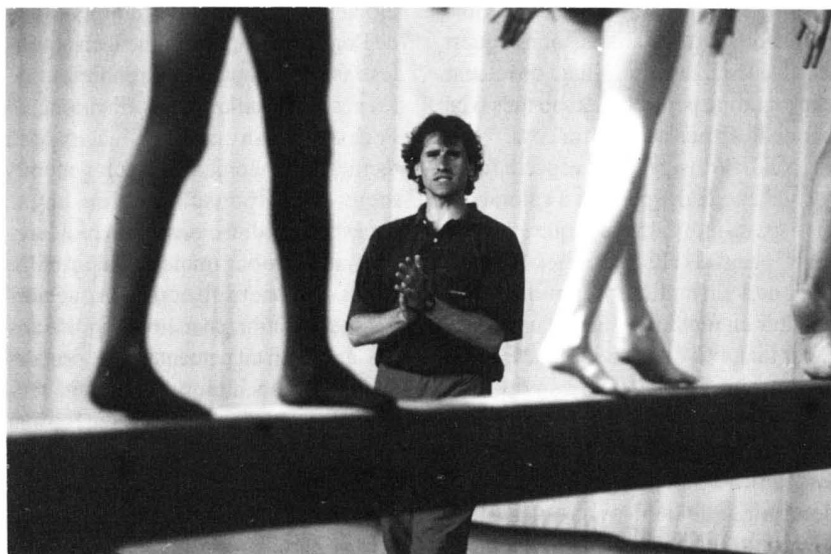
Si s'ha aconseguit prendre correctament les dades, les posteriors fases de l'avaluació (l'anàlisi i la presa de decisions) són relativament fàcils, ja que depenen en gran mesura del resultat tant final com parcial—obtingut en la competició.

El primer factor determinant en l'avaluació de la tàctica és el temps. No per la quantitat de temps que comporta, sinó perquè les preses de decisions sobre la

tàctica utilitzada s'ha d'anar fent continuament, ja que és un aspecte modificable en funció dels resultats obtinguts i l'adaptació de l'adversari a la situació en què el posis, d'aquesta manera s'ha de buscar sempre la situació que probablement sigui més favorable.

L'avaluació de la tàctica s'ha d'anar fent sobre el terreny de joc, a mesura que es va veient com es va desenvolupant l'enfrontament. Si s'aconsegueixen resultats positius no té per què variar, mentre que si aquests no són els desitjats, s'han de buscar altres estratègies que facilitin el joc propi i dificultin el de l'altre.

Això és molt fàcil de dir, però el principal problema rau en el fet que quan es decideix canviar ja és massa tard. Si recordem la cursa d'abans, on es realitzava una tàctica on es preveia despenjar els contraris per agafar cert avantatge per intentar mantenir-lo i guanyar la cursa, i quan es va a realitzar els altres aguanten el canvi de ritme o no et deixen passar i no es despenja, al final de la cursa el rendiment serà dolent perquè s'haurà portat tot el desgast físic. En aquest cas la tàctica utilitzada ha estat irreversible, ja que no s'ha pogut tornar enrere quan l'ha iniciada, i inefficaz en treure'n profit propi els adver-



sari en detriment de qui la realitzava. L'elecció de la tàctica i llur avaluació en les proves de curta durada tenen un paper molt més important —per la seva irreversibilitat i influència en el resultat final— que en els esports de més llarga durada (per exemple, en un partit de tennis) on si no funciona una tàctica se'n pot utilitzar una altra.

b) Accions en aïllament:

El que caracteritza aquests esports és que no hi ha relació d'oposició entre els diferents competidors en el moment de competir. Aquests esports es poden dividir en dos subgrups, els concursos, on actuen tots els esportistes de manera individual realitzant una ronda preestablerta, i les curses, en les quals cada competidor té assignat un carrer i no interacciona amb els oponents.

Alguns exemples de concursos són d'halterofília, el salt amb perxa, el llançament de javelina o els salts de trampolí. En aquests esports també existeix una tàctica, però no és la que s'utilitza en el moment d'actuar sinó que és una tàctica a nivell de tota la competició en general.

Analitzem alguns d'aquests esports. Un saltador de llargada té diferents opcions tàctiques, així per exemple pot decidir fer un primer salt a assegurar per tenir un salt vàlid i arriscar més en els següents. Un altre saltador pot pensar que res d'assegurar, arriscar al màxim, així tens més possibilitats d'aconseguir un millor enregistrament.

N'hi ha més d'estratègies tàctiques, però, com sempre, és molt difícil de valorar quina és la millor. En aquest cas dependrà molt del rendiment personal que aconsegueixi l'esportista, i l'experiència que tingui en cada situació.

Generalment se segueix sempre la mateixa tàctica, però hi ha situacions en les quals es decideix canviar. Quan passa això, s'ha fet una avaluació al mig del concurs i s'ha decidit canviar l'estratègia que se seguia fins aleshores (presa de decisions). La presa de dades s'ha realitzat, probablement, a partir de paràmetres indirectes derivats

del rendiment (els resultats que s'obtenen) o per percepcions subjectives ("em sembla que avui estic físicament bé" o "avui m'estan sortint totes les coses"). En aquests esports la tàctica està menys influïda per paràmetres aliens a la persona que actua, malgrat tot és molt complexa i requeriria d'una anàlisi més exhaustiva.

En les curses en aïllament intervé un factor més que en els concursos, i és l'actuació dels altres de manera simultània. Al veure com està fent les coses l'oponent et pots comparar de manera immediata i lluitar, si convé, per canviar la situació en la qual et trobes mitjançant una adaptació de la tàctica. Aquí veiem que les adaptacions tàctiques, i per tant l'avaluació sobre la tàctica, també s'ha de realitzar de manera immediata i simultània a l'activitat que es fa. La finalitat és augmentar el rendiment relacionant-se de la millor manera possible amb el medi, en aquest cas la competició i tot allò que implica.

Resumint, en els esports individuals existeix la tàctica com a factor determinant del rendiment. Aquesta tàctica generalment s'ha d'avaluar de manera simultània a la competició per veure si allò que s'utilitza ve donant el rendiment adequat o no. Els oponents o adversaris van realitzant accions d'aquest tipus que van interaccionant conjuntament.

Les accions tàctiques donen suport a la resta de paràmetres que condicionen el rendiment esportiu però en la seva avaluació s'han d'utilitzar paràmetres indirectes i percepcions subjectives en la presa de dades. L'anàlisi de les dades i la presa de decisions s'ha de fer gairebé de manera immediata per poder rectificar a temps malgrat com s'ha vist, hi ha situacions en les quals la utilització d'una determinada tàctica, sigui correcte o incorrecte, determina el resultat d'una prova.

4. L'avaluació dels factors psicològics. Per factors psicològics hem d'entendre tots aquells factors o paràmetres de la personalitat de cada persona que deter-

minen el rendiment esportiu, tant a nivell d'entrenament com a nivell de competició.

La capacitat de sacrifici, la capacitat d'assimilació, la capacitat d'anàlisi, de prendre decisions, saber competir, posar-se nerviós o saber-se concentrar són alguns dels paràmetres o factors que intervindrien en aquest apartat.

Els psicòlegs que treballen en l'àmbit de l'esport han elaborat tota una sèrie de tests que permeten valorar aquests i altres paràmetres. L'avaluació d'aquests paràmetres es fa a partir d'aquesta presa de dades i si les conclusions de l'anàlisi ho aconsellen, es fa la intervenció que permeti millorar aquells aspectes que puguin flaquejar una mica.

Alguns d'aquests paràmetres són fonamentals en el rendiment dels esportistes i poden explicar allò que sovint es veu de gent que entrena a un nivell molt alt però no rendeix a les competicions (o a la inversa). Una adequada intervenció després d'un procés d'avaluació pot significar un benefici en el rendiment global de l'esportista.

Actualment, l'avaluació d'aquest aspecte i el treball que comporta està sent realitzat per psicòlegs especialistes. Ara com ara són molts els entrenadors o tècnics d'esport que intervenen sobre aquests factors, bé sigui perquè no tenen pressupostos per contractar els serveis d'un especialista, bé sigui perquè tenen una formació molt tradicional i no creuen en la figura d'aquest personatge. Quan un entrenador actua sobre aquests paràmetres és perquè hi ha hagut una avaluació (moltes vegades inconscient) que aconsella que han de variar algunes d'aquestes capacitats. La presa de dades, en aquests casos, és sempre subjectiva, a partir de les percepcions de l'entrenador, que basant-se en la pròpia experiència decideix quin és o quins són els punts flacs que s'haurien de potenciar. La intervenció sobre aquests aspectes (presa de decisions) per produir un procés d'aprenentatge positiu pel rendiment, no té per què ser realitzada durant la competició, sinó que pot ser fruit d'un procés d'entrenament. Per aquesta raó,

aquells que disposin de totes aquestes capacitats estaran en millor disposició per aconseguir bons resultats en competició, però no treu que els que no sigui així, puguin vèncer-los o obtenir millors resultats, dependrà de la barreja de tots els aspectes que hi intervinguin.

5. L'experiència o anys de pràctica.

Tot i que Bompa no en parla en l'esquema que havíem presentat, són molts els autors (Thomas, 1990, Montpetit i Klentrou, 1990, entre d'altres) que donen molta importància als anys de pràctica esportiva de l'atleta ja que conforma tot un conjunt de vivències que li permeten aconseguir un rendiment òptim.

L'experiència que s'aconsegueix amb el temps de pràctica va referida a tots els aspectes que s'han tractat aquí, ja que intervenen tots de manera conjunta.

Com més anys de practica es tingui, més esquemes motors tant de tècnica com de tàctica com de condició física es tindran i podran adaptar-los a situacions diferents que li puguin sortir en una competició. El major nombre d'esquemes és el que dona els coneixements a partir de l'experiència i com més experiència tingui, li serà més fàcil adaptar-se a noves situacions de competició.

També els anys de pràctica van perfilant la personalitat dels esportistes, d'aquesta manera també es pot aconseguir un major rendiment.

Montpetit i Klentrou (1990) van una mica més enllà i diuen que l'experiència és fonamental però ha d'anar lligada a les etapes de formació dels esportistes. Distingeixen tres etapes: els anys de formació, els anys intermitjos i els anys de perfeccionament, on hi ha, en cada una, unes qualitats generals que caracteritzen el procés de desenvolupament de l'esportista en tots els dominis. Les etapes de formació van unides a les edats dels participants, i diu que en cada edat hi ha determinats aspectes a tractar. Si no s'aconsegueixen es van creant llacunes que conduiran a un

mal esportista o que es quedi pel camí. L'experiència, lligada amb una correcta formació farà que es formin bons esportistes. Els anys que estigui practicant aquest esport farà augmentar la seva experiència —tant motriu com de competició— per tant, tindrà més facilitat d'adaptació i consegüentment podrà obtenir un millor resultat en la competició.

Els anys de pràctica i la correcció com s'ha fet el treball són paràmetres no avaluables de manera directa i a curt termini, però en incidir directament sobre els altres aspectes tractats (condició física, tècnica, tàctica i factors psicològics) quedaran igualment avaluats.

L'avaluació i l'entrenador

Seguint l'esquema global proposat en el treball de Bompa, el mestratge de l'entrenador està determinat per dos paràmetres, els coneixements i la personalitat.

Aquests dos elements aparentment són fàcils de separar, sobretot quant al seu concepte, però a nivell d'actuació funcionen de manera interrelacionada, ja que la personalitat i els coneixements s'uneixen per tal de transmetre allò que necessita l'esportista en el procés d'entrenament.

Per coneixements del tècnic no tan sols s'ha d'entendre tot allò que sap referent a l'esport que es tracta, sinó tots els seus coneixements siguin de l'àmbit que siguin, ja que sempre, en un moment o un altre, hauran d'utilitzar-los. Els coneixements formen part de la cultura, i com més culte sigui l'entrenador molt millor per desenvolupar la seva tasca.

Els coneixements sobre l'esport generalment es presenten en forma d'experiència i per això els entrenadors acostumen a ser persones que havien practicat alguna vegada aquell esport. La pregunta és obligada: cal haver estat esportista per ser entrenador? La resposta és rellosa ja que podem entendre per tot el que aquí s'ha comentat per l'experiència i el mestratge del tècnic farà que molts aspectes a avaluar

on es deia que la presa de dades es feia, o es podria fer, de manera subjectiva tingui una mica més de fonament. De la mateixa manera, per a l'anàlisi de les dades i la presa de decisions en alguns casos la formació i l'experiència del tècnic és fonamental per fer que el procés didàctic del procés d'entrenament s'adapti exactament a les necessitats de l'esportista quant a la seva execució o desenvolupament pràctic.

D'altra banda, una persona amb prou coneixements i que sigui capaç d'objectivar tots els paràmetres que intervenen en la pràctica de l'esport, pot o podria, almenys de manera teòrica, entrenar eficaçment també.

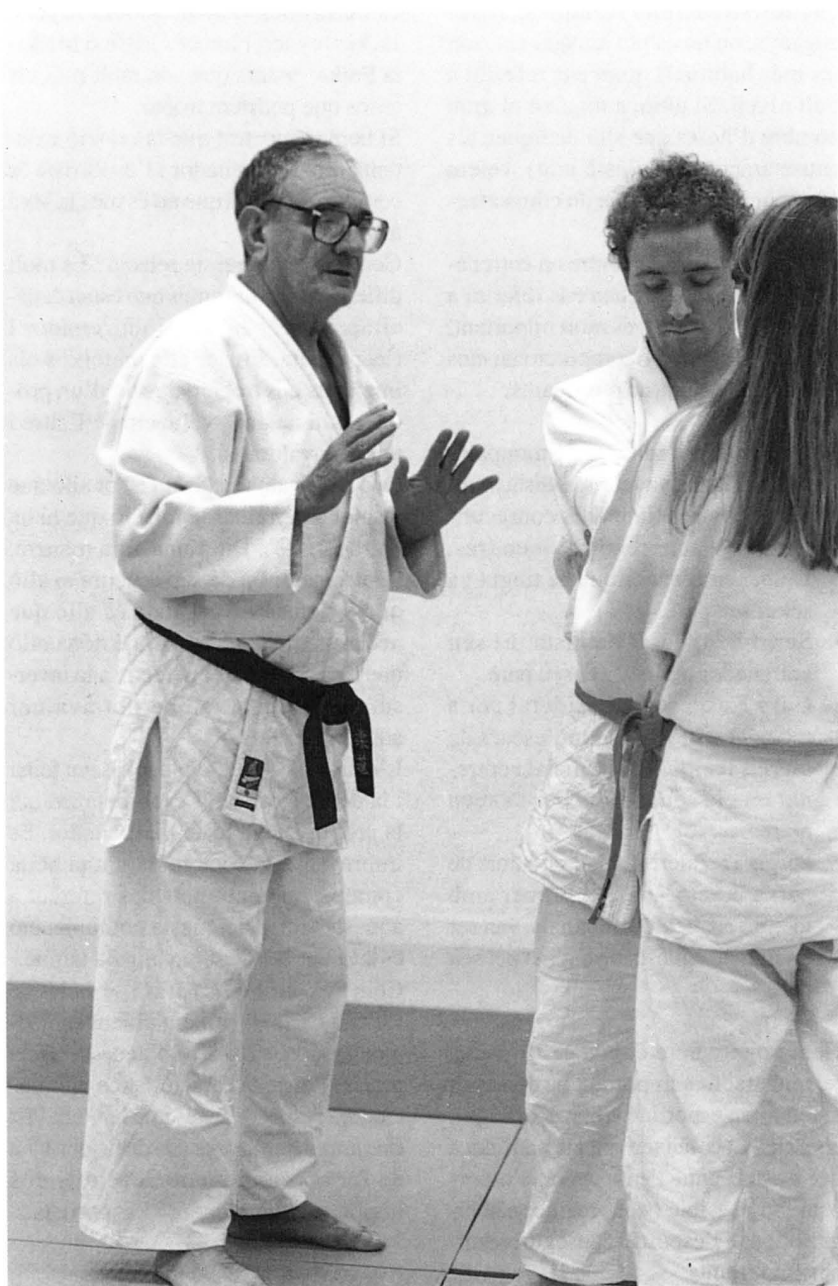
La possible solució estaria en un consens entre tots dos paràmetres, la pràctica —o mestratge— que té un tècnic envers un esport, i els coneixements científico-culturals que li permetin estar al dia i objectivar dades per tal de fer les seves anàlisis més correctes i estar sobre l'esportista amb fonaments i recolzaments teòrics.

La combinació percentflica d'ambdós paràmetres és impossible de dir ja que, com sempre, depèn d'un innombrable conjunt d'elements i situacions que es poden produir en la pràctica esportiva i el procés d'entrenament.

Cal però, ser conscient que l'entrenador és un element més a avaluar dins del procés d'entrenament, i se li pot determinar si les seves actuacions són o no correctes en funció de l'entorn de referència amb qui i on s'ha de treballar.

La tasca principal de l'entrenador és la de ser el més eficaç possible en el procés d'entrenament —no oblidem que és un procés didàctic— i per aconseguir-ho cal que s'adapti a l'entorn on treballarà.

Aquest entorn està format per l'esportista, la gent que envolta l'esportista, la finalitat i objectius que tingui, el nivell actual, el temps d'entrenament disponible, la instal·lació i el material que es disposa, la institució on està (i llurs objectius), etc., en defi-



nitiva, tots aquells factors condicionants d'un procés d'ensenyament-aprenentatge són tot allò que haurà de tenir present l'entrenador per adaptar el procés didàctic i ser el més eficaç possible.

Tant si el tècnic és capaç d'adaptar-se a totes aquestes situacions i realitzar de manera correcta el seu treball, com si no és capaç de fer-ho, pot sotmetre's a un procés d'avaluació. Aquesta ava-

luació, en els esports individuals, l'hauria de fer l'esportista (que és qui veu i pateix la seva adaptació o no-adaptació) i el propi tècnic (convertint-se d'aquesta manera en un procés d'autoavaluació), ja que són els únics protagonistes del procés.

Un tècnic, per esdevenir bon tècnic, hauria de trobar la manera d'avaluar la pròpia adaptació a tots aquests aspectes. No hi ha gairebé tècnics que ho rea-

litzin, ja que per fer això implica prendre consciència de quins són tots aquests factors, la manera com s'hi ha d'intervenir i conèixer les pròpies limitacions. A més, els mètodes que ha de seguir per a l'obtenció de dades han de ser el màxim d'objectius possibles, ja que d'altra manera es falsejarien els resultats (encara que fos de manera inconscient).

Valdria en aquest cas la frase *no es pot ser jutge i part a la vegada*, i per tant, els judicis s'han de deixar per a mètodes objectius (malgrat l'anàlisi de les dades i la presa de decisions les ha de prendre un mateix). En aquesta segona i tercera fase de l'avaluació s'ha de fer prendre consciència al tècnic que no falsegi els resultats, ja que l'avaluació li farà conèixer quines són les pròpies limitacions, llacunes i aspectes "més fluïxos", i es poden plantejar intervencions sobre ell mateix per esdevenir un tècnic millor.

Per l'altra banda, l'esportista és l'únic que pot realitzar avaluacions subjectives sobre l'entrenador, basant-se sobretot en tres aspectes, l'eficàcia sobre els processos didàctics que planteja, les experiències anteriors i les necessitats pròpies de l'alumne.

Aquest últim aspecte és de gran importància per dur a terme el procés didàctic ja que tot alumne espera alguna cosa del tècnic que li cobreixi les seves necessitats. Referent a aquest aspecte destaca la investigació de Grifey i Podensky (1990) que han determinat què és allò que esperem els esportistes o practicants d'activitats esportistes dels seus entrenadors. La relació de qualitats que desitgen aquests esportistes del seu tècnic és que sigui: tècnic, teòric, reflexiu, acadèmic, terapeuta, investigador i prenedor de decisions.

Evidentment els percentatges de cada qualitat varien, i n'hi ha de major i de menor importància. De tota manera, per a qualsevol tècnic li és de gran importància saber què és allò que li demanen per poder-ho donar i d'aquesta manera ser molt més eficaç.

L'avaluació i la relació entrenador-esportista

En el procés d'entrenament esportiu, tal i com s'ha vist, l'esportista i l'entrenador tenen funcions diferents, tot i que la finalitat és sempre comuna (assolir el màxim rendiment en una competició esportiva).

Per una banda ens hem trobat amb l'esportista que és qui porta a terme l'activitat esportiva, competeix, s'enfronta amb els altres esportistes per aconseguir la victòria. Aplica totes les tècniques i estratègies que coneix en funció de les seves capacitats i del decurs de la competició.

D'altra banda, ens trobem amb l'entrenador, que des d'una posició externa a l'acte esportiu, dirigeix i coordina les accions de l'esportista en funció de les seves capacitats i les de l'adversari a qui ha de vèncer.

L'entrenador esdevé, sobretot en els esports individuals, en l'assessor particular de l'esportista en tot allò que fa referència a l'esport, des de l'aprenentatge fins a la competició passant per l'entrenament.

A causa de l'experiència acumulada, l'entrenador és per a l'esportista aquella persona a qui ha de fer cas a ulls clucs si vol aconseguir de la millor i més ràpida manera possible allò perseguit. Durant la competició l'entrenador analitza la seva situació i la dels adversaris, busca la manera de treure'n el màxim rendiment i el dirigeix des del costat del camp de joc; en l'entrenament el corregeix per millor la tècnica i busca obtenir el màxim rendiment a poc a poc i de la manera adequada.

A causa d'aquesta relació, l'esportista ha d'obrir-se en tots els aspectes que puguin envoltar o determinar qualsevol activitat esportiva, ja que aquest treball que s'ha de realitzar conjuntament no ha d'estar interferit per cap element. En els esports col·lectius aquests aspectes no tenen tanta importància ja que el rendiment global de l'equip depèn d'altres factors (potser fins i tot més complexes), però en esports individuals adquireix una gran transcendència, ja

que les situacions franques, sense enganys, on no es pot amagar res, són les més habituals quan ens referim a l'alt nivell. Si unim a tot això el gran nombre d'hores que s'hi dediquen als entrenaments (on s'està junt), veiem que generalment es crea un clima afectiu molt important.

L'afectivitat existent entre un entrenador i un esportista, quan ens referim a l'esport d'alt nivell, és molt important, i el mateix esport pot proporcionar-nos exemples. Veiem-ne uns quants:

- Klaus Dibasi, saltador de trampolí i palanca italià, va ser medallista olímpic en quatre olimpíades consecutives on va aconseguir l'or en tres. L'únic entrenador que ha tingut va ser el seu pare.
- Sergi Bruguera, tennista. El seu entrenador també és el seu pare.
- Gary Kasparov, considerat per a molts el millor jugador d'escacs de tots els temps, va ser iniciat i entrenat en els seus inicis per la seva mare.
- Serguei i Valeri Bubka, saltadors de perxa ucraïnesos, i el primer amb més de 30 rècords mundials, van ser iniciats en aquesta disciplina pel seu pare.

Hem pogut veure com a partir d'una relació afectiva important ha aparegut el fenomen esportiu i s'han aconseguit els èxits. El coneixement i la confiança que existeix entre l'entrenador i l'esportista fan possible (sempre que se sàpiga aplicar a l'esport) aconseguir resultats importants.

Podem trobar-nos també amb la posició inversa, és a dir, que a partir d'una relació inicial basada en l'esport s'estableix una relació afectiva més important. Són molts els atletes que han acabat casant-se amb els seus entrenadors, ja que aquest treball conjunt basat en la franquesa facilita que es pugui donar aquesta relació sentimental posterior.

Alguns exemples d'aquests són molt coneguts, i així podem parlar de Blan-

ca Fernández Ochoa, Sandra Myers, Jackie Joyner, Florencia Griffit o Markita Puika, encara que són molt més els casos que podríem trobar.

Si hem demostrat que la relació existent entre l'entrenador i l'esportista és complexa, encara que no és més la seva avaluació.

Com avaluar aquesta relació? És molt difícil de dir, i els únics que estan capacitats per fer-ho són l'entrenador i l'esportista. En ser ells mateixos els implicats ens trobem davant d'un procés on hi ha una avaluació de l'altre i una autovaloració.

Què pot avaluar cada un? Tot allò que els pot determinar la relació que hi ha entre tots dos. Dit d'una altra manera, l'entrenador ha de saber veure si allò que li dona a l'esportista és allò que necessita, i si aquest també dona allò que l'entrenador requereix; i a la inversa, l'esportista també pot avaluar aquests dos fets.

L'entrenador ha d'avaluar la seva feina i la de l'esportista, l'esportista avalua la pròpia feina i la de l'entrenador. És imprescindible que hi hagi una bona comunicació entre tots dos referent a aquests temes, i aquesta comunicació és susceptible de ser avaluada també.

Com avaluar-ho? La presa de dades de l'avaluació serà principalment subjectiva, igual que l'anàlisi d'aquesta informació. Potser la característica diferenciadora respecte de les que havíem vist fins ara és que la presa de decisions s'ha de fer conjuntament entre tots dos implicats, l'entrenador i l'esportista.

Conclusions

L'avaluació és un aspecte imprescindible en tot procés d'ensenyament-aprenentatge. Tradicionalment s'ha relacionat amb l'ensenyament acadèmic però si pensem en l'entrenament esportiu com un procés pel qual s'estan canviant i adaptant conductes, i per tant podem assimilar-lo a un procés didàctic, podem trobar en l'avaluació un element important de control i de treball.

L'avaluació pot ser aplicada a qualsevol procés i factor que determina d'una manera o d'una altra el rendiment esportiu, així, tots els elements propis de l'entrenador, les accions i els aspectes de l'esportista i la relació que s'estableixi entre tots dos en els esports individuals, són susceptibles de ser avaluats.

El procés d'avaluació s'utilitza moltes vegades en el procés d'entrenament, encara que sovint es fa de manera inconscient. El fet de prendre consciència d'allò que s'està fent permet aprofitar tots els avantatges que representa l'avaluació per millorar el rendiment esportiu en els esports individuals.

Bibliografia

RIERA I RIERA, Joan *Fundamentos del Aprendizaje de la Técnica i la Táctica Deportiva*. INDE Publicacions, Barcelona, 1989.

Diversos Autors. "Evaluation de la valeur physique", *Travaux et recherches en E.P.S.*, núm. 7, INSEP, París, 1984.

PARLEBAS, Pierre. *Contribution à un Lexique Commenté en Science de l'Action Motrice*. INSEP, París, 1981.

PIERON, Maurice. *Evaluation Formative et Apprentissage des habilités motrices dans l'enseignement des Activités Physiques et Sportives*, Actes du Colloque International de la Guadeloupe, Guadeloupe, novembre 1990.

THOMAS, Raimond. *Modeles de la Performance Sportive et Detection*. Actes du Colloque Inter-

national de la Guadeloupe. Guadeloupe, novembre 1990.

MONTPETIT, R. i KLENTROU, P. *Problemes lies a la detection des Talents en Sport*. Actes du Colloque International de la Guadeloupe. Guadeloupe, novembre 1990.

TUPA, DZHALILOV i SHUVALOV. "Springing. Visual evaluation of technique", *Soviet Sports Review*, vol. 26, núm. 2, març, 1991.

GRIFFEY, D.C. i PODEMSKI, R.S. "Conceptions of teaching: What should be testing for?" *Journal of Teaching in Physical Education*, núm. 9, pp. 240-245, 1990.

BOMPTA, T.O. *Theory and Methodology of training*. Kendall/Hunt. Publishing Company, Dubuque, IOWA, USA, 1985.

PIERON, M.; CHEFFERS, J.; BARRETTE, G. *Terminologia en la Pedagogia Deportiva*. Unisport Andalusia. Màlaga, 1991.