

54 ¿Cómo formar un buen deportista?

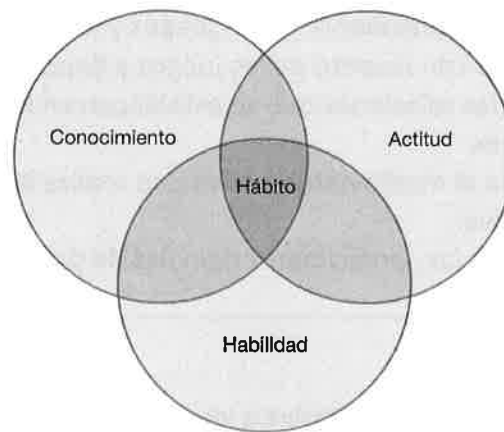


Figura 1. Representación de la competencia profesional (Covey, 1998).

que sea más competente. Sin embargo, proponemos unas características de los conocimientos con la esperanza de que sean útiles para identificarlos:

- implican una vinculación entre conceptos
- esta relación conceptual es limitada
- pueden orientar la acción
- se aprenden, consciente o inconscientemente

Algunos ejemplos de posibles conocimientos del deportista: ante el ataque X es conveniente la defensa Y; el deportista A es más rápido que el B; si ocurre H en la situación K es probable que acontezca M en el momento P; siento molestias en Z, etc.

**Habilidad.** Existen infinidad de habilidades que permiten alcanzar objetivos concretos (lanzar, recibir, apoyar, equilibrarse, seguir pautas, comprender, etc.) y diferentes maneras de clasificarlas (motrices/cognitivas, simples/complexas, etc.). Por ello, presentamos también unas características de las habilidades que nos permitirán identificarlas:

- se asocian a una tarea específica
- implican una relación con el entorno

¿Cómo se analiza un deporte en base a competencias? 55

Habilidades del deportista	Relaciones regulares con el entorno	Relaciones variables con el entorno	Objetivos	Instrumentos para relacionarse
<b>Básicas</b>	<i>Medio artificial:</i> piscina, parquet, tapiz, tatami.	<i>Medio natural:</i> aguas bravas, mar, aire, nieve...	desplazarse, frenar, equilibrarse, girar...	bicicleta, embarcación, patín, esquí, paracaídas...
<b>Técnicas</b>	<i>Objeto estable:</i> canasta, listón, disparo, melodía...	<i>Objeto móvil:</i> balón, volante, disco, pelota, maza...	Chutar, lanzar, batear, seguir el ritmo...	blcicleta, pala, bate, stick, pértiga...
<b>Tácticas</b>	<i>Colaborador:</i> futbolista, remero, caballo...	<i>Oponente:</i> futbolista, yudoca, luchador...	Simular, sorprender, ayudar, pasar...	balón, testigo, espacio, silla de montar
<b>Estratégicas</b>	<i>Norma deporte:</i> puntuación, falta, sanción, duración...	<i>Norma deportista:</i> pauta, acuerdo, consejo, sistema...	Utilizar fuera de juego aprovechar reglas...	árbitro, público, marcador, reloj, manual...
<b>Interpretativas</b>	<i>Hecho:</i> común, variable, objetivo, científico...	<i>Creencia:</i> personal, opinable, objetiva...	Leer el partido, valorar recursos...	teorías del enfrentamiento, modelos del aprendizaje...

Figura 2. Ejemplos de habilidades del deportista (Riera, 2005).

- se demuestran en la realización eficaz de la tarea
- se aprenden

Hemos mostrado (Riera, 2005) que en el entorno deportivo podemos distinguir cinco clases de elementos (medio, objeto, persona, norma y conocimiento), y por tanto podemos agrupar las habilidades del deportista en función del elemento principal del entorno con el que interactúan y que denominamos habilidades básicas, técnicas, tácticas, estratégicas e interpretativas.

El modelo relacional de las habilidades deportivas contempla la regularidad o variabilidad de la relación con el entorno, así como la posibilidad de requerir un instrumento específico para llevarla a cabo, criterios que serán muy útiles para clasificar a los deportes. En este modelo se incluyen los conocimientos del deportista (hechos/creencias) que le ayudan a comprender la actividad deportiva.