

## Adaptació del basquetbol als nens de 12-13 anys: anàlisi observacional del llançament de tir lliure

*Basketball Adapted to 12- and 13-year-old Children: Observation Analysis of Free Throw*

Autora: **Belén Garzón Echevarría**  
IES Marqués de la Ensenada. Haro, La Rioja (Espanya)

Directors: **Dr. Daniel Lapresa Ajamil**  
Universidad de La Rioja (Espanya)  
**Dra. M. Teresa Anguera Argilaga**  
Universitat de Barcelona (Espanya)

**Paraules clau:** basquetbol, tir lliure, metodologia observacional, patrons temporals, 12-13 anys

**Keywords:** basketball, free throw, observation methodology, temporary patterns 12- and 13-year-olds

**Data de lectura:** 22 de desembre de 2010

### Resum

En la competició organitzada per la Federació Riojana de Baloncesto, el jugador passa de practicar en la categoria alevina la modalitat de minibàsquet, a jugar en la categoria infantil un basquetbol adult –amb la mateixa pilota, terreny de joc i altura de la cistella que actualment en l'ACB–. Amb aquest treball es pretén, a partir de l'estudi del tir lliure dels integrants de la selecció masculina de minibàsquet aleví de la Rioja, adaptar el basquetbol a les característiques pròpies del nen de 12-13 anys, en contra de la tendència hegemònica actual d'adaptar el nen al basquetbol dels adults.

La investigació segueix unes metodologies quasi-experimental i observacional, que en aquest cas són complementàries, si bé la metodologia obser-

vacional predomina. Això justifica el disseny observacional efectuat, a través del qual s'ha analitzat l'execució tècnica del tir lliure en la modalitat alevina, en la infantil i en les cinc situacions que resulten de combinar cistella infantil (3,05 m) i pilota alevina (núm. 5), cistella infantil (3,05 m) i pilota intermèdia (núm. 6), cistella intermèdia (2,80 m) i pilota alevina (núm. 5), cistella intermèdia (2,80 m) i pilota intermèdia (núm. 6), i cistella intermèdia (2,80 m) i pilota infantil (núm. 7). En aquest sentit, per satisfer els objectius de l'estudi, s'han fet dos tipus d'anàlisi: una d'estadística descriptiva i inferencial –mitjançant el programa SPSS, versió 15.0–, i una altra a la recerca de patrons temporals –mitjançant el programa Theme, versió 5.0.

El treball d'investigació conclou que tots els participants mantenen una execució tècnica del tir lliure aleví estable. A més a més, de les modalitats sotmeses a estudi, l'execució corresponent als tirs lliures alevins és la que més s'acosta al gest tècnic ideal, mentre que la situació infantil és aquella execució de la qual els tirs lliures s'allunyen més del model tècnic correcte. A l'últim, es procedeix a elevar una alternativa de joc de basquetbol quant a la grandària de la pilota i alçada de la cistella, tenint en compte que totes les situacions intermèdies estudiades s'erigeixen com a propostes alternatives de joc de basquetbol més recomanables en el primer any de la categoria infantil masculina (12-13 anys) que la modalitat infantil.

## Capacitats físiques determinants en les tasques dels Bombers de la Generalitat de Catalunya

*Determinant Physical Capabilities in the Tasks of Firefighters of the Government of Catalonia*

Autor: **Francesc Cos Morera**  
Departament de Salut i Ciències Aplicades  
Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya -  
Centre de Barcelona (Espanya)

Director: **Dr. Jordi Porta Manceñido**  
Departament de Salut i Ciències Aplicades  
Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya -  
Centre de Barcelona (Espanya)

**Paraules clau:** valoració bombers, capacitats físiques en bombers, test fisicotècnics

**Keywords:** firefighter assessment, physical capabilities in firefighters, physical-technical tests

**Data de lectura:** 17 de gener de 2011

### Resum

La professió de bomber representa, amb seguretat, un dels oficis de major demanda física del sector públic (Bahrke, 1982; Brownlie et al., 1985; Davis, Dotson, & Santa María, 1982; Gledhill & Jamnik, 1992a). Una inusual i significativa alta incidència d'accidents laborals i morts prematures fan que sigui considerada com una de les professions de risc (Bahrke, 1982; Baris et al., 2001; Barnard, Gardner, & Diaco, 1976; Cady, Bischoff, O'Connell, Thomas, & Allan, 1979; Cady, Thomas, & Kawasky, 1985; Demers, Heyer, & Rosenstock, 1992; IAFF, 1979; Ma et al., 2005), per la qual cosa, s'estableix fins i tot, en les seves retribucions econòmiques un plus de perillositat com a compensació. Els sobreesforços, les postures forçades i la fatiga

estàn entre les tres primeres causes de risc d'accident d'aquest col·lectiu (Sanz, 2006), però quan s'han engegat programes per a la millora de la condició física i la prevenció de lesions, la incidència d'accidents laborals ha disminuït i el rendiment davant situacions simulades ha millorat (Adams et al., 1986; Cady et al., 1985; Cohen, 1998; Czwalia, Sykes, sd; Fowler, 1989; Mealey, 1979; Paffenbarger, 1988; Peterson, Dodd, Alvar, Rhea, & Favre, 2008; Puterbaugh & Lawer, 1983).

Per tal de conèixer, els requeriments físics que comporta la feina dels Bombers de la Generalitat de Catalunya, així com les variables determinants que afecten el seu rendiment, la Direcció General de Prevenció, Extinció d'Incendis i de Salvament, i el Centre d'Alt

Rendiment Esportiu (CAR), de Sant Cugat del Vallès, van promoure un seguit d'investigacions basades en tests de valoració fisicotècnica. La investigació a posat de relleu tant les capacitats físiques que implica la feina del bomber de la Generalitat, com l'exigència metabòlica, destacant el sobrepès com una de les variables que afecten més el seu rendiment.

Depenent, doncs, la salut dels bombers, la seva seguretat i la de la pròpia població de la capacitat per resoldre cadascuna de les situacions a les quals s'han d'enfrontar, és essencial que les capacitats físiques del bomber s'adeqüin a les demandes reals del seu treball (Davis et al., 1982; Dotson, Santa María, Schuartz, & Davis, 1976; Gledhill & Jamnik, 1992).