

4. Los deportes psicomotrices o individuales

Concepto y clasificación

Consideramos deportes psicomotrices a aquellos en que el individuo que actúa está sólo, sin que exista ningún otro participante que incida o condicione de manera determinante o pregnante ni su comportamiento motor ni su conducta motriz.

Siguiendo la clasificación establecido por PARLEBAS, P. (1981) nos encontramos con dos subgrupos de deportes dentro este grupo denominado deportes psicomotrices. a) Aquel en el que el individuo que actúa, lo hace en un espacio estable y estandarizado. (ejemplo el salto de altura). b) Otro en el que el individuo que actúa, lo hace en un espacio inestable no estandarizado y por consiguiente dicho espacio es portador de incertidumbre para el individuo (ejemplo ski de fondo, windsurf).

La estructura

El desarrollo de la acción de juego en las diferentes situaciones motrices que se pueden dar en los deportes de carácter psicomotriz, viene determinado por el conjunto de los seis parámetros que ya hemos delimitado al considerar la estructura de los deportes, que son: la técnica o modelos de ejecución, el reglamento o las reglas, el espacio de acción y su uso, el tiempo de acción, la comunicación motriz y la estrategia motriz.

Como datos más significativos a destacar en el análisis del desarrollo de la acción de juego en este grupo de deportes, hemos de señalar que la técnica o modelos de ejecución juega un papel prioritario, que la comunicación motriz, caso de existir, es de tipo inescencial y que el comportamiento estratégico solicitado al participante es poco significativo o relevante.

La técnica o modelos de ejecución

Como acabamos de decir, la técnica juega un papel de primera magnitud en el desarrollo de la acción y en la configuración de la lógica interna de estos deportes. Quizá sea el parámetro de mayor importancia e incidencia.

Existe una gran diversidad de criterios a la hora de su determinación y delimitación, lo que lleva a que se de un gran número de clasificaciones en función del criterio empleado como referencia de partida.

Así en unos casos es la parte del cuerpo empleado para realizar básicamente la acción la que da denominación a la misma. En este caso se habla de técnicas de brazos, piernas, tronco, combinadas.

En otros es el modelo de ejecución predominante el que da nombre. En este caso se habla de técnicas de saltos, lanzamientos, carreras, giros, balanceos.

También se suele recurrir al tipo de material empleado o su ausencia, para dar la denominación. Golpeo con palo.

A veces es el lugar del espacio en el que se realiza la acción quien da nombre a la técnica; técnica de pie, en el suelo, en el aire.

Y en muchos casos es el resultado de la combinación de dos o más de los criterios que hemos mencionado la que da nombre a la técnica.

El reglamento/las reglas

Ya hemos señalado que el deporte moderno es en gran medida resultado de las reglas que lo describen, si bien no son sólo éstas las que lo configuran.

Por ello hemos de considerar necesariamente cual es la estructura de los reglamentos de los deportes actuales y su incidencia en el desarrollo de la acción de juego.

De una manera genérica los reglamentos de los deportes psicomotrices delimitan o determinan en mayor o menor medida a los siguientes aspectos:

- La delimitación y configuración del espacio en el que se desarrolla la acción de juego y las características de los materiales que se emplean, caso de que los hubiera.
- La forma como han de intervenir los participantes en el espacio de acción de juego.
- Cuales son los modelos de acción técnica que pueden ser empleados y cuales no, aunque esto no se da en todos los casos.
- La forma de puntuación o valoración de las distintas acciones y situaciones motrices que generalmente son:
 - Tiempo de acción, distancia a recorrer o peso movilizado.
 - Precisión de las acciones técnicas
 - Adecuación a un modelo reestablecido.
 - Capacidad expresiva
 - Creatividad
 - Combinaciones diversas de los anteriores
- Forma de ganar y perder o puntuación final.
- Como utilizar el espacio deportivo.
- Penalizaciones a las infracciones del reglamento.

El conjunto de aspectos que acabamos de relacionar son los que en gran medida configuran y caracterizan a los deportes psicomotrices en su estructura, en cuanto a lo contenido en los reglamentos deportivos.

El espacio deportivo

La característica más relevante del espacio en este grupo de deportes es que en el mismo no se dan interacciones entre participantes dado que el individuo que actúa está sólo.

Otro aspecto importante es que por lo general no se dan grandes subdivisiones ni variaciones en el mismo.

Cuando ocurre que varios individuos actúan en el espacio al mismo tiempo las reglas obligan expresamente a que no pueda existir ningún tipo de interacción esencial entre los participantes.

En algunos casos se dan determinadas normas para concretar la obligatoriedad de que los participantes evolucionen por un determinado lugar o en una determinada secuencia o sentido, y también puede ocurrir que en el espacio existan algunos implementos que deben ser utilizados o evitados, necesariamente.

También se dan casos en que el espacio es portador de incertidumbre y variabilidad, y entonces el practicante debe actuar dando respuestas a las dificultades que dicho espacio le plantea, como es el caso del windsurf.

El tiempo deportivo

En este parámetro es necesario considerar una doble vertiente, por una parte la referida a las delimitaciones temporales contenidas en los reglamentos respectivos de cada deporte y por otra lo que concierne al ritmo y cadencia con que se desarrollan las diferentes acciones y situaciones motrices.

Con referencia a lo contenido en los reglamentos, se comprueba que se delimita cuando inicia la actuación, las posibles paradas totales, caso de existir, las subdivisiones temporales, y en algunos casos la duración máxima.

En cuanto al ritmo y cadencia del desarrollo temporal de la actuación o participación, es el propio participante quien decide como proceder de acuerdo con la estrategia motriz que tenga previamente establecida o que vaya estableciendo en función del desarrollo de su participación.

La comunicación motriz

Al no existir interacción entre participantes, dado que el individuo que actúa está sólo, no existe por consiguiente comunicación motriz de tipo praxico esencial directa ni indirecta.

Lo que puede darse es una comunicación de tipo inessential

La estrategia motriz

El comportamiento estratégico del participante en deportes psicomotrices o individuales, puede analizarse desde una doble vertiente. Por una parte lo referente a la estrategia preparatoria .Y por otra a la estrategia de competición.

La estrategia preparatoria viene determinada por las características del deporte de que se trate; el tipo de competición en el que se participe(calendario, importancia y rango de la misma) y la situación propia del participante en cada circunstancia competitiva.

La estrategia de competición o participación activa en el desarrollo de las acciones y situaciones motrices está condicionada por la capacidad de rendimiento del deportista, por las posibilidades que el uso del reglamento le otorga en cada situación y por el uso y combinación del rol y subroles que puede o debe asumir en cada situación y circunstancias, bien de forma voluntaria o involuntaria

Cuando la estrategia esta referida a deportes en los que existe incertidumbre proviniente del espacio,el comportamiento del participante debe necesariamente ajustarse a dicha incertidumbre por lo que la técnica se hace más abierta y aumenta el comportamiento estratégico y capacidad de decisión.