

Reseña de libro: Motivación en baloncesto. Claves para el entrenador

Pablo Garrido Lozano¹

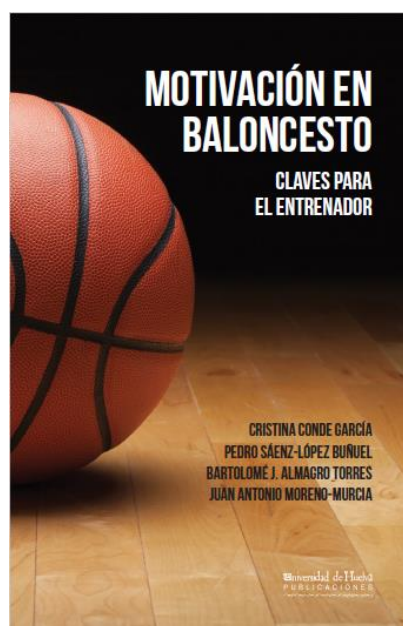
¹Licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (Universidad Pablo Olavide). Doctor por la Universidad de Huelva.

Email: pablogarridolozano@gmail.com

Motivación en baloncesto. Claves para el entrenador

Cristina Conde, Pedro Sáenz-López, Bartolomé J. Almagro y Juan Antonio Moreno-Murcia

Servicio de Publicaciones de la Universidad de Huelva, 2015.
<http://www.uhu.es/publicaciones/?q=libros&code=939>



Este libro electrónico o e-book se centra en ayudar al entrenador a conseguir la mejora de la motivación del jugador de baloncesto a través de sus necesidades psicológicas básicas. El manual se fundamenta en la teoría de la autodeterminación (Deci y Ryan, 2000; Ryan y Deci, 2000) y en la aplicación de esta teoría al ámbito deportivo. Asimismo, establece una serie de estrategias motivacionales, basadas en diferentes estudios llevados a cabo (e.g., Almagro, 2012; Conde, 2011), para satisfacer las necesidades de competencia, autonomía y relación con los demás; proponiendo diferentes ejemplos prácticos de tareas para plantear a los deportistas.

La figura del profesional de la actividad física y el deporte, independientemente del contexto en el que se trabaje, es esencial (e.g., Adie, Duda, y Ntoumanis, 2008; Jackson-Kersey y Spray, 2016). De esta forma, se podrá incidir positivamente sobre la motivación de los deportistas mejorando el clima de los entrenamientos y aumentando

las experiencias positivas y su consecuente adherencia a la práctica físico-deportiva de sus jugadores. En este sentido, este manual destaca la importancia que se ha de asignar a las numerosas interacciones que se producen a lo largo de las sesiones entre los entrenadores y el grupo de deportistas que gestiona. En definitiva, este libro está destinado, fundamentalmente, a los entrenadores o monitores de baloncesto.

En esta línea, es interesante indicar que las estrategias mostradas vienen subdivididas por cada una de las tres necesidades psicológicas citadas anteriormente, lo que podrá repercutir positivamente sobre la motivación, el aprendizaje, el rendimiento, el bienestar y el compromiso de los jóvenes deportistas. En definitiva, aunque en el presente libro se ha enfocado sobre ámbitos de iniciación de baloncesto, se ha conseguido elaborar un documento accesible y aplicable a cualquier actividad físico-deportiva con el objetivo de aumentar la motivación de los participantes.

A modo de síntesis, este libro contribuye a desarrollar estrategias aumentando la motivación y favoreciendo de esta manera el compromiso deportivo de los jugadores de baloncesto. Estas estrategias aportadas, aunque estén enfocadas al baloncesto, pueden ser fácilmente empleadas por cualquier profesional dedicado a la enseñanza; ya sean entrenadores, monitores o docentes de cualquier actividad físico-deportiva. El manual emplea una terminología sencilla y clara, y plantea ejemplos visuales que facilitan su lectura y comprensión. Por otro lado, las tareas propuestas ayudarán a comprender el proceso de motivación desde un enfoque más práctico. Estas estrategias son extrapolables a cualquier disciplina deportiva y aplicables por cualquier profesional dedicado al campo del ejercicio físico y del deporte ya sea competitivo, educativo o recreativo. La inclusión de todas estas características hace que el manual sea un recurso de recomendable lectura.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Adie, J. W., Duda, J. L., y Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support, basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. *Motivation and Emotion*, 32(3), 189-199.
- Almagro, B. J. (2012). *Factores motivacionales relacionados con la adherencia a la práctica deportiva competitiva en adolescentes* (Tesis doctoral). Universidad de Huelva, Huelva.
- Conde, C. (2011). *Efectos de la intervención en el clima tare sobre la motivación en jóvenes deportistas* (Tesis doctoral). Universidad de Huelva, Huelva.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behaviour. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Jackson-Kersey, R., y Spray, C. (2016). The effect of perceived psychological need support on amotivation in physical education. *European Physical Education Review*, 22(1), 99-112.
- Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*, 55, 68-78