

Oriol Marco Latres,
Licenciado en Educación Física en el INEFC-Barcelona.
Responsable de la asignatura Didáctica y Pedagogía
de la Actividad Deportiva en la
Escuela Catalana del Deporte (DGE).

APROXIMACIÓN A LA EVALUACIÓN EN LOS DEPORTES INDIVIDUALES

Resumen

La evaluación, entendida como un proceso, ha ido ligada tradicionalmente a la enseñanza “académica”, pero también es un elemento imprescindible del entrenamiento deportivo ya que este también debe ser considerado como un proceso didáctico.

Los deportes individuales tienen unas características propias y diferenciadoras que hay que prever siempre que se intervenga en ellos. Algunos ejemplos nos permitirán observar cómo la evaluación se adapta a estos elementos y

permite obtener unos resultados que mejoran el rendimiento deportivo.

Palabras clave: evaluación, proceso didáctico, situaciones motrices, deporte individual, entrenamiento, deportista, entrenador.

Delimitación de los conceptos

Si queremos hablar sobre un tema tan complejo como el que se presenta, lo pri-

mero que debemos hacer es determinar cuál es el objeto de estudio con el fin de que todos puedan entender la misma cosa. No necesariamente se han de compartir las opiniones que se pueden reflejar en este apartado, pero es necesario e imprescindible delimitar y acotar los parámetros con el fin de que cuando se hable sobre estos se esté en una situación similar y se tenga una visión que nos permita hablar en un mismo lenguaje.

Deporte individual

Antes de hablar de deporte individual deberíamos situar el término deporte.

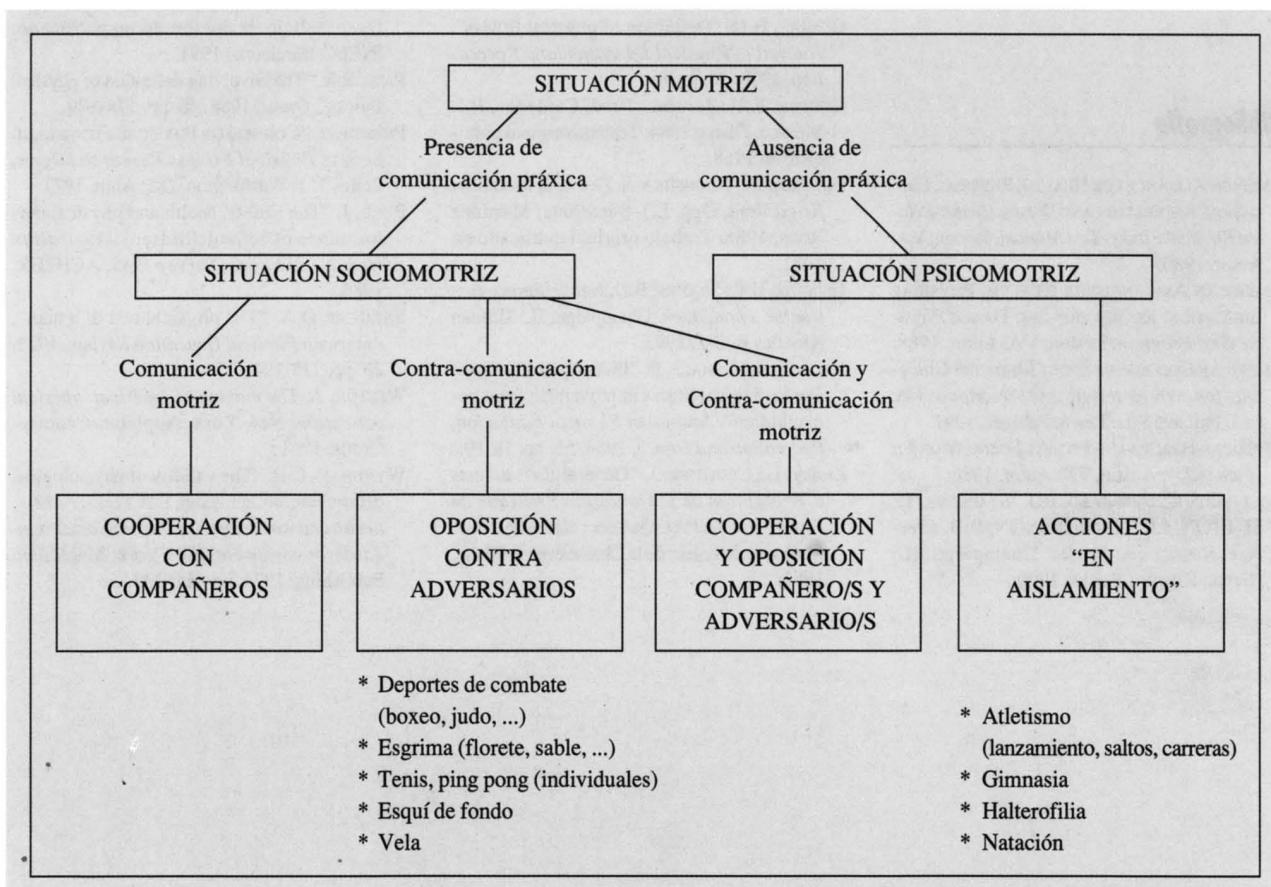


Figura 1. Las grandes categorías de las situaciones motrices. Extraido de PARLEBAS, P. *Contribution à un Léxique Commenté en science de l'Action Motrice*, pág. 21

Son muchos y diversos los autores que han dado su visión y definición de deporte. Cagigal, entre otros, da una visión muy particular del tema, pero no nos basaremos aquí en su opinión. Debido a la amplitud del tema y a las múltiples y diversas formas con que se puede aplicar, deberíamos entender en este caso el deporte bajo el concepto de *actividad deportiva*, pues es un término un poco más amplio y permite incluir en él todas las posibles finalidades que puede tener el deporte (recreación, competición, educación, etc.). Por otra parte, es muy difícil hablar también de *deporte individual* ya que un mismo deporte puede tener diferentes especialidades, y de estas, algunas son individuales y otras son colectivas. Por esta razón, no es posible hablar en términos generales de deporte individual y es preferible incluir el concepto de especialidades deportivas individuales. Con el fin de ser operativos, a partir de ahora consideraremos cada una de las diferentes "disciplinas deportivas" como un deporte diferente; así, este trabajo versará sobre la evaluación aplicada a las disciplinas deportivas individuales, es decir, aquellas que Parlebas (1981) define como las que no tienen colaboración.

Siguiendo la nomenclatura que utiliza P. Parlebas, las actividades a las que se refiere la exposición son las situaciones psicomotrices (acciones en aislamiento) y las situaciones sociomotrices de contracomunicación motriz (oposición contra un adversario) (ver figura 1).

Bajo estos parámetros es posible hablar de deporte individual, ya que permite entender cualquier actividad en la que cada individuo actúa sin ningún tipo de colaboración a pesar de que pueda interactuar con otro contrario/adversario o el medio para facilitar o impedir que se realice la tarea que el deportista desea hacer. Los deportes de situación sociomotriz, tal como se deduce de su nombre, siempre serán un poco menos individuales, ya que existe un contacto entre los diferentes practicantes, mientras que los de

situaciones psicomotrices lo son un poco más. De cara a esta aproximación de la evaluación de los deportes individuales, trataremos indistintamente deportes de estas dos situaciones, a pesar de que éstas pueden ser a veces muy diferentes.

La evaluación

Debemos entender la evaluación como un proceso complejo nada fácil y que a menudo la gente confunde o se interpreta mal.

El proceso de evaluación, o mejor, la evaluación ha ido ligada históricamente a la escuela y al proceso de aprendizaje de los alumnos. A menudo la gente confunde la evaluación con el hecho de poner una nota que refleje el nivel logrado por el alumno respecto a un sistema de referencia que puede ser la clase donde está circunscrito y unos objetivos marcados por el responsable del proceso didáctico (respecto a la norma o al criterio).

La evaluación es algo más complejo que habría que entender a partir del esquema de la figura 2.

Para poder hablar de proceso de evaluación deben existir siempre los tres aspectos conectados entre sí con el fin de dar sentido al análisis que queremos hacer. En el proceso educativo tradicional, la evaluación consistía en preparar una prueba, someterla a los alumnos y sacar unas conclusiones, generalmente numéricas, que daban una idea de cuál era la situación que tenía el alumno respecto del proceso (un 10 significaba que se había conseguido todo) o bien respecto al grupo (el mejor de la clase).

Si nos quedamos aquí, no podemos decir que haya habido un proceso de evaluación, sólo podemos decir que se han tomado unos datos en el primer caso y que se han analizado, al haber comparado a cada alumno respecto del grupo, en el segundo caso. Falta la última parte del proceso, que quizás es la más interesante y que hará que existan las auténticas diferencias entre un buen y un mal técnico, que es quien generalmente se encarga de realizar este proceso de evaluación (aunque no tiene porqué ser así).

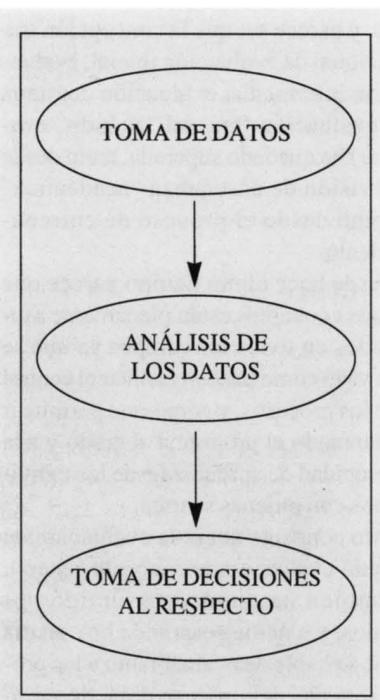


Figura 2. Esquema del proceso de evaluación

El análisis de los datos del proceso de evaluación lleva implícita una comparación entre diferentes tomas de datos; de esta manera se puede comparar respecto a uno mismo (para ver la evolución en el tiempo), respecto a los demás o respecto a perfiles establecidos que pueden servir de referencia para ver cómo y hacia dónde se debe evolucionar.

En función de esta comparación (análisis o segunda fase del proceso de evaluación), se han de tomar las decisiones que han de permitir reconducir el proceso de entrenamiento para lograr los objetivos planteados en el programa —o los nuevos que se puedan plantear a partir de este análisis que se realiza— y las estrategias y los contenidos más adecuados para conseguirlo.

La evaluación y el proceso de entrenamiento

Tal y como hemos comentado anteriormente, históricamente el proceso de evaluación ha ido ligado al proceso de enseñanza-aprendizaje académi-

co, y parece ser que la concepción tradicional de evaluación inicial, evaluación intermedia, evaluación continua y evaluación final (el "cuándo" evaluar) ha quedado superada, tanto desde la visión de enseñanza "académica" como desde el proceso de entrenamiento.

Desde hace algún tiempo parece que estos conceptos están plenamente asumidos en todos los campos ya que se ha visto cómo pueden facilitar el control de los procesos, y cómo este permite ir adaptando el programa al grado y a la velocidad de aprendizaje de los individuos con quienes se trata.

Otro concepto sobre la evaluación, el "qué" evaluar como concepto general, también ha quedado asumido por todos, y a nadie sorprende hoy en día que se hable de evaluar tanto a los protagonistas del proceso didáctico profesor/entrenador y alumno/deportista— como al programa que se ha confeccionado. Como se ha dicho, el concepto está claro; otra cosa es que se haga, o que se haga en toda su extensión. Generalmente se evalúan determinados aspectos del comportamiento del alumno, menos del profesor y poco del programa. Más adelante insistiremos en el concepto ya aplicado en deportes individuales.

Dentro del "qué" evaluar existe un concepto muy importante, que no se trata casi nunca, y es la relación existente entre el entrenador y el deportista. Este aspecto es importantísimo en el proceso de entrenamiento y/o aprendizaje, especialmente en los deportes individuales, donde el rendimiento que se consigue en una prueba o especialidad pasa por llegar hasta el límite de las posibilidades de una persona, que han de ser conocidos tanto por el propio deportista como por el técnico. Más adelante, retomaremos el tema e insistiremos un poco más.

Han sido muchos los autores que han querido evaluar diferentes aspectos del proceso de entrenamiento, especialmente todos aquellos objetivables en la primera fase de la evaluación: la toma de datos.

En el proceso de entrenamiento, sobre todo, se ha tendido a valorar de una manera objetiva todos aquellos parámetros que condicionaban el rendimiento deportivo. La evaluación que se ha hecho de esta valoración ha servido para controlar el entrenamiento, predecir futuros resultados, planificar y programar el entrenamiento, y para la *deteción de talentos*.

Si consultamos libros donde se teoriza sobre el entrenamiento deportivo, cada

autor define los factores de rendimiento (aquellos factores que pueden condicionar el rendimiento futuro del deportista tanto en la competición como en el entrenamiento) bajo sus propios criterios.

Analicemos los factores que determinan el entrenamiento según Bompa (1985) (ver la figura 3) como representante de todos ellos. Este autor sólo habla de los protagonistas, es decir, del entrenador y del deportista. Se supone que el programa vendrá determinado y condicionado por la relación de diversos factores de ambos, como pueden ser los conocimientos y las experiencias del entrenador y de los diferentes factores que condicionan la preparación del atleta.

La evaluación y el deportista

Se había comentado que generalmente se evalúa al deportista como el protagonista del proceso de entrenamiento, o proceso didáctico ya que es quien, en última instancia, es el responsable del rendimiento que se ha obtenido.

Cabe decir que el proceso de entrenamiento es un proceso a través del cual el deportista va aprendiendo a interactuar continuamente con el medio para conseguir un repertorio de adaptaciones lo más amplias posible que le per-

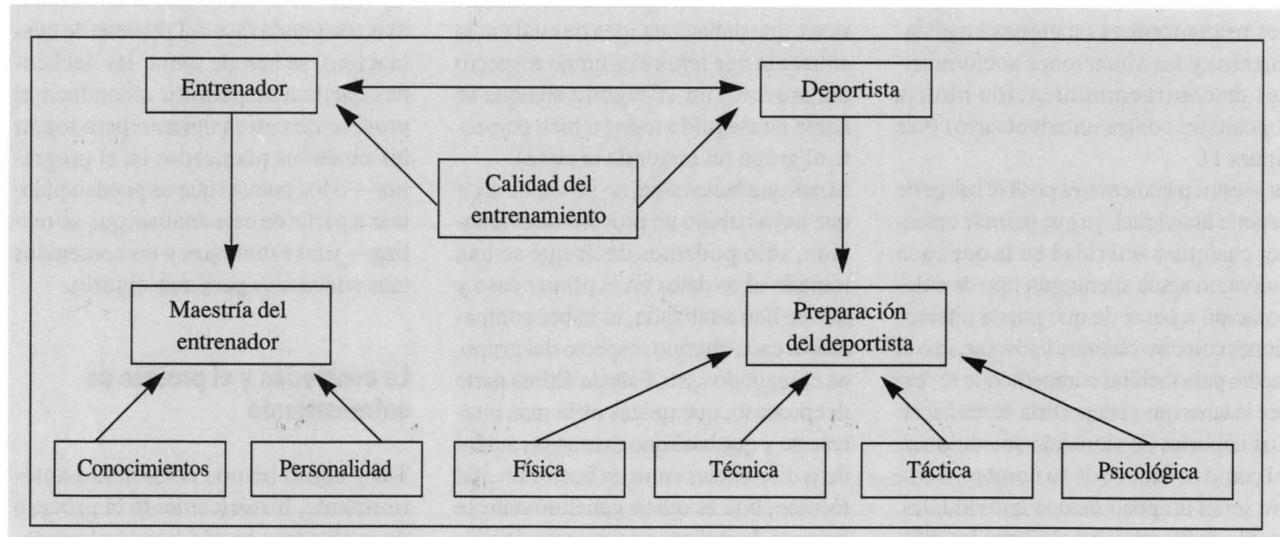


Figura 3. La relación entre los diferentes factores del sistema de entrenamiento. Extraido de BOMPA, T.O. *Theory Methodology of Training*, pág. 14

mitirán aumentar el rendimiento en competición; por esta razón, el proceso de entrenamiento no es más que un proceso de aprendizaje de nuevas situaciones, creadas tanto a partir del medio, como a partir de los demás, como a partir de uno mismo.

1. Evaluación de la condición física.

Dentro de la evaluación referida al deportista, la condición física es el aspecto que ha sido más tratado, ya que la objetivización de los datos de los procesos fisiológicos que altera o conlleva el entrenamiento, unida a los avances de la técnica hacen "relativamente fácil" (dependerá en muchos casos de si se tienen o no los complejos y caros aparatos de medición) determinar los estados actuales de la condición física. Generalmente con la obtención de estos resultados se puede ver como evoluciona el deportista y se puede comparar con él mismo o con otros datos igualmente referidos a poblaciones que tengan sus mismas características. De esta manera se pueden ver o predecir resultados o buscar posibles atletas con capacidades futuras.

No es el objetivo de esta exposición enumerar todas las pruebas que se pueden realizar para conseguir los datos que puedan valorar la condición física de los deportistas. Hay que decir, sea cual sea la prueba que se utilice, y sea cual sea la capacidad a valorar, que con esta prueba que se pasa a los deportistas (generalmente en forma de test), no se realiza una evaluación, sino una toma de datos (primera fase del proceso evaluativo), que después deberá ser analizada —generalmente mediante una comparación— y finalmente tomar las decisiones oportunas en relación con los objetivos planteados.

Son muchos los deportistas y los entrenadores que no realizan las tres fases del proceso de evaluación, y debemos remarcar que la última fase puede incidir directamente sobre el programa ya que, se consigan o no los objetivos marcados sobre este aspecto físico, hará que se debe retocar el programa, para

trabajarlo más o bien para dedicarnos a otra cosa.

La condición física es un aspecto fundamental a tratar y, por lo tanto, a valorar, en los deportes individuales, ya que a igual nivel en cuanto a los demás aspectos que condicionan el rendimiento, puede decidir o conducir un rendimiento un poco mejor, y, por lo tanto, puede diferenciar un deportista de otro.

2. La evaluación de la técnica.

La técnica es un aspecto fundamental y determinante de cualquier especialidad deportiva, y se podría entender como las coordinaciones de movimientos específicos de un deporte determinado para adaptarse a las situaciones cambiantes del entorno (espacio de juego) y conseguir el objetivo final. Hay numerosos estudios que pretenden dar el esquema de la técnica adecuada para cada especialidad deportiva. La biomecánica ha dado soluciones a estos problemas, describiendo los perfiles y las coordinaciones más correctas. Todos estos estudios se han de tomar como base a partir de la cual trabajar, ya que esta técnica se debe adaptar a las características biotipológicas de cada deportista y a las situaciones cambiantes que puede encontrar el deportista en una situación determinada.

Como hemos apuntado, la técnica está condicionada por la biotipología individual, y es entonces cuando se ven las *adaptaciones individualizadas* de la técnica. Cuando se produce este hecho, no se puede decir que la técnica sea incorrecta, ni tan solo "incorrecta" sino todo lo contrario, es la mejor técnica posible para aquella persona en aquellas situaciones determinadas.

Lo mismo sucede cuando el individuo está sufriendo situaciones cambiantes en cuanto a su físico (ejemplos típicos de ello son las etapas de crecimiento —la pubertad— o etapas de entrenamiento en que se realiza un trabajo de acondicionamiento físico muy importante), en las que debe adaptar coordinaciones conocidas por él a nuevos estados del

organismo. Generalmente, en estas fases de adaptación el rendimiento de las acciones técnicas desciende mucho. Pero ¿qué pasa con la evaluación de la técnica? Los técnicos, que son generalmente los responsables de enseñar estas coordinaciones, están muy preocupados por encontrar formas de tomar datos de forma objetiva, ya que normalmente se utilizan métodos indirectos (en tenis, un alto porcentaje de primeros servicios entrados indican una buena técnica) o métodos subjetivos (lo más usual es la observación "a ojo de buen cubero" por parte del entrenador). La evolución de la técnica da la posibilidad de tomar datos de forma objetiva, e incluso de compararlos automáticamente con otros deportistas o perfiles previamente estudiados por los biomecánicos mediante vídeos, ordenadores, digitalizadores, etc., que facilitan el trabajo del técnico y le dan un carácter un poco más científico.

Destacaría aquí la investigación de Tupa, Dzhalilov y Shuvalov (1988) que hacen un examen de los entrenadores soviéticos que analizan la técnica de la carrera de forma visual, y llegan a las conclusiones siguientes: (a) Las correcciones que se hacen siguen, generalmente, las leyes biomecánicas. (b) Es muy importante la experiencia que tengan los entrenadores en este tipo de corrección. (c) Adaptan las correcciones a las características de cada sujeto. (d) Comparan continuamente con los perfiles. Con todo esto, parece que el análisis de la técnica realizado a partir de una toma de datos subjetiva, si existe cierta experiencia por parte del observador, puede ser igualmente correcta ya que permite individualizar mucho más la evaluación y sobre todo se hace de una manera más dinámica y rápida (siempre que se hagan las tres fases de la evaluación —no debemos olvidarlo—).

Otra ventaja de este tipo de toma de datos es que se puede realizar en situaciones reales, de competición, mientras que cualquier otra obligará a separar al deportista de la realidad, debiendo coordinar los movimientos de diferente

manera, lo cual puede falsear los resultados.

No se defiende ni uno ni otro método, pero ambos presentan lagunas que pueden inducir a errores. Habría que encontrar la forma de relacionarlos cogiendo lo mejor de cada uno, para encontrar el sistema ideal para analizar la técnica.

3. La evaluación de la táctica.

Tradicionalmente la táctica ha sido un elemento deportivo que se ha relacionado con los deportes colectivos ya que viene a significar la forma preestablecida de como se enfrentan los deportistas ante la acometida del contrario, tanto en defensa como en ataque, para poder sacar el máximo beneficio propio y conseguir la victoria final. Esto parece que lleve implícito un acuerdo entre diferentes personas, lo cual puede inducir a error.

Antes de ver cómo puede ser evaluada la táctica, hay que ver si existe o no táctica en los deportes individuales. Con el fin de analizarlo, volveremos a situarnos en las acciones de contracomunicación con ausencia de comunicación práctica (acciones de aislamiento).

a) Acciones contra los adversarios: Aquí parece, al menos a primera vista, que podría haber todo un juego de acciones tácticas a realizar, ya que se enfrentan en el acto deportivo dos competidores con un mismo objetivo: vencer al otro.

¿Cuándo realizaré los ataques y tomaré la iniciativa? ¿Jugaré a la defensiva y esperaré el fallo del contrario? ¿Esperaré que se agote físicamente antes de realizar mis ataques para tener más posibilidades de éxito? ¿Atacaré desde el principio o esperaré al final para poder dar el golpe definitivo? Todas estas preguntas pueden darse en diferentes deportes donde se realizan acciones de contracomunicación motriz y que formarían parte del contexto general de la táctica.

Veamos algunos ejemplos que pueden aclarar la presencia de la táctica en los deportes individuales.

En las carreras de media y larga duración a nadie se le escapa que existe una táctica en la que cada corredor se va situando donde más le conviene en función de sus características. Hay algunos que salen fuertes desde el principio, a romper el grupo, de esta manera imponen un ritmo que es el ideal para ellos. Otros salen a aguantar, a no dar más que lo justo y necesario durante la carrera esperando un final en grupo y haciendo valer sus características como esprintadores.

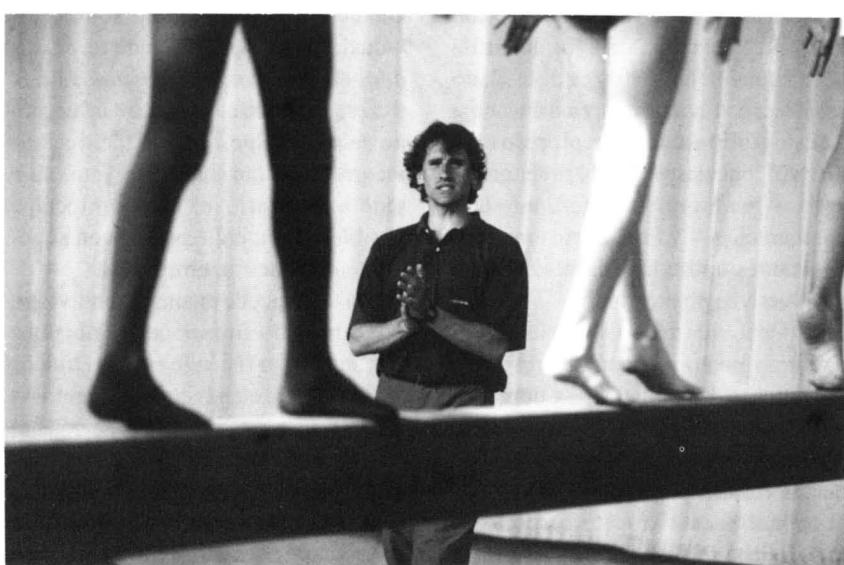
Se han comentado de una misma carrera dos tácticas diferentes adecuadas a las características propias de los corredores. ¿Quién será el ganador de la carrera? Dependerá de otros factores, entre otros de la táctica que hayan decidido realizar el resto de los corredores de la serie, así, ganará el que mejor haya podido interaccionar con el medio, con la situación que se haya planteado en la carrera, de la interrelación de todos los factores para cada deportista y la propia interrelación de ellos mismos. Por ello cada carrera es única e irrepetible. La táctica, sin embargo, juega un papel muy importante ya que permite hacer un ataque directo a las características propias de los demás competidores y prever cómo actuarán, y de esta manera buscar la forma de ganarlos.

Para evaluar estos aspectos tácticos, el primer problema que encontramos es obtener los datos. Al igual que la técnica debemos recurrir a métodos indirectos o a métodos subjetivos, ligados sobre todo a la experiencia de una persona (generalmente el técnico).

Si se ha conseguido tomar correctamente los datos, las posteriores fases de la evaluación (el análisis y la toma de decisiones) son relativamente fáciles, ya que dependen en gran medida del resultado —tanto final como parcial— obtenido en la competición.

El primer factor determinante en la evaluación de la táctica es el tiempo. No por la cantidad de tiempo que conlleva, sino porque las tomas de decisiones sobre la táctica utilizada deben hacerse continuamente, ya que es un aspecto modificable en función de los resultados obtenidos y de la adaptación del adversario a la situación en que le pongas, de esta forma se debe buscar siempre la situación que probablemente sea más favorable.

La evaluación de la táctica se tiene que ir haciendo sobre el terreno de juego, a medida que se va viendo como se va desarrollando el enfrentamiento. Si conseguimos resultados positivos no tiene por qué variar, pero si estos no son los deseados, se han de buscar otras



estrategias que faciliten el juego propio y que dificulten el de los demás. Esto es muy fácil de decir, pero el principal problema subyace en el hecho de que cuando se decide el cambio ya es demasiado tarde. Si recordamos la carrera de antes, donde se realizaba una táctica en que se preveía descolgarse de los contrarios para coger una cierta ventaja, intentar mantenerla y ganar la carrera, y sucede que cuando se realiza la táctica los contrincantes aguantan el cambio el ritmo, o no ceden el paso y no se descuelgan, el rendimiento al final de la carrera será nulo, porque se habrá producido un total desgaste físico. En este caso, la táctica utilizada ha sido irreversible e ineficaz, porque no se ha podido interrumpir una vez iniciada y los adversarios la han utilizado en provecho propio, en detrimento de quien la realizaba.

La elección de la táctica y su evaluación en las pruebas de corta duración tienen un papel mucho más importante —por su irreversibilidad e influencia en el resultado final— que en los deportes de más larga duración (por ejemplo, en un partido de tenis) donde si no funciona una táctica se puede utilizar otra.

b) Acciones en aislamiento:

La característica de estos deportes es que no hay ninguna relación de oposición entre los diferentes contrincantes en el momento de competir. Estos deportes se pueden dividir en dos subgrupos: los concursos, donde actúan todos los deportistas de forma individual realizando una ronda preestablecida, y las carreras, en las que cada competidor tiene asignada una calle y no interacciona con los compañeros.

Algunos ejemplos de concursos son la halterofilia, el salto con pértiga, el lanzamiento de jabalina o los saltos de trampolín. En estos deportes también existe una táctica, pero no es la que se utiliza en el momento de actuar sino que es una táctica a nivel de toda la competición en general.

Analicemos algunos de estos deportes. Un saltador de longitud tiene diferentes opciones tácticas, así por ejemplo puede decidir hacer un primer salto para asegurar un salto válido y arriesgar más en los siguientes. Otro saltador puede pensar que es preferible no asegurar sino arriesgar el máximo y así tener más posibilidades de conseguir un mejor registro.

Hay más estrategias técnicas, pero, como siempre, es muy difícil valorar cuál es la mejor. En este caso dependerá mucho del rendimiento personal que consiga el deportista, y de la experiencia que tenga de cada situación. Generalmente se sigue siempre la misma táctica, pero hay situaciones en las que se decide cambiar. Cuando esto ocurre, se ha hecho una evaluación a medio concurso y debe decidirse cambiar la estrategia que se seguía hasta entonces (toma de decisiones). La toma de datos debe realizarse, a partir de parámetros indirectos derivados del rendimiento (los resultados que se obtienen) o por percepciones subjetivas ("me parece que hoy estoy físicamente bien" o "hoy me está saliendo todo").

En estos deportes la táctica está menos influida por parámetros ajenos a la persona que actúa, a pesar de todo es muy compleja y requerirá un análisis más exhaustivo.

En las carreras en aislamiento interviene un factor más que en los concursos, y es la actuación de los demás simultáneamente. Al ver como está haciendo las cosas el oponente, uno puede compararse a él de forma inmediata y luchar, si conviene, para cambiar la situación en la que se encuentra mediante una adaptación de la táctica. Aquí vemos que las adaptaciones tácticas, y, por lo tanto, la evaluación sobre la táctica, también debe realizarse de forma inmediata y simultánea a la actividad que se realiza.

La finalidad es aumentar el rendimiento relacionándose de la mejor manera posible con el medio, en este caso la competición y todo lo que esto implica. Resumiendo, en los deportes individuales existe la táctica como un factor

determinante del rendimiento. Esta táctica generalmente se debe evaluar de forma simultánea a la competición para ver si lo que se utiliza viene dando el rendimiento adecuado o no. Los oponentes o adversarios van realizando acciones de este tipo que van interaccionando conjuntamente.

Las acciones tácticas apoyan al resto de parámetros que condicionan el rendimiento deportivo pero en su evaluación se deben utilizar parámetros indirectos y percepciones subjetivas en la toma de datos. El análisis de los datos y la toma de decisiones debe hacerse casi de forma inmediata para poder rectificar a tiempo a pesar de que, como se ha visto, hay situaciones en las que la utilización de una determinada táctica, sea correcta o incorrecta, determina el resultado de una prueba.

4. La evaluación de los factores psicológicos.

Por factores psicológicos entendemos aquellos factores o parámetros de la personalidad de cada persona que determinan el rendimiento deportivo, tanto a nivel de entrenamiento como a nivel de competición.

La capacidad de sacrificio, la capacidad de asimilación, la capacidad de análisis, de tomar decisiones, saber competir, ponerse nervioso o saber concentrarse son algunos de los parámetros o factores que intervendrían en este apartado.

Los psicólogos que trabajan en el ámbito del deporte han elaborado una serie de tests que permiten valorar estos y otros parámetros. La evaluación de estos parámetros se realiza a partir de esta toma de datos y si las conclusiones del análisis lo aconsejan, se hace la intervención que permita mejorar aquellos aspectos que puedan flaquear un poco.

Algunos de estos parámetros son fundamentales en el rendimiento de los deportistas y pueden explicar lo que a menudo se observa en deportistas que entran a un nivel muy alto pero que no rinden en las competiciones (o a la

inversa). Una adecuada intervención después de un proceso de evaluación puede significar un beneficio en el rendimiento global del deportista.

Actualmente, la evaluación de este aspecto y el trabajo que conlleva están siendo realizados por psicólogos especialistas. Por ahora son muchos los entrenadores o técnicos del deporte que intervienen sobre estos factores, bien sea porque no tienen presupuestos para contratar los servicios de un especialista, bien porque tienen una formación muy tradicional y no creen en la figura de este personaje.

Cuando un entrenador actúa sobre estos parámetros es porque ha habido una evaluación (muchas veces inconsciente) que aconseja que han de variar algunas de estas capacidades. La toma de datos, en estos casos, es siempre subjetiva, a partir de las percepciones del entrenador que, basándose en la propia experiencia decide cuál es o cuáles son los puntos débiles que se deberían potenciar.

La intervención sobre estos aspectos (toma de decisiones) para producir un proceso de aprendizaje positivo para el rendimiento, no tiene por qué ser realizada durante la competición, sino que puede ser fruto de un proceso de entrenamiento. Por este motivo, aquellos que dispongan de todas estas capacidades estarán en mejor disposición para conseguir buenos resultados en competición, pero esto no quiere decir que los que no las tengan no puedan vencerlos u obtener mejores resultados. Todo dependerá de la mezcla de todos los aspectos que intervienen.

5. La experiencia o los años de práctica. Aunque Bompa no habla de ello en el esquema que habíamos presentado, son muchos los autores (Thomas, 1990, Montpetit y Klentrou, 1990, entre otros) que dan mucha importancia a los años de práctica deportiva del atleta ya que conforman todo un conjunto de vivencias que les permiten conseguir un rendimiento óptimo.

La experiencia que se consigue con el tiempo de práctica va referida a todos los aspectos que se han de tratar aquí, ya que intervienen todos de forma conjunta.

Cuanto más años de práctica se tengan, más esquemas motores tanto de técnica como de táctica como de condición física se tendrán y podrán adaptarse a situaciones diferentes que puedan surgir en una competición. El mayor número de esquemas es el que da los conocimientos a partir de la experiencia y cuantas más experiencias se tengan, más fácil será adaptarse a nuevas situaciones de competición.

También los años de práctica van perfilando la personalidad de los deportistas, de esta forma también se puede conseguir un mayor rendimiento.

Montpetit y Klentrou (1990) van un poco más lejos y dicen que la experiencia es fundamental pero ha de ir ligada a las etapas de formación de los deportistas. Distinguen tres etapas: los años de formación, los años intermedios y los años de perfeccionamiento. En cada una existen unas cualidades generales que caracterizan el proceso y desarrollo del deportista en todos los dominios. Las etapas de formación van unidas a las edades de los participantes, y dice que en cada edad hay determinados aspectos a tratar. Si no se consiguen se van creando lagunas que conducirán a un mal deportista o que se quedará a mitad de camino.

La experiencia, ligada a una correcta formación, hará que se formen buenos deportistas. Los años que esté practicando este deporte harán aumentar su experiencia —tanto motriz como de competición— por lo tanto, tendrá más facilidad de adaptación y podrá obtener un mejor resultado en la competición. Los años de práctica y la corrección con la que se ha realizado el trabajo son parámetros no evaluables de forma directa y a corto plazo, pero al incidir directamente sobre los demás aspectos tratados (condición física, técnica, táctica y factores psicológicos) quedarán igualmente evaluados.

La evaluación y el entrenador

Siguiendo el esquema global propuesto en el trabajo de Bompa, la maestría del entrenador viene determinada por dos parámetros, sus conocimientos y su personalidad.

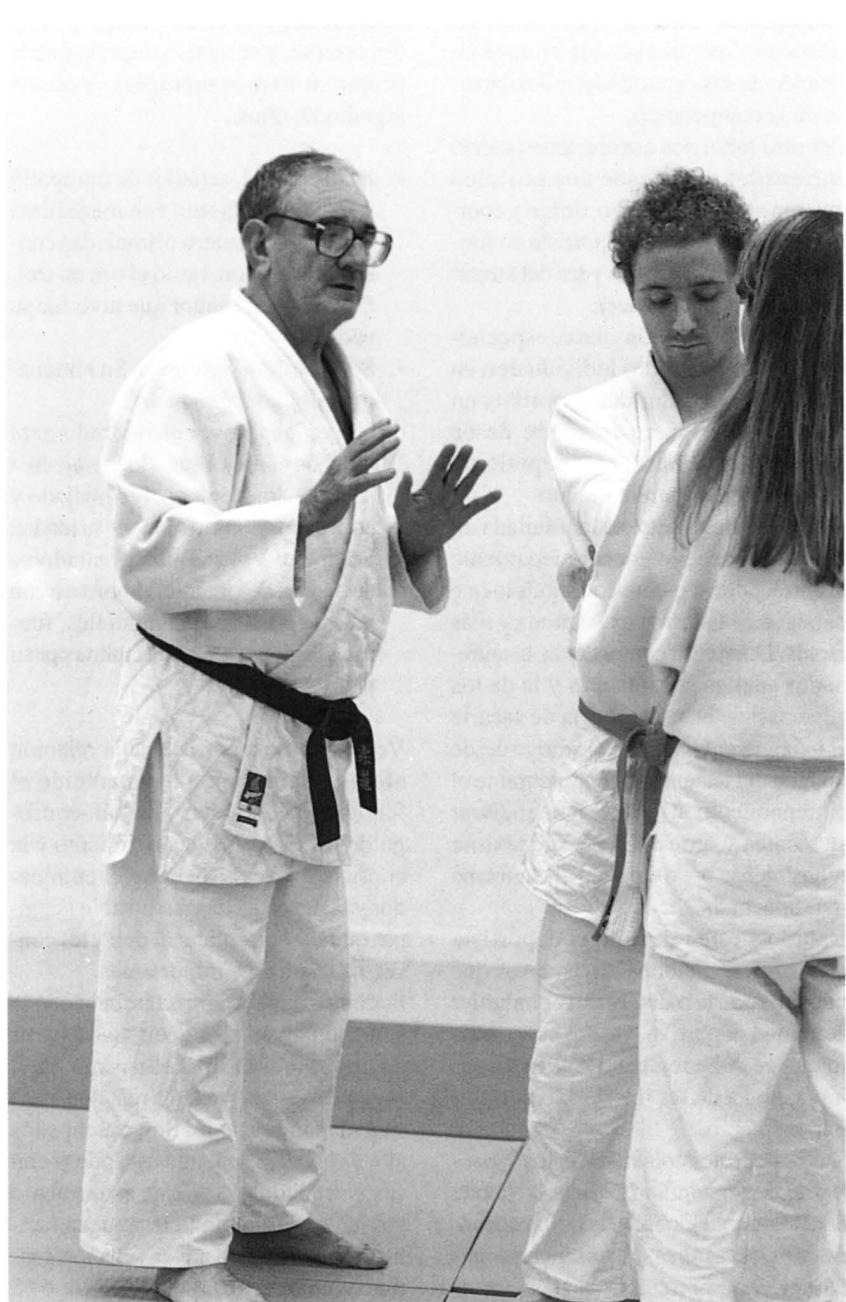
Estos dos parámetros aparentemente son fáciles de separar, sobre todo en cuanto a su concepto, pero a nivel de actuación funcionan de forma interrelacionada, ya que la personalidad y los conocimientos se unen para transmitir lo que necesita el deportista en el proceso de entrenamiento.

Por conocimientos del técnico no sólo debemos entender todo aquello que sabe referente al deporte de que se trate, sino todos sus conocimientos de cualquier nivel, ya que siempre, en un momento u otro, deberá utilizarlos. Los conocimientos forman parte de la cultura, y cuando más culto sea el entrenador mucho mejor para desarrollar su tarea.

Los conocimientos sobre el deporte generalmente se presentan en forma de experiencia y por ello los entrenadores acostumbran a ser personas que habían practicado alguna vez aquel deporte.

La pregunta es obligada: ¿es necesario haber sido deportista para ser entrenador? La respuesta es resbaladiza ya que podemos entender que todo lo que aquí se ha comentado sobre la experiencia y la maestría del técnico hará que muchos aspectos a evaluar donde se decía que la toma de datos se hacía, o se podía hacer, de manera subjetiva, tenga un poco más de fundamento. De la misma manera, para el análisis de los datos y la toma de decisiones en algunos casos la formación y la experiencia del técnico es fundamental para hacer que el proceso didáctico del proceso de entrenamiento se adapte exactamente a las necesidades del deportista en cuanto a su ejecución o desarrollo práctico.

Por otro lado, una persona con suficientes conocimientos y que sea capaz de objetivizar todos los parámetros



que intervienen en la práctica del deporte, también puede o podría, al menos de forma teórica, entrenar eficazmente.

La posible solución estaría en un consenso entre ambos parámetros, la práctica —o maestría— que tiene un técnico en un deporte, y los conocimientos científico-culturales que le permitan estar al día y objetivizar datos para hacer sus análisis más correctos y estar

sobre el deportista con fundamentos y apoyos teóricos.

La combinación percentílica de ambos parámetros es imposible de determinar ya que, como siempre, depende de un innumerable conjunto de elementos y situaciones que se pueden producir en la práctica deportiva y en el proceso de entrenamiento.

Pero debemos ser conscientes de que el entrenador es un elemento más a eval-

luar dentro del proceso de entrenamiento, y se puede determinar si sus actuaciones son o no correctas en función del entorno de referencia en el que trabajó.

La principal tarea del entrenador es la de ser lo más eficaz posible en el proceso de entrenamiento —no olvidemos que es un proceso didáctico— y para conseguirlo hay que adaptarse al entorno en que se trabaja.

Este entorno está formado por el deportista, la gente que le rodea, la finalidad y los objetivos que tenga, el nivel actual, el tiempo de entrenamiento disponible, la instalación y el material de que dispone, la institución en que se encuentra (y sus objetivos), etc., en definitiva, todos aquellos factores condicionantes de un proceso de enseñanza-aprendizaje son lo que deberá tener presente el entrenador para adaptar el proceso didáctico y ser lo más eficaz posible.

Tanto si el técnico es capaz de adaptarse a todas estas situaciones y realizar de forma correcta su trabajo, como si no es capaz de hacerlo, puede someterse a un proceso de evaluación. Esta evaluación, en los deportes individuales, debería realizarla el deportista (que es quien ve y sufre su adaptación o no-adaptación) y el propio técnico (convertirse de esta forma en un proceso de autoevaluación), ya que son los únicos protagonistas del proceso.

Un técnico, para convertirse en un buen entrenador, debería encontrar la forma de evaluar su propia adaptación a todos estos aspectos. No existen muchos técnicos que lo realicen, ya que hacer esto implica tomar conciencia de cuáles son todos estos factores, la forma como se debe intervenir y conocer las propias limitaciones. Además, los métodos que ha de seguir para la obtención de datos han de ser lo más objetivos posibles, ya que de otra forma se falsearían los resultados (aunque fuera de manera inconsciente).

Valdría para este caso la frase *no se puede ser juez y parte a la vez*, y por lo tanto, los juicios se deben dejar para

métodos objetivos (a pesar de que el análisis de datos y la toma de decisiones las debe realizar uno mismo). En estas segunda y tercera fases de la evaluación el técnico debe tomar conciencia de que no debe falsear los resultados, ya que la evaluación le hará conocer cuáles son sus propias limitaciones, lagunas y aspectos "más débiles", y se pueden plantear intervenciones sobre él mismo para convertirse en mejor técnico.

Por otro lado, el deportista es el único que puede realizar evaluaciones subjetivas sobre el entrenador, basándose sobre todo en tres aspectos: la eficacia sobre los procesos didácticos que plantea, las experiencias anteriores y las necesidades propias del alumno. Este último aspecto tiene mucha importancia para llevar a cabo el proceso didáctico ya que todo alumno espera algo del técnico que cubra sus necesidades. Respecto a este tema, destaca la investigación de Griffey y Podensky (1990) que han determinado qué es lo que esperan los deportistas o practicantes de actividades deportivas de sus entrenadores. La relación de cualidades que desean estos deportistas de su técnico es que sea técnico, teórico, reflexivo, académico, terapeuta, investigador y tomador de decisiones.

Evidentemente, los porcentajes de cada cualidad varían, y algunos son más importantes que otros. De todas formas, para cualquier técnico es muy importante saber qué es lo que le piden para poder darlo y de esta forma ser mucho más eficaz.

La evaluación y la relación entrenador-deportista

En el proceso de entrenamiento deportivo, y tal como se ha visto, el deportista y el entrenador tienen funciones diferentes, aunque la finalidad siempre es común (conseguir el máximo rendimiento en una competición deportiva). Por un lado, nos hemos encontrado con el deportista que es quien lleva a cabo la actividad deportiva, compite, se enfrenta con los otros deportistas para

conseguir la victoria. Aplica todas las técnicas y estrategias que conoce en función de sus capacidades y del desarrollo de la competición.

Por otro lado, nos encontramos con el entrenador que, desde una posición externa al acto deportivo, dirige y coordina las acciones del deportista en función de sus capacidades y las del adversario al que debe vencer.

El entrenador se convierte, especialmente en los deportes individuales, en el asesor particular del deportista en todo lo que se refiere al deporte, desde el aprendizaje hasta la competición pasando por el entrenamiento.

Debido a la experiencia acumulada, el deportista debe obedecer ciegamente al entrenador si quiere conseguir lo que persigue de la forma más óptima y más rápida. Durante la competición, el entrenador analiza su situación y la de los adversarios, busca la forma de sacarle el máximo rendimiento y le dirige desde un lado del terreno de juego; durante el entrenamiento le corrige para mejorar su técnica y busca obtener el máximo rendimiento poco a poco y de la forma más adecuada.

Debido a esta relación, el deportista debe abrirse en todos los aspectos que puedan rodear o determinar cualquier actividad deportiva, ya que este trabajo que se debe realizar de forma conjunta, no ha de ser interferido por ningún elemento.

En los deportes colectivos estos aspectos no tienen tanta importancia ya que el rendimiento global del equipo depende de otros factores (quizás incluso más complejos), pero en deportes individuales adquiere una gran transcendencia, ya que las situaciones francas, sin engaños, donde no se puede esconder nada, son las más habituales cuando nos referimos al alto nivel. Si unimos a todo ello el gran número de horas que se dedican a los entrenamientos (en que se está juntos) vemos que generalmente se crea un clima afectivo importante.

La afectividad existente entre un entrenador y un deportista, cuando nos refe-

rimos al deporte de alto nivel, es muy importante, y el mismo deporte puede proporcionarnos ejemplos. Veamos algunos de ellos:

- Klaus Dibasi, saltador de trampolín y palanca italiano, fue medallista olímpico en cuatro olimpiadas consecutivas y consiguió el oro en tres. El único entrenador que tuvo fue su padre.
- Sergi Bruguera, tenista. Su entrenador también es su padre.
- Gary Kasparov, considerado para muchos el mejor jugador de ajedrez de todos los tiempos, fue iniciado y entrenado en sus inicios por su madre.
- Serguei y Valeri Bubka, saltadores de pértiga de Ucrania, el primero con más de 30 récords mundiales, fueron iniciados en esta disciplina por su padre.

Vemos como a partir de una relación afectiva importante ha aparecido el fenómeno deportivo y se han conseguido los éxitos. El conocimiento y la confianza que existe entre el entrenador y el deportista hacen posible (siempre que se sepa aplicar al deporte) conseguir resultados importantes.

Podemos encontrarnos también con la situación inversa, es decir, que a partir de una relación inicial basada en el deporte se establezca una relación afectiva más importante. Son muchos los atletas que han acabado casándose con sus entrenadores, ya que este trabajo conjunto basado en la franqueza facilita que se pueda dar esta relación sentimental posterior.

Algunos ejemplos son muy conocidos, y así podemos hablar de Blanca Fernández Ochoa, Sandra Myers, Jackie Joyner, Florence Griffit o Mari-kita Puika, aunque podríamos encontrar muchos más.

Si hemos demostrado que la relación existente entre el entrenador y el deportista es compleja, todavía lo es más su evaluación.

¿Cómo evaluar esta relación? La toma de datos de la evaluación será princi-

palmente subjetiva, igual que el análisis de esta información. Quizás la característica diferenciadora respecto de las que hemos visto hasta ahora es que la toma de decisiones se debe hacer de forma conjunta entre los dos implicados, el entrenador y el deportista.

Conclusiones

La evaluación es un aspecto imprescindible en todo proceso de enseñanza-aprendizaje. Tradicionalmente se ha relacionado con la enseñanza académica pero si pensamos en el entrenamiento deportivo como un proceso por el que se están cambiando y adaptando conductas, y por lo tanto podemos asimilarlo a un proceso didáctico, podemos encontrar en la evaluación un elemento importante de control y de trabajo.

La evaluación se puede aplicar a cualquier proceso y factor que determina de una forma o de otra el rendimiento deportivo, así, todos los elementos propios del entrenador, las acciones y los aspectos del deportista y la relación que se establezca entre ambos en los deportes individuales, son susceptibles de ser evaluados.

El proceso de evaluación se utiliza muchas veces en el proceso de entrenamiento, aunque a menudo se hace de forma inconsciente. El hecho de tomar conciencia de lo que se está haciendo permite aprovechar todas las ventajas que representa la evaluación para mejorar el rendimiento deportivo en los deportes individuales.

Bibliografía

RIERA y RIERA, Joan *Fundamentos del Aprendizaje de la Técnica y la Táctica Deportiva*. INDE Publicaciones, Barcelona, 1989.

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

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

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

THOMAS, Raimond. *Modeles de la Performance Sportive et Détection*, Actes du Colloque International de la Guadeloupe. Guadalupe, noviembre 1990.

MONTPETIT, R. y KLENTROU, P. *Problemes liés à la détection des Talents en Sport*. Actes du Colloque International de la Guadeloupe. Guadalupe, noviembre 1990.

TUPA, DZHALILOV y SHUVALOV. "Springting. Visual evaluation of technique", *Soviet Sports Review*, vol. 26, núm. 2, marzo, 1991.

GRIFFEY, D.C. y 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. *Terminología en la Pedagogía Deportiva*. Unisport, Andalucía. Málaga 1991.