

Adaptando el baloncesto al niño de 12-13 años: análisis observacional del lanzamiento de tiro libre

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 (España)

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

Palabras clave: baloncesto, tiro libre, metodología observacional, patrones temporales, 12-13 años

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

Fecha de lectura: 22 de diciembre de 2010

Resumen

En la competición organizada por la Federación Riojana de Baloncesto, el jugador pasa de practicar en la categoría alevín la modalidad de minibasket, a jugar en la categoría infantil un baloncesto adulto –con el mismo balón, terreno de juego y altura de la canasta que lo hacen actualmente en la ACB–. Con este trabajo se pretende, a partir del estudio del tiro libre de los integrantes de la selección riojana masculina de minibasket alevín, adaptar el baloncesto a las características propias del niño de 12-13 años, en contra de la tendencia hegemónica actual de adaptar el niño al baloncesto de los adultos.

La investigación sigue una metodología cuasi-experimental y observacional, que en este caso son complementarias, si bien la metodología observa-

cional predomina, lo que justifica el diseño observacional realizado; a través del cual se ha analizado la ejecución técnica del tiro libre en la modalidad alevín, en la infantil y en las cinco situaciones que resultan de combinar: canasta infantil (3,05 metros) y balón alevín (n.º 5), canasta infantil (3,05 m) y balón intermedio (n.º 6), canasta intermedia (2,80 m) y balón alevín (n.º 5), canasta intermedia (2,80 m) y balón intermedio (n.º 6), y canasta intermedia (2,80 m) y balón infantil (n.º 7). En este sentido, para satisfacer los objetivos del estudio, se han realizado dos tipos de análisis: uno estadístico descriptivo e inferencial –mediante el programa SPSS, versión 15.0–, y otro en busca de patrones temporales –mediante el programa Theme, versión 5.0–.

El trabajo de investigación concluye que todos los participantes mantienen una ejecución técnica del tiro libre alevín estable. Además, de las modalidades sometidas a estudio, la ejecución correspondiente a los tiros libre alevines es la que más se acerca al gesto técnico ideal, mientras que la situación infantil es aquella cuya ejecución de los tiros libres se aleja más del modelo técnico correcto. Por último se procede a elevar una alternativa de juego de baloncesto en lo relativo al tamaño del balón y altura de la canasta, teniendo en cuenta que todas las situaciones intermedias estudiadas se erigen como propuestas alternativas de juego de baloncesto más recomendables –en el primer año de la categoría infantil masculina (12-13 años)–, que la modalidad infantil.

Capacidades físicas determinantes en las tareas de los bomberos de la Generalitat de Catalunya

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

Autor: **Francesc Cos Morera**
Departamento de Salud y Ciencias Aplicadas
Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya -
Centro de Barcelona (España)

Director: **Dr. Jordi Porta Manceñido**
Departamento de Salud y Ciencias Aplicadas
Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya -
Centro de Barcelona (España)

Palabras clave: valoración bomberos, capacidades físicas en bomberos, tests fisicotécnicos

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

Fecha de lectura: 17 de enero de 2011

Resumen

La profesión de bombero representa, con seguridad, uno de los oficios de mayor demanda física del sector público (Bahrke, 1982; Brownlie et al., 1985; Davis, Dotson, & Santa María, 1982; Gledhill & Jamnik, 1992a). Una inusual y significativa alta incidencia de accidentes laborales y muertes prematuras hacen que sea considerada como una de las profesiones de riesgo (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), estableciéndose incluso en sus retribuciones económicas un plus de peligrosidad como compensación. Los sobreesfuerzos, las posturas forzadas y la fatiga están entre

las tres primeras causas de riesgo de accidente de este colectivo (Sanz, 2006), pero cuando se han emprendido programas para la mejora de la condición física y la prevención de lesiones, la incidencia de accidentes laborales ha disminuido y el rendimiento ante situaciones simuladas ha mejorado (Adams et al., 1986; Cady et al., 1985; Cohen, 1998; Czwalia, Sykes, sf; Fowler, 1989; Mealey, 1979; Paffenbarger, 1988; Peterson, Dodd, Alvar, Rhea, & Favre, 2008; Puterbaugh & Lawer, 1983).

Para conocer los requerimientos físicos que conlleva el trabajo de los bomberos de la Generalitat de Catalunya, así como las variables determinantes que afectan a su rendimiento, la Dirección General de Prevención, Extinción de Incendios y de Salvamento, y el

Centro de Alto Rendimiento Deportivo (CAR), de Sant Cugat del Vallès, promovieron una serie de investigaciones basadas en tests de valoración fisicotécnica. La investigación ha puesto de relieve tanto las capacidades físicas que implica el trabajo del bombero de la Generalitat como la exigencia metabólica, destacando el sobrepeso como una de las variables que afectan más su rendimiento.

Por tanto, dependiendo la salud de los bomberos, su seguridad y la de la propia población de la capacidad para resolver cada una de las situaciones a las que deben enfrentarse, es esencial que las capacidades físicas del bombero se adecuen a las demandas reales de su trabajo (Davis et al., 1982; Dotson, Santa María, Schuartz, & Davis, 1976; Gledhill & Jamnik, 1992).