

Original

MODELO DE DESARROLLO DEPORTIVO DE ENTRENADORES EXPERTOS EN ENTORNOS SOCIO-DEPORTIVOS EXCELENTES

SPORT DEVELOPMENT MODEL OF EXPERT COACHES IN EXCELLENT SOCIO SPORT ENVIRONMENTS

Lapuente Álvarez, I.¹

¹Universidad Camilo José Cela

Correspondence to:

Isidro Lapuente Álvarez

Instituto de Ciencias del Deporte, Universidad Camilo José Cela

C/ Castillo de Alarcón, 49. Urbanización Villafranca del Castillo, 28692, Madrid

Tf. 918 153 131

E-mail: ilapuente@ucjc.edu

Lapuente Álvarez, I. (2012). Sport development model of expert coaches in excellent socio sports environments. *AGON International Journal of Sport Sciences*, 2(2), 85-97.

Received: 03-09-2012

Accepted: 24-10-2012

RESUMEN

El presente artículo forma parte de una investigación más amplia donde se realiza un análisis de los diversos entornos de excelencia que influyen en el deportista en su camino hacia el éxito. En dicha investigación se parte del hecho de que el desarrollo del deportista está influido por una serie de factores que condicionan su progreso y que afectan de forma directa o indirecta a su rendimiento por lo que la gestión y adecuación de los mismos es primordial. De este contexto donde se desarrollan depende en gran medida la excelencia de los sujetos y de sus interacciones. Realizar una contextualización específica y a aportar una visión global sobre el desarrollo del deportista en un sistema social más amplio del propio sistema deportivo requiere necesariamente del estudio de las interrelaciones del deportista con su deporte y con las personas de su entorno, principalmente con el entrenador.

La muestra de 11 entrenadores expertos, a los que se realizó una entrevista semi-estructurada, está tomada de un entorno deportivo de excelencia confirmado ya que los resultados obtenidos en los últimos años en relación a la calidad de sus recursos, hacen que el contexto sociodeportivo del municipio de Alcobendas sea, en gran medida, generador de ambientes propicios para alcanzar los máximos niveles de eficacia deportiva.

Las conclusiones del estudio confirman que el modelo de desarrollo deportivo queda condicionado por el contexto sociodeportivo excelente y por las características que tienen los diversos entornos de influencia del deportista, como es el propio entrenador.

Palabras clave: Entrenador, excelencia, socio-deportivo, contexto, desarrollo, deportista, entorno, experto, modelo.

ABSTRACT

This article is part of a wider investigation where an analysis of the various environments of excellence that influence the athlete in his/her path to success has been done. In this research it is assumed that the athlete development is influenced by a number of factors that determine his/her progress and directly or indirectly affect performance, so management and adequacy are of paramount importance. The excellence of individuals and their interactions depend largely on this context. Making a specific contextualization and providing an overview of the development of the athlete in a social system broader than his/her own sports system, necessarily require the study of the interrelationships of the athlete with his/her sport and the people around, especially the coach.

The sample of 11 expert coaches, who underwent a semi-structured interview, is taken from a sport environment of excellence already confirmed because results obtained in recent years in relation to the quality of its resources present the socio sport context of the city of Alcobendas as a generator of enabling environments to achieve the highest levels of athletic effectiveness.

The findings of the study confirm that the model of sport development is conditioned by the excellent socio sport context and the features of the different environments which influence the athlete, as the coach himself.

Keywords: Coach, excellence, socio sport, context, development, athlete, environment, expert, model.

INTRODUCCIÓN

El entorno se define como lo que rodea y puede tener influencia sobre un sistema organizativo. La capacidad de un entorno para funcionar de manera eficaz como contexto de desarrollo depende de la existencia y la naturaleza de sus interconexiones sociales. Esto implica la necesaria participación conjunta, comunicación y traspaso de información de cada entorno con respecto al otro.

Una de las dimensiones del entorno es el sociocultural que queda conformado por la estructura sociodemográfica, sus valores y su cultura social. El conocimiento del entorno específico será fundamental para valorar las amenazas y oportunidades del exterior (Aguirre, Castillo y Tous, 2003).

A su vez, a lo largo del proceso de maduración y de socialización del individuo, se dan cambios significativos en la importancia y dirección de interacciones sociales. Es lo que llama Bronfenbrenner (1987) transiciones ecológicas o cambios de rol o de entornos que ocurren a lo largo de toda la vida. La importancia de las transiciones ecológicas para el desarrollo deriva precisamente de ese cambio de rol o de expectativas de conducta por las distintas posiciones que se toman en el contexto social. Esta disponibilidad de entornos de apoyo depende, a su vez, de la frecuencia de una cultura determinada. Se trata del sistema interactivo de dos personas y que tiene una capacidad máxima de contexto efectivo para el desarrollo, componente básico del microsistema. Depende, a su vez, de forma crucial de la presencia y participación de terceras personas. El binomio entrenador-deportista se nos presenta en nuestra investigación como la díada principal.

La capacidad para seleccionar los contextos donde podamos sobresalir y moldear el ambiente para adaptarlo a nuestras necesidades es lo que ha denominado como inteligencia contextual (Sternberg, 1989). Se requieren ciertas condiciones del ambiente para realizar una formación integral de los jóvenes talentos deportivos (Martindale, Collins y Daubney, 2005):

- Visión y objetivo a largo plazo.

- Proporcionar un refuerzo coherente.
- Variedad de niveles.
- Metodología sistémica: trabajo con padres, entrenadores, etc.
- Trabajo específico del éxito y el fracaso en etapas de desarrollo.
- Ajustar expectativas, motivaciones, necesidades e intereses.
- Enseñanza específica integrada en cada etapa.
- Potenciar la responsabilidad y autonomía personal.
- Sistemas flexibles de entrenamiento.
- Ajuste de objetivos de resultado y competitivos.
- Valoración individualizada del progreso.

La excelencia deportiva se consigue cuando el deportista llega a alcanzar las mayores cotas de autorregulación, y esto reclama necesariamente la intervención del entrenador, después los propios sujetos incrementarán su nivel de autorregulación y su toma de decisiones, para terminar consiguiendo un elevado autoaprendizaje y gran compromiso con intervenciones cualificadas de los profesionales (Arruza y Ruiz, 2002).

Para algunos autores, entre los factores que contribuyen al éxito deportivo se encuentran, además de las cualidades físicas de base y los aspectos psicológicos, el apoyo del entorno (familia, amigos, entrenadores, club), las buenas instalaciones, así como el apoyo institucional y organizativo (Masnou y Puig, 1999).

El individuo se educa en el deporte ya que a través de él interioriza una serie de valores básicos para su socialización. Pero es también mediante sus acciones que el deporte adopta progresivamente sus formas y expresiones (compañerismo, solidaridad o violencia). Es decir, el carácter formativo del deporte se demuestra continuamente en su práctica. La preparación de una competición, el rigor del entrenamiento, la disciplina de equipo son aspectos educativos que se manifiestan en la práctica deportiva diaria y que se transfieren a la vida cotidiana (Sánchez, 1992).

En el momento en que todo este entorno que rodea al deportista ofrezca modelos adecuados de deportividad, sólo entonces, las competiciones deportivas para jóvenes serán el método útil para enseñar valores sociales deseables (Marín, Grau y Yubero, 2002).

La intervención pública en el deporte de base debe tener unos criterios unificados que permitan rentabilizar y controlar los recursos y, al mismo tiempo, ofrecer un sistema estructurado. Se deben conectar las diferentes vías de promoción deportiva con la finalidad de rentabilizar esfuerzos de inversión, tanto a nivel económico como sobre todo de promoción deportiva y asegurar la continuidad del joven en la práctica deportiva (Orts y Mestre, 1997).

Para muchos autores el tener mejores resultados y con ello menor abandono, se debe a la estructura social del entorno de la escuela, donde haya un mayor capital social por la red de relaciones sociales. La densidad de vinculaciones sociales existentes tiene un efecto marcado sobre los buenos rendimientos de los jóvenes.

La forma de estructurar el entrenamiento define un clima motivacional contextual. En ellos deben darse situaciones caracterizadas por la competición interpersonal, la evaluación pública y retroalimentación normativa sobre el desempeño de las tareas que ayuden a que aparezca un estado de implicación personal (Cervelló Gimeno, 2002). Según Cervelló (2002) el clima motivacional situacional es el responsable de la aparición del estado de implicación referido a criterios de éxito. Estos entornos que enfatizan el proceso de aprendizaje, la participación, el dominio de la tarea y la resolución de problemas tienden a fomentar la aparición de una implicación a la tarea.

El entrenador es un agente social, pues consideramos su función desde una perspectiva social-cognitiva (Nicholls, 1989), tanto por las variables personales como por las situacionales, que serán las responsables de los pensamientos, sentimientos y conductas de las personas. En los entornos de logro, los objetivos de logro, gobiernan las creencias sobre el logro y guían de forma consecuente nuestro comportamiento.

“El entrenador juega aquí un papel de primer orden en la medida que sirve para dar confianza, es el ancla en el que se amarrará el deportista cuando así lo necesite. Es el faro que alumbrará las dudas del deportista ante aspectos del deporte o de su propia vida. Tomar conciencia de ello es imprescindible para poder guiar consecuentemente la carrera deportiva del deportista” (Ruiz Pérez y Sánchez Bañuelos, 1997).

El entrenador debe diseñar un ambiente que mejore el aprendizaje, la ejecución y el desarrollo del joven deportista, aumentando su motivación al ser evaluados por su mejor técnica y por su esfuerzo con un feedback y un refuerzo bien proporcionados (Boixadós et al., 1998). La influencia que ejerce el entrenador como líder del grupo deportivo es un aspecto muy importante de la socialización (Peiró, 1990): su estilo de dirección, su conducta de apoyo social y refuerzo, la forma de instruir y la información y feedback que proporciona a los deportistas serán determinantes en el rendimiento general del deportista.

Uno de los modelos de mayor referencia es el Modelo Multidimensional de Chelladurai y Saleh (1978) que conceptualiza el liderazgo como un proceso de interacción, sosteniendo que la efectividad del líder en el deporte está asociada a características situacionales tanto del líder como de los integrantes del grupo. De esta forma, el liderazgo efectivo varía en función de las características de los deportistas y de las limitaciones de la situación. De este modelo de escala de liderazgo para los deportes (LSS, Leadership Scale for Sports) de Chelladurai y Saleh ha surgido la adaptación y validación realizada por Sánchez Bañuelos (1996).

El liderazgo es a su vez un proceso conductual que influye sobre las actividades de un grupo organizado dirigido a obtener unas metas específicas (Barrow, 1977). En este sentido la cohesión de equipo es determinante y el entrenador deberá tenerlo en cuenta. Según Schein (1970) se produce un contrato psicológico entre líder y seguidores, por el cual los miembros del grupo ejecutan las tareas y esperan ciertas recompensas implícitamente pactadas como reconocimiento, privilegios, etc. El refuerzo se

convierte entonces en un factor concluyente en la relación del entrenador con el deportista.

El liderazgo significa también saber crear un sistema de creencias y valores en sus seguidores. El entrenador debe tener una concepción humanista de su trabajo, trabaja con seres humanos y debe saber manejar bien los sentimientos y la emociones.

MATERIAL Y MÉTODOS

La muestra de entrenadores está compuesta por 11 sujetos, correspondientes a los directores técnicos o/y entrenadores principales de 10 deportes y clubes distintos. Los deportes son baloncesto, hockey patines, rugby, natación, atletismo, triatlón, voleibol, fútbol, judo y taekwondo. En el caso de atletismo contamos con dos entrenadores del mismo club. El criterio de selección ha sido no probabilístico, siendo los elegidos los sujetos más significativos del universo al que representan.

Características de los entrenadores

Directores técnicos o/y primeros entrenadores de los equipos de mayor nivel de los clubes a los que representan, con una titulación en su mayoría de nivel 3, una experiencia general de entre 10 y 20 años como entrenadores y con una antigüedad en el club actual superior a cinco años. Tienen en sus haberes como técnicos distintos e importantes méritos deportivos, entre los que se encuentran campeonatos nacionales, internacionales, así como diplomas olímpicos (tabla 1).

Tabla 1. Grado de logro deportivo

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válidos	olímpico	1	9,1	9,1	9,1
	mundial	1	9,1	9,1	18,2
	continental	1	9,1	9,1	27,3
	nacional	8	72,7	72,7	100,0
	Total	11	100,0	100,0	

Todos los entrenadores superan la edad de 30 años, estando la mayoría en la franja que va de los 30 a los 40 años. En relación a la experiencia como

entrenador, todos excepto uno pasan de los cinco años de experiencia y más de la mitad, tiene una experiencia superior a los 10 años. Todos los entrenadores entrevistados son varones.

Solo dos tienen titulación de licenciado de educación física y uno de magisterio con la especialidad de deporte. El resto (8/11) tiene titulaciones que superan en todo caso el bachiller superior. Prácticamente todos (8/11) tienen el nivel más alto de titulación de entrenador

En cuanto a la profesionalidad, poco más de la mitad de ellos (6/11) es profesional. En relación al tipo de deporte, seis de los entrenadores pertenecen a deportes individuales y el resto (5/11) a deportes de equipo.

Método

El proceso de análisis de la muestra de entrenadores se realiza mediante exploración cualitativa deductiva, donde las categorías recogidas se desprenden de forma directa de la pregunta formulada. El conjunto de determinadas categorías forman un factor o variable de referencia.

La entrevista a los entrenadores tiene la característica de ser semi-estructurada, y en ella se recogen los factores relacionados con el modelo de desarrollo deportivo, la formación de jóvenes talentos deportivos y el estilo de liderazgo como entrenador. Las variables que se estudian desde la posición del entrenador tienen que ver con los factores y líneas de investigación siguientes:

- Modelo de desarrollo deportivo. Iniciación deportiva, especialización, rendimiento, entrenamiento y competición. Tecnificación, planificación.
- Formación del entrenador. Filosofía, valores.
- Formación de jóvenes talentos deportivos.
- Liderazgo del entrenador.

El diseño de la entrevista a entrenadores parte de un primer trabajo de investigación para la obtención del DEA, titulado "Análisis de la relación de características de liderazgo del entrenador y capacidades psicológicas de los deportistas" (Lapuente, 2005), para el que se elaboró una

entrevista semi-estructurada que tuvo como referencia diversos trabajos de investigación sobre entrenadores (Rius, 1995; López, 2001; Sánchez, 2002; Fuentes et al., 2003; Jiménez, Rodríguez, y Castillo, 2003; Lorenzo, 2003; Moreno y Del Villar, 2004; Pérez y Suárez, 2004; Pérez, 2004).

Las respuestas se reducen sintéticamente a formato F/N donde F es el número de entrenadores que expresan una misma respuesta y N, el número total de sujetos posible. Para la agrupación de categorías y variables se utiliza el programa Atlas.ti como recurso metodológico.

RESULTADOS

La respuesta del entrenador se indica en formato de fracción (F/N) donde el numerador es el número de sujetos que emiten el concepto y el denominador el número de sujetos totales. En la siguiente tabla se muestran las variables significativas referentes al modelo de desarrollo deportivo para los entrenadores (Tabla 2).

En cuanto a la formación de jóvenes talentos deportivos las respuestas de los entrenadores se recogen en la Tabla 3.

En cuanto al orden de entornos de influencia de los deportistas, los entrenadores marcan como más determinantes en la influencia de los deportistas, los entornos más próximos a estos (Figura 1). De esta manera el entrenador queda colocado en primer lugar, para ser equipo y club, segundo y tercero respectivamente, lo que dice mucho del entorno de entrenamiento y específico del deporte como muy determinante.

La familia y la pareja están en una posición muy importante, cerrando en los últimos lugares los entornos referidos a ayuntamiento y asociacionismo del municipio.

Es significativo, por negativo, el lugar que ocupa, para los entrenadores, el colegio como entorno privilegiado en la influencia sobre los deportistas.

También consideramos como significativo, pero en este caso positivo, el puesto de la ciudad como contexto social, que determina más influencia

positiva que otros entornos similares (PMD gestión, ayuntamiento y asociacionismo).

Tabla 2. Modelo de desarrollo deportivo para los entrenadores

VARIABLES	Respuesta de los entrenadores	F/N
Comienzo fin iniciación deportiva	comienzo 7-8 años y fin 10-12 años	5/11
	comienzo 4-5 años y fin 9-12 años	4/11
	comienzo 7 años y fin 13 años	1/11
	comienzo 9 años y fin 11 años	1/11
Comienzo perfeccionamiento	a los 14-15 años	6/11
	a los 16-17 años	2/11
	a los 12 años	1/11
	a los 7 años según habilidades	1/11
Comienzo competición	desde principio bien manejada	6/11
	15a17 años	4/11
	7 años	1/11
Comienzo etapa rendimiento	15a17 años	9/11
	12a13 años	1/11
	20a21 años	1/11
Relación base alta competición	interdependiente-coordinada	4/11
	competiciones importantes	4/11
	importante	3/11
Presencia deporte mayor nivel	estimulante y referencia fundamental	9/11
	fundamental	2/11
Competición entrenamiento	quieren competir	3/11
	las dos cosas	3/11
	hay que entrenar	2/11
	entrenar	1/11
	no competir hay que competir	1/11
Evaluación entrenamiento	test video registros	6/11
	flexible global cualitativo	4/11
	no consta	1/11
Evaluación competición	con mucho feedback	10/11
	con hojas de registro	1/11
	no consta	1/11
Evaluación entrenador	notas + reflexión post competición-entrenamiento	7/11
	formación, evaluación	3/11
	no consta	1/11
Planificación	calendario y objetivos individualizados	7/11
	por grupos, equipo, partidos	3/11
	carrera deportiva	1/11
Objetivos	consensuados con deportistas	5/11
	principio y concretos	5/11
	desde equipo técnico	1/11
Establecimiento objetivos	vinculados y ajustados	7/11
	carpeta individual	1/11
	no consta	3/11
Análisis de datos	con videos y hojas específicas	6/11
	no mucho	4/11
	no consta	1/11

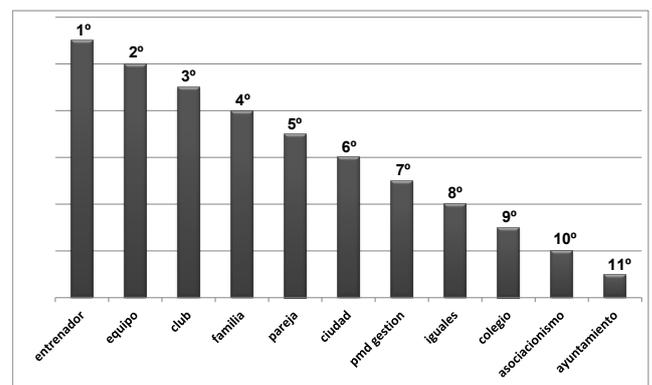


Figura 1. Orden de entornos de influencia de los deportistas. Según entrenadores.

Tabla 3. Variables sobre formación de jóvenes talentos deportivos

VARIABLES	Respuesta de los entrenadores	F/N
Aspectos técnicos más relevantes en la formación deportiva	técnica	4/11
	capacidad de sufrimiento, entrenamientos extras	3/11
	aspectos físicos	1/11
	apoyo familiar	1/11
Importancia de la cantera	mucha importancia y es necesaria no consta	8/11 3/11
Formación integral	forma de vida, ser educador pues son personas atender a deporte-estudios trabajar todo no consta	7/11 2/11 1/11 1/11
Motivación y compromiso	por exigencia mutua y colectiva no consta	10/11 1/11
Joven en categoría superior	si a veces, ajustando, es bueno no quemar etapas, cada categoría con su edad no consta	7/11 2/11 2/11
Factores clave para elite (respuesta múltiple)	sacrificio, trabajo(2), saber limites, madurez, cabeza(2), genética aptitud, actitud, disfrutar, entorno, familia psicología, mental, seriedad, club, físico, perseverancia, entrenar mucho.	
Talento deportivo	sacrificio, genética, técnica, capacidad, innatas, autoexigencia, trabajando mágico, deseo de mejorar, técnica, marca diferencia, especial, mayor compromiso, toma de decisiones leer juego, interés,	
Selección de talentos, cuando	a los 13-14 años	2/11
	no momento determinado	2/11
	ver ojear	1/11
	motivados	1/11
	entrenar mucho no consta	1/11 4/11

En cuanto al liderazgo del entrenador, la instrucción y la organización son los dos factores más importantes en su quehacer de técnicos (Figura 2).

Ello coincide con los resultados de nuestro estudio de DEA, "Análisis de la relación de características de liderazgo del entrenador y capacidades psicológicas de los deportistas" donde los factores de instrucción y de organización ocupaban el mismo lugar preferente (Lapiente, 2005); así como con los estudios de Salinero (2006; 2012), en los que los entrenadores de su muestra "presentan una alta instrucción-dirección y previsión-organización".

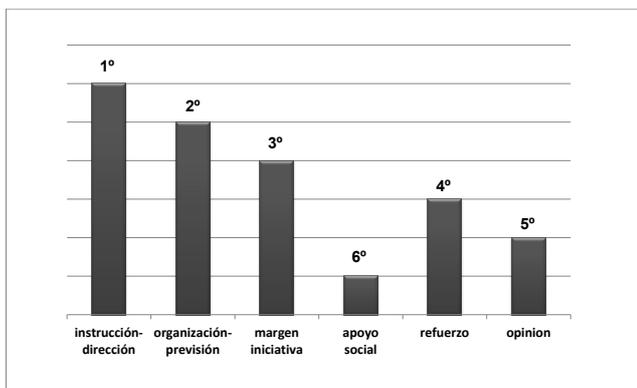


Figura 2. Orden de factores de liderazgo de entrenador aportados por los propios entrenadores

Por tipo de deporte, la diferencia más significativa está en que para los entrenadores de deportes de equipo el refuerzo es mucho más importante que para los entrenadores de deportes individuales (Figura 3).

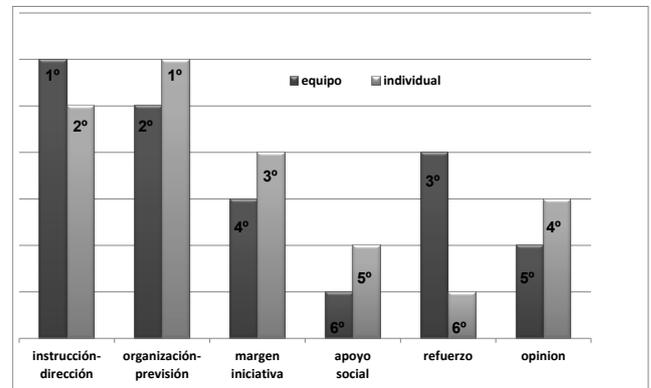


Figura 3. Comparativa orden liderazgo por tipo de deportes. Aportado por entrenadores

En cuanto a las capacidades psicológicas de los deportistas en relación con el rendimiento deportivo, los entrenadores indican que la motivación es lo más determinante en sus deportistas, seguido de la posesión de habilidades psicológicas. El control de estrés social y la cohesión de equipo quedan relegadas a los últimos lugares (Figura 4).

La diferencia entre los deportes de equipo y deportes individuales en las capacidades psicológicas está referida a los factores de habilidades psicológicas y de cohesión de equipo donde queda marcada la diferencia entre los dos grupos como se muestra en el gráfico. En el resto de factores no hay diferencias significativas (Figura 5).

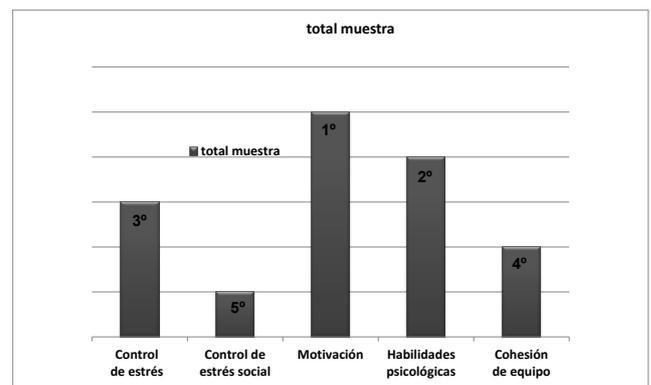


Figura 4. Orden de capacidades psicológicas de los deportistas. Para entrenadores.

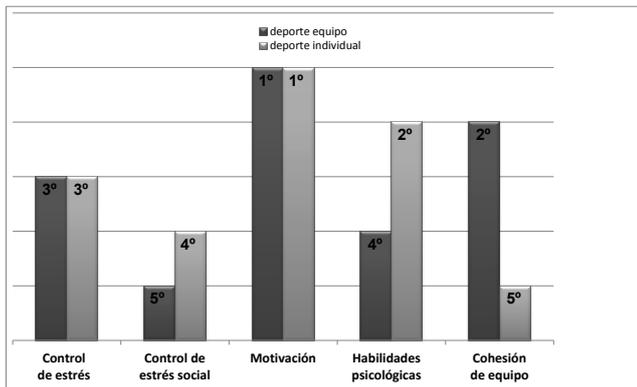


Figura 5. Orden de capacidades psicológicas por tipo de deporte de los entrenadores

DISCUSIÓN

El entorno de desarrollo del talento deportivo está fundamentalmente propiciado por la forma en que el entrenador dispone la situación de entrenamiento. En ese sentido, aportamos resultados de las entrevistas a los entrenadores que son significativas sobre estos aspectos: la filosofía de entrenamiento, los valores del entrenador y su motivación intrínseca en relación a su trabajo, son factores determinantes en la mejor disposición del entorno de entrenamiento deportivo. La mitad de los entrenadores (6/11), afirman que su filosofía de entrenamiento es la de sacar el máximo rendimiento de los deportistas, con exigencia y disciplina, pero contando con los competidores; se trata de hacer de ellos buenos deportistas y buenas personas, en donde los valores más transmitidos son el respeto, la humildad, el trabajo y el disfrute de la actividad (Guzman y García-Ferriol, 2002).

Para casi todos los entrenadores (9/11), su principal motivación como entrenador reside en la mejora de los deportistas y está ligada a que consigan sus objetivos. Por esto, los entrenadores (7/11) sobre todo establecen sus objetivos vinculados y ajustados a los deportistas, de forma consensuada en la mayoría de los casos (5/11) y a través de objetivos concretos, planificados de forma individualizada (7/11).

Para los aspectos técnicos a trabajar en la formación de los deportistas, cuatro de ellos refieren la técnica

como lo primordial en la formación de deportistas expertos, y tres de los once entrevistados confirman que la capacidad de sufrimiento y entrenamientos extras son la causa de que lleguen a deportistas de alto nivel.

Otros factores clave para llegar a ser élite del deporte, según los entrenadores, son: el trabajo, la madurez mental, disfrutar, el entorno y la perseverancia. Terminan por definir talento deportivo como: una persona sacrificada, con determinadas condiciones innatas físicas y técnicas, trabajadores, con un deseo enorme de mejorar, que marcan la diferencia con el resto por su mayor compromiso a la tarea, su toma de decisiones, así como por su interés y sentido de una autoexigencia especial (Romo, 2007).

De la muestra de entrenadores, siete de los técnicos indican, en relación a la formación integral del deportista, que el deporte es una forma de vida y que hay que ser educador ya que los deportistas son primeramente personas. Los entrenadores tienen enormes responsabilidades en la educación y desarrollo moral del niño pues se constituyen, quieran o no, en poderosos agentes de influencia (Durán, 2006). Otros dos entrenadores dan importancia a poder conjugar deporte y estudios. Este aspecto además de ser muy importante, es necesario ya que en la mayoría de las ocasiones, tratamos con deportistas, incluso en el alto rendimiento, que son estudiantes.

Autores como Personne, consideran que ciertos abandonos se producen como consecuencia de reacciones defensivas saludables (Personne, 2005). En este sentido casi todos los técnicos deportivos entrevistados (8/11), marcan el momento del abandono en juvenil y junior, entre los 17-18 años de edad. A menudo la actividad física intensa y el deporte se han presentado como actividades muy competitivas en lo que lo único válido es la victoria. Sin embargo, el propio deporte se puede interpretar y practicar de manera más recreativa y gratificante en el que lo fundamental no es ganar por encima de todo, sino disfrutar de las emociones que te proporciona la actividad competitiva y pasarlo bien en compañía de la gente (Ruiz, 2004). Esta es una orientación del deporte de hoy que cada vez se está

imponiendo más en nuestro entorno y que puede ser el banderín de enganche para que una parte importante de nuestros adolescentes sigan ligados a la práctica deportiva en este período, consolidando un hábito esencial.

Entre las posibles causas del abandono deportivo en los jóvenes deportistas está la disminución progresiva de la intensidad de la motivación relacionada con los cambios biológicos y funcionales que se producen en estas edades, sobre todo entre los doce y catorce años (Cecchini, Méndez, y Contreras, 2005).

Prácticamente hay unanimidad por parte de los entrenadores de la muestra (10/11) en exponer que la motivación y el compromiso del deportista se consigue por exigencia mutua entrenador-deportista, algo que coincide con otros estudios (Lapuente, 2005; Ruiz, 2006).

Siguiendo con estos aspectos, más de la mitad de los entrenadores (6/11), indican que el abandono del deportista se produce por falta de esfuerzo, falta de motivación y porque no gusta la actividad que hacen. Tres de los técnicos de la muestra señalan razones de edad, amigos y por cambios de ciclo. Estos cambios de ciclo es a lo que se refiere Bronfenbrenner en su teoría de las transiciones ecológicas para el desarrollo, pues derivan precisamente de ese cambio de rol o de expectativas de conducta por las distintas posiciones que se toman en el contexto social (Bronfenbrenner, 1987).

Dado el carácter tremendamente selectivo del deporte de alto nivel, y una vez que se ven frustradas las expectativas de llegar a ser campeón (expectativas aumentadas frecuentemente por los propios padres) se produce con mayor frecuencia el abandono de la práctica deportiva de los jóvenes (García-Ferrando, 2006).

Un dato interesante es el obtenido en la forma en que los entrenadores trabajan el éxito y fracaso sobre los deportistas, donde casi todos (9/11) están de acuerdo en que en cualquiera de las dos vertientes, éxito o fracaso, debe trabajarse normalizando la situación, hablando con el deportista, y sabiendo relativizar y ajustar un nivel adecuado en el sujeto. La percepción del éxito o

fracaso en el entrenamiento o en la competición viene determinada directamente por la percepción que los deportistas tienen de sus propios recursos y de las atribuciones que estos hacen respecto al propio rendimiento y resultado alcanzado (Ponseti et al., 1998).

Los deportistas abandonan, también, cuando se sienten incompetentes, ineficaces e inferiores a los demás pues, sobre todo en niños, el deseo de experimentar el éxito es muy importante (Blázquez, 1999). La competición deportiva, por tanto, debe ser divertida y tratarse como un medio de mejora y de desarrollo personal con énfasis en logros auto referenciados y ambiente democrático (Cecchini, Méndez, y Contreras, 2005; Pérez y Suarez, 2005).

En cuanto al control de abandonos de los deportistas, algo más de la mitad de los entrenadores entrevistados (8/11) asegura realizar cierto control, bajando y adecuando niveles y ritmos de trabajo y hablando con los deportistas.

Según el modelo integrado de motivación, en el deportista influyen factores individuales como la edad, la madurez y la experiencia, y factores sociales como distintos aspectos socioeconómicos y sobre todo el liderazgo del entrenador (Balaguer, 1994; Benzi, 2004b).

Es muy importante realizar un autocontrol diario sobre el estado y la capacidad de trabajo, así como fijar gráficamente sus indicadores. El deportista que aprende a valorar subjetivamente su estado de forma puede prevenir el sobre-entrenamiento. El deportista tiene necesidad de saber que el autocontrol diario y el análisis de sus datos, constituye la condición fundamental para la dirección óptima del proceso de preparación deportiva (Ozolin, 1983).

La gestión activa y efectiva del control del rendimiento por parte del deportista favorece, además, su autonomía, implicación y adherencia a la actividad. El autorregistro del entrenamiento y el control específico de la competición deben ser, pues, sugeridos y reforzados por parte de entrenadores como un elemento importante en la programación general deportiva (Lapuente, 2006).

El dato está ciertamente relacionado con el de los entrenadores cuando afirman (6/11) que realizan un apoyo psicológico de forma puntual y no asesorados por ningún profesional. Esta circunstancia dice mucho de las posibilidades de progreso que tienen los deportistas y los entrenadores si se realizan programas específicos de apoyo y asesoramiento en psicología deportiva aplicada al entrenamiento y a la competición (Davies, 1991; Buceta, 1998).

La metodología de la evaluación aplicada por el profesional de la psicología deportiva es de gran ayuda para detectar la necesidad de evaluar algún aspecto del entrenamiento y plantearlo al entrenador, orientar al entrenador sobre el procedimiento y los instrumentos para realizar la evaluación, diseñarlo teniendo en cuenta objetivos y contenidos señalados por el entrenador, orientar a los observadores sobre el procedimiento de registro de datos, ayudar al entrenador a relacionar e interpretar los datos registrados, ayudar al entrenador a obtener conclusiones válidas y finalmente encargarse de la evaluación de los aspectos psicológicos (Gil, 1991; Dosil y Sánchez, 2002; Buceta, 2004; Sanz et al., 2004).

Los entrenadores suelen preferir deportistas principalmente motivados y con habilidades psicológicas competitivas, de lectura de juego, con posibilidades de ser entrenados eficientemente (Lapuente, 2005).

La mayor comunicación existente entre el entrenador y deportista en deportes individuales posibilita que el conocimiento entre ambos sea mejor y comprometa al deportista en sus objetivos específicos diarios de manera más eficiente (Balagué, 1991).

Otro aspecto interesante en relación con los entrenadores es su forma de evaluar el rendimiento deportivo. Para los entrenamientos utilizan en mayor medida (6/11) los registros y test, apoyados con videos; aunque otros (4/11) prefieren una evaluación más global, flexible y cualitativa. Para la competición, casi todos (10/11) afirman utilizar el feedback como herramienta de corrección. El feedback y el posterior reforzamiento positivo que proporcionan los datos pueden, dirigiendo adecuadamente la actuación, producir beneficios

psicológicos sobre el aumento de la motivación, la mejora de la autoconfianza, el control del estrés, una mayor cohesión grupal, un mayor ajuste del nivel de activación y un apreciable aumento de la atención (Balagué, 1991; García-Mas, 2001; Tamorri, 2004).

Para la propia evaluación del entrenador, muchos de ellos (7/11) dicen realizarlo a través de la reflexión una vez pasada la competición y con la toma de notas. La valoración del rendimiento deportivo es seguramente una de las asignaturas pendientes de los entrenadores, incluidos los del mayor nivel. Se suele planificar concienzudamente y hacer proyectos deportivos que finalmente no se suelen llevar a cabo. Algo que unido a la falta de evaluación del rendimiento deportivo y la peor autoevaluación del entrenador pueden retardar la mejora de los entornos de entrenamiento referidos al alto rendimiento.

La valoración del rendimiento, tanto en el entrenamiento como en la competición, y el posterior análisis sistematizado de los aspectos físicos, técnicos y tácticos, determina una información y referencia al deportista que potencia variables como la motivación, la confianza, la atención y el nivel de activación (López, Pérez, y Buceta, 1999; Viadé, 2003). La evaluación del rendimiento proporciona un importante conocimiento de la preparación en los aspectos físicos, técnicos y tácticos; genera en el deportista una percepción de control sobre la situación deportiva favoreciendo un estado de funcionamiento más realista y objetivo, eliminando sesgos y ambigüedades y potenciando positivamente variables psicológicas como la autoconfianza y la motivación (Villamarín, Maurí y Sanz, 1998; Martens, 2002).

CONCLUSIONES

- El contexto social es factor clave inherente al proceso de formación de un deportista excelente. Se trata de alcanzar la élite desde la base, sabiendo que hay una gran diferencia entre deporte de base y deporte de élite, para lo cual se precisa realizar acciones específicas como la agrupación de clubes y la obtención de

recursos económicos sin dejar de generar en el municipio rendimiento social a través del deporte.

- El abandono del deportista, según los entrenadores de la muestra, se produce principalmente por cambios de ciclo, falta de esfuerzo, falta de motivación y porque no les gusta la actividad que hacen.
- El momento del abandono, para los técnicos deportivos entrevistados, se produce en la categoría juvenil y junior, entre los 17-18 años de edad.
- El éxito y fracaso de los deportistas es trabajado por los entrenadores normalizando la situación y ajustando un nivel adecuado en el sujeto.
- La filosofía de trabajo de los entrenadores es sacar el máximo rendimiento de los deportistas con exigencia y disciplina, pero contando con los competidores. Hacer de ellos buenos deportistas y buenas personas, transmitiéndoles valores como el respeto, la humildad, el trabajo y el disfrute de la actividad.
- Para los entrenadores, el deporte es una forma de vida donde hay que ser fundamentalmente educador y dar importancia a conjugar deporte y estudios.
- El orden de importancia que dan los entrenadores a las capacidades psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo es: 1º motivación; 2º habilidad mental; 3º control de estrés personal; 4º cohesión de equipo; 5º control de estrés social.
- El orden de importancia del entrenador referente al liderazgo del entrenador es: 1º instrucción-dirección; 2º organización-previsión; 3º margen de iniciativa; 4º refuerzo; 5º dejar opinar al deportista; 6º apoyo social. Por tipo de deporte, la diferencia más significativa está en que para los entrenadores de deportes de equipo el refuerzo es mucho más importante que para los entrenadores de deportes individuales.
- Los entrenadores de la muestra establecen sus objetivos vinculados y ajustados a los

deportistas, de forma consensuada en la mayoría de los casos y a través de objetivos concretos, planificados de forma individualizada o por grupos similares.

- En la formación de deportistas expertos el aspecto técnico principal a trabajar para los entrenadores es la técnica, también afirman que la capacidad de sufrimiento y entrenamientos extras son la causa de que lleguen a deportistas de alto nivel. Otros factores clave para llegar a ser élite del deporte, según los entrenadores, son: el trabajo, la madurez mental, disfrutar, el entorno y la perseverancia.
- Talento deportivo es, para los entrenadores de la muestra, una persona sacrificada, con determinadas condiciones innatas físicas y técnicas; trabajadores, con un deseo enorme de mejorar, que marcan la diferencia con el resto por su mayor compromiso a la tarea, su toma de decisiones y por una autoexigencia especial.
- El paso de jóvenes deportistas a categorías superiores en competición es un aspecto positivo para más de la mitad de los entrenadores siempre que se ajusten bien los objetivos, se haga con vistas a largo plazo y esté orientado de forma integral.
- El orden de preferencia, indicado por los entrenadores de los entornos de influencia del deportista propuestos en el estudio son: 1º entrenador; 2º equipo; 3º club; 4º familia; 5º pareja; 6º ciudad; 7º gestión deportiva; 8º iguales; 9º colegio; 10º asociacionismo; 11º ayuntamiento.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Aguirre, A., Castillo, A. M., y Tous, D. (2003). *Administración de organizaciones en el entorno actual*. Madrid: Pirámide.
2. Anguera, M. T., Arnau, J., Ato, M., Martínez, R., Pascual, J., y Vallejo, G. (1998). *Métodos de investigación en psicología*. Madrid: Síntesis.
3. Arruza, J. A., y Ruiz, L. M. (2002). Determinantes perceptivo-cognitivos y psicológicos de la excelencia en el deporte, *Doctorado en*

- Rendimiento Deportivo*. Toledo: Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Castilla-La Mancha.
4. Balagué, G. (1991). Preparación psicológica en deportes individuales. En Riera, J. y Cruz, J. (Eds.), *Psicología del deporte*. Barcelona: Martínez Roca.
 5. Balaguer, I. (1994). *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Valencia: Albatros Educación.
 6. Blázquez, D. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. Barcelona: INDE.
 7. Boixadós, M., Valiente, L., Mimbbrero, J., Torregrosa, M., y Cruz, J. (1998). Papel de los agentes de socialización en deportistas en edad escolar. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(2), 295-310.
 8. Braun, B. (2005). Environmental issues: writing a more-than-human urban geography. *Progress in Human Geography*, 29(5), 635-650.
 9. Bronfenbrenner, U. (1987). *La ecología del desarrollo humano*. Buenos Aires: Paidós.
 10. Brown, J. (2001). *Sports talent. How to identify and develop outstanding athletes*. Champaign: Human Kinetics.
 11. Buceta, J. M. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Madrid: Dykinson.
 12. Campos, J. (1995). Análisis de los determinantes sociales que intervienen en el proceso de detección de talentos en el deporte. En *Indicaciones para la detección de talentos deportivos. Investigaciones en ciencias del deporte* (Vol. 3). Madrid: CSD.
 13. Cecchini, J. A., Méndez, A., y Contreras, O. R. (2005). *Motivos de abandono de la práctica del deporte juvenil*. Cuenca: Editorial UCLM.
 14. Cervelló, E. M. (2002). *La motivación deportiva: aspectos sociales, contextuales y situacionales relacionados con la motivación en el deporte*. Ponencia presentada en el II Congreso de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Asociación Española de Ciencias del Deporte, Madrid.
 15. Contreras, O. R., y Sánchez, L. J. (1998). *La detección temprana de talentos deportivos*. Cuenca: Universidad de Castilla-La Mancha.
 16. Davies, D. (1991). *Factores psicológicos en el deporte competitivo*. Barcelona: Ancora.
 17. Dosil, J., y Sánchez, A. (2002). Evaluación en Psicología del Deporte: la construcción de cuestionarios (el GEQ). En Dosil, J. (Ed.), *Psicología y rendimiento deportivo*. Ourense: Gersam.
 18. Durán, J. (2006). Culturas deportivas y valores en las sociedades actuales. En Pujadas, X., Fraile, A., Gambau, V., Medina, F. X. y Bantulá, J. (Eds.), *Culturas deportivas y valores sociales. VIII Congreso AEISAD. Investigación social y deporte* (Vol. 7). Madrid: Esteban Sanz.
 19. García-Ferrando, M. (2006). Deporte y salud en las encuestas de hábitos deportivos de los españoles., IV Congreso de la Asociación española de Ciencias del Deporte. A Coruña: Xunta de Galicia, Consellería de Cultura y Deporte.
 20. Garratt, T. (2004). *Excelencia deportiva. Optimizar la actuación en los deportes utilizando PNL*. Barcelona: Paidotribo.
 21. Gil, J. (1991). Entrenamiento mental para deportistas y entrenadores de élite. Valencia: Invesco.
 22. Guzman, J. F., y García-Ferriol, A. (2002). Orientación de meta de los entrenadores y metodología de entrenamiento: implicaciones motivacionales. *Revista motricidad. European Journal of Human Movement*, 9, 65-82.
 23. Kay, T. (2000). Sporting excellence: a family affair. *European Physical Review*, 2, 151-169.
 24. Lapuente, I. (2005). Análisis de la relación de características de liderazgo del entrenador y capacidades psicológicas de los deportistas. Trabajo no publicado para el Diploma de Estudios Avanzados, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. UCLM, Toledo.
 25. Lorenzo, A. (2000). *Búsqueda de nuevas variables en la detección de talentos en los*

- deportes colectivos: aplicación al baloncesto.* Tesis doctoral, Universidad Politécnica de Madrid, Madrid.
26. Martens, R. (2002). *El entrenador de éxito.* Barcelona: Paidotribo.
27. Martin, D., Nicolaus, J., Ostrowski, C., y Rost, K. (2004). *Metodología general de entrenamiento infantil y juvenil.* Barcelona: Paidotribo.
28. Martindale, R., Collins, D., y Daubney, J. (2005). Talent Development: A Guide for Practice and Research Within Sport. *National Association for Kinesiology and Physical Education in Higher Education*.(57), 353-375.
29. Masnou, M., y Puig, N. (1999). El acceso al deporte. Los itinerarios deportivos. En Blazquez Sánchez, D. (Ed.), *La iniciación deportiva y el deporte escolar.* Barcelona: Inde.
30. Moreno, M. P., y Del Villar, F. (2004). El entrenador deportivo. Manual práctico para su desarrollo y formación. Barcelona: Inde.
31. Ozolin, N. G. (1983). Sistema contemporáneo de entrenamiento deportivo. La Habana: Editorial Científico-Técnica Ciudad de la Habana.
32. Pallarés, J. (1998). Los agentes psicosociales como moduladores de la motivación en deportistas jóvenes orientados al rendimiento: un modelo causal. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(2), 275-281.
33. Pérez, M. C. (2004). *Entrenadores deportivos: la clave del éxito.* Sevilla: Wanceulen.
34. Personne, J. (2005). El deporte para el niño. Sin records ni medallas. Barcelona: Inde.
35. Puig, N. (1992). *Jóvenes y deporte: influencia de los procesos de socialización en los itinerarios deportivos juveniles.* Tesis doctoral no publicada, Universidad de Barcelona.
36. Rius, J. (1995). Formación de jóvenes deportistas. Madrid: Ediciones pedagógicas.
37. Romo, M. (2007). Psicología de la ciencia y la creatividad. *Revista creatividad y sociedad*, 10, 7-31.
38. Ruiz, G. (2006). *El triatlón como modelo de sistema deportivo en el contexto nacional español e internacional: determinantes para su desarrollo y la consecución del éxito.* Tesis Doctoral no publicada, Universidad de Castilla-La Mancha, Toledo.
39. Ruiz, L. M. (1999). Rendimiento deportivo, optimización y excelencia en el deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 8(2), 235-248.
40. Ruiz, L. M., Gutierrez, M., Graupera, J. L., Luinaza, J. L., y Navarro, F. (2001). *Desarrollo, comportamiento motor y deporte.* Madrid: Síntesis.
41. Ruiz, L. M., y Sánchez, F. (1997). *Rendimiento deportivo. Claves para la optimización de los aprendizajes.* Madrid: Gymnos.
42. Sáenz-López, P. (Ed.). (2006). *La formación del jugador de baloncesto de alta competición.* Sevilla: Wanceulen.
43. Sáenz-López, P., Jiménez, F. J., Sierra, A., Ibañez, S., Sánchez, M., y Pérez, R. (2005). Factores que determinan el proceso de formación del jugador de baloncesto. *Lecturas: educación física y deportes.* Revista digital.
44. Salinero, J. J. (2006). *Microsistemas deportivos de Alto Nivel. Un estudio descriptivo de clubes de karate de elite.* Tesis Doctoral no publicada, Universidad de Castilla-La Mancha, Toledo.
45. Salinero, J. J. (2012). Leadership in a combat sport discipline. *AGON International Journal of Sport Sciences*, 2(1), 47-56.
46. Sánchez, F. (1992). *Bases para una didáctica de la educación física y el deporte.* Madrid: Gymnos.
47. Sánchez, M. (2002). *El proceso de llegar a ser experto en baloncesto: un enfoque psicosocial.* Tesis Doctoral no publicada, Universidad de Granada, Granada.
48. Villamarín, F., Maurí, C., y Sanz, A. (1998). Competencia percibida y motivación durante la iniciación en la práctica del tenis. *Revista de Psicología del Deporte*, 13, 41-56.