

Voleibol: relación entre análisis estadístico y ejercicios en el entrenamiento En búsqueda de mejorar el equipo en la fase de rotación.

Sebastián Grianta

Universidad Nacional de La Plata

sebagrianta@gmail.com

José Fotia

Universidad Nacional de La Plata

fotiajose@gmail.com

Resumen

En el ámbito académico existe la tendencia a focalizar los estudios hacia las prácticas educativas escolares. No obstante, encontramos un creciente interés en profesores y profesoras por el desempeño en los ámbitos no escolares y en particular en clubes para enseñar y entrenar deportes. En el voleibol, el cual en estos marcos ocupa un lugar de privilegio, la estadística ha adquirido un rol fundamental para elaborar los planes de trabajo tanto del equipo como individuales, para la preparación y mejora de los equipos. Entrenadores y jugadores ven reflejado en números la performance individual y colectiva al fin de un partido o un torneo, sin embargo, la complejidad del análisis estadístico hace dificultoso utilizar esa información para la planificación de los entrenamientos y solo queda en datos anecdóticos. Este trabajo tiene como objetivo mostrar el trabajo realizado de relevamiento de datos mediante el software Datavolley¹, provenientes de la participación en la Liga Argentina A2 (2017) del equipo de

¹ Datavolley es un software de análisis diseñado para el voleibol. Para ver más:
www.dataproject.com

voleibol de caballeros del Club Estudiantes de La Plata, el análisis e interpretación de dichos datos, el planteo de objetivos y de ejercitaciones a puntaje para alcanzarlos.

Palabras Claves

voleibol – estadística – rendimiento – side out- ejercicios.

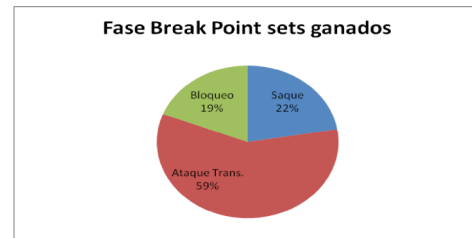
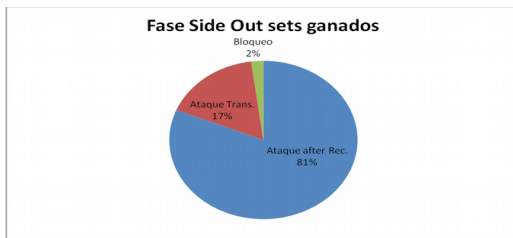
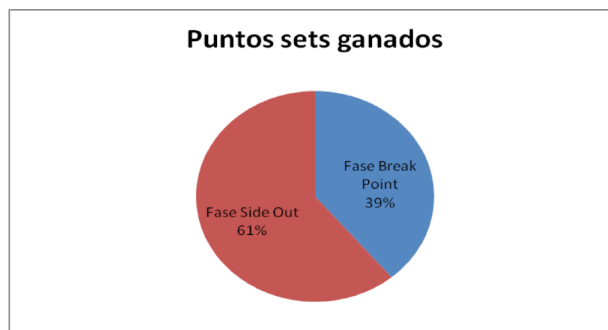
Creemos necesario antes de comenzar con el desarrollo de nuestra presentación, aclarar algunos términos de uso frecuentes en el análisis estadístico y en la práctica del voleibol, a fines de hacer más clara la exposición al oyente no especialista. Para ello hemos elaborado un breve glosario:

- Doble positivo: la mejor valoración en un gesto técnico. Ej.: ataque punto, recepción precisa.
- Eficiencia: resultado numérico de los aciertos menos los errores x 100 sobre el total de intentos. Se expresa en porcentaje. Ej.: $(55 - 20) \times 100 / 90 = 38,88 \%$
- Eficacia: resultado numérico de los aciertos x 100 sobre el total de intentos. Se expresa en porcentaje. Ej.: $55 \times 100 / 90 = 61,11 \%$
- Fase de juego: situaciones en la que un equipo está en la fase de contraataque (break point) o en la fase de recepción de saque (side out).
- Fundamento: forma en que el software Datavolley denomina a las acciones del voleibol (recibir, levantar, atacar, sacar, bloquear, defender, contraatacar)
- Ejercicio a puntaje: ejercicio de juego con equipos completos con el objetivo de conseguir puntos (mediante acciones, en zonas de la cancha, por jugadores de rol, etc...).
- Negativo: valoración de los fundamentos donde el punto no finaliza (ej.: ataque defendido) o no se produce el resultado óptimo (ej.: recepción separada de la red).
- Rejugar: acción de ataque donde se remata o toca suavemente contra el bloqueo contrario con el objetivo de recuperar nuevamente el balón.

- Scout: estadística.
- Datavolley: software utilizado para realizar estadística.

1. El análisis de los datos estadísticos

Para esta primera parte del trabajo tomamos como muestra datos estadísticos de 9 partidos de la fase regular del torneo. Analizamos cómo nuestro equipo ha hecho los puntos en esta etapa, únicamente en los sets ganados para hallar aspectos recurrentes.



Como puede observarse nuestro equipo realiza el 61% de los puntos en fase de rotación (side out)². Tomando como referencia esta información y teniendo en cuenta que el ataque es el fundamento por el cual se obtuvieron la mayor cantidad de puntos, analizamos la fase side out en los sets ganados:

Fase Side Out

² En el software datavolley la fase de rotación (fase de recepción de saque) se denomina side out.

Selección de análisis

Estudiantes de La Plata | Ataque | Won Sets | Side Out phase

| Fundamento | Golpe | Jugador | L | Set | Ind | *E% | Tot | = | % | BP | pS | / | % | BP | pS | - | % | ! | % | + | % | # | % | BP | pS |
|------------|-------|---------|---|-----|-----|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|---|----|----|-----|-----|-----|----|-----|
| Ataque | | Equipo | | W | 7 | 41% | 436 | 34 | 8% | 34 | | 21 | 5% | 21 | | 88 | 20% | 6 | 1% | 53 | 12% | 234 | 54% | | 234 |

En los sets ganados, el porcentaje de ataques que han terminado en punto (#) es de 54%, mientras que los ataques errados (=) -ataque afuera, ataque en la red, bloqueados finalizados en punto rival-, es de 13%.

2. Interpretación de los datos, planteo de objetivos y de ejercitaciones a puntaje para alcanzarlos.

En función de los porcentajes hallados en el análisis, las ejercitaciones en búsqueda de rendimiento deberían ser aquellas en las que nuestro equipo sobre 10 saques del contrario tenga como objetivo lograr 6 puntos (54%) en fase side out, cometiendo solo 1 error (13%). Otra variante sería alcanzar sin error el número de eficiencia (41%), o sea realizar 4 puntos seguidos en fases side out, sin error o punto adversario. La propuesta es compleja y requiere de video análisis, ya que estas metas se deberían cumplir en las 6 rotaciones que el equipo enfrenta al contrario y por lo tanto tendremos que saber dónde están los problemas en los giros en los que no se alcanzan los resultados esperados.

Observamos en el siguiente gráfico los porcentajes obtenidos en cada una de las rotaciones en todos los sets en fase side out.

Estudiantes de La Plata | Ataque | Detalle rotaciones | Side Out phase

| Fundamento | Golpe | Jugador | L | Set | Ind | *E% | Tot | = | % | BP | pS | / | % | BP | pS | - | % | ! | % | + | % | # | % | BP | pS |
|------------|-------|---------|---|-----|-----|-----|-----|----|-----|----|----|----|----|----|----|----|-----|---|----|----|-----|----|-----|----|----|
| Ataque | | Equipo | 1 | | 7 | 45% | 123 | 5 | 4% | 5 | | 7 | 6% | 7 | | 22 | 18% | 1 | 1% | 21 | 17% | 67 | 54% | | 67 |
| | | | 6 | | 7 | 33% | 104 | 8 | 8% | 8 | | 7 | 7% | 7 | | 27 | 26% | 1 | 1% | 12 | 12% | 49 | 47% | | 49 |
| | | | 5 | | 7 | 38% | 98 | 8 | 8% | 8 | | 7 | 7% | 7 | | 16 | 16% | 1 | 1% | 14 | 14% | 52 | 53% | | 52 |
| | | | 4 | | 7 | 36% | 97 | 9 | 9% | 9 | | 4 | 4% | 4 | | 22 | 23% | 1 | 1% | 13 | 13% | 48 | 49% | | 48 |
| | | | 3 | | 6 | 30% | 151 | 18 | 12% | 18 | | 6 | 4% | 6 | | 43 | 28% | 2 | 1% | 13 | 9% | 69 | 46% | | 69 |
| | | | 2 | | 6 | 25% | 121 | 14 | 12% | 14 | | 10 | 8% | 10 | | 19 | 16% | 4 | 3% | 20 | 17% | 54 | 45% | | 54 |

Como puede verse, nuestra rotación a mejorar es la N° 2 (armador en posición 2), ya que es la que posee los peores porcentajes de eficiencia.

Recurrencias entre porcentajes de recepción, de ataque y su relación con los ejercicios de entrenamiento

El software Datavolley nos indica que nuestros porcentajes en ataque de fase side out mejoran cuando nuestra recepción de saque es precisa. En el siguiente gráfico analizamos nuestros porcentajes en recepción solamente en los sets ganados:

Selección de análisis

Estudiantes de La Plata | Recepción | Won Sets

| Fundamento | Golpe | Jugador | L Set | Ind | *E% | Tot | = | % | BP | pS | / | % | BP | pS | - | % | ! | % | + | % | # | % | BP | pS |
|------------|-------|---------|-------|-----|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|----|-----|----|-----|-----|-----|----|----|
| Recepción | | Equipo | W | 6 | 74% | 382 | 10 | 3% | 10 | · | 14 | 4% | 3 | · | 38 | 10% | 38 | 10% | 76 | 20% | 206 | 54% | · | · |

El dato a observar es que aun en los sets que ganamos tenemos un 24% de recepciones que no son precisas, criterios de evaluación que el lector puede ver en el gráfico con los signos admiración, guion y barra inclinada (!, -, /). Traduciendo los datos en ejercitaciones, y, si tomamos como referencia el ejercicio anterior (6 puntos sobre 10), deberemos crear una situación de juego a puntaje en la cual, al menos 3 pelotas tienen que ser jugadas simulando (o forzando) una recepción defectuosa, ya que es nuestra realidad en los partidos (24% de recepciones que no son precisas).

¿Cuán eficientes somos en ataque con recepciones perfectas y/o buenas y con recepciones imprecisas? ¿Cómo mejorar la eficiencia cuando no recibimos bien?

Anteriormente mencionamos que, en base a la valoración de la recepción al realizar la Fase Side Out, cuán eficaz y eficiente es nuestro ataque. Para ello analizamos los porcentajes alcanzados cuando la recepción es perfecta (signo #) o buena (signo +) y por otro lado cuando es imprecisa (signo ! o signo -).

Selección de análisis

Estudiantes de La Plata | Ataque | Side Out phase | OR[*~~R~#,3][*~~R~+,3]

| Fundamento | Golpe | Jugador | L Set | Ind | *E% | Tot | = | % | BP | pS | / | % | BP | pS | - | % | ! | % | + | % | # | % | BP | pS |
|------------|-------|---------|-------|-----|-----|-----|----|----|----|----|----|----|----|----|-----|-----|---|----|----|-----|-----|-----|----|-----|
| Ataque | | Equipo | | 7 | 37% | 540 | 47 | 9% | 47 | · | 33 | 6% | 33 | · | 100 | 19% | 6 | 1% | 73 | 14% | 281 | 52% | · | 281 |

Selección de análisis

Estudiantes de La Plata | Ataque | Side Out phase | OR[*~R~,3][*~R~,3]

| Fundamento | Golpe | Jugador | L | Set | Ind | *E% | Tot | = | % | BP | pS | / | % | BP | pS | - | % | ! | % | + | % | # | % | BP | pS |
|------------|-------|---------|---|-----|-----|-----|-----|----|-----|----|----|---|----|----|----|----|-----|---|----|----|-----|----|-----|----|----|
| Ataque | | Equipo | | | 6 | 23% | 150 | 15 | 10% | 15 | · | 8 | 5% | 8 | · | 46 | 31% | 4 | 3% | 20 | 13% | 57 | 38% | · | 57 |

Se desprende de los gráficos que el porcentaje de error (/ , =) en ambos casos es idéntico (15%) y no así el de ataque punto (52% contra 38%), siendo +, !, - ataques neutros. Desde una perspectiva estructural El video análisis (Grianta, 2015:1) nos demuestra que nuestro equipo debe mejorar luego de no recibir perfecto la técnica y táctica de la “rejugada”, es decir hacer rebotar un ataque suave en el bloqueo contrario para luego de recuperar la pelota en cobertura y realizar un ataque en mejores condiciones. De este modo, las posibilidades de convertir el punto en un segundo intento de ataque aumentan.

Para finalizar, y como síntesis de lo expuesto, podemos decir que hemos tratado de mostrar como la selección de los datos relevantes y su correcta interpretación, se convierten en una herramienta indispensable para planificar el trabajo diario y a largo plazo, y mejorar los desempeños individuales y de los equipos. Saber qué pasa y cuántas veces en el partido, nos permite plantear ejercitaciones con un grado de dificultad óptima (en este caso traducida a puntajes), y es el comienzo del camino para lograr mejoras en la eficiencia tanto en los fundamentos como en las fases de juego.

Bibliografía

- Grianta S., (2015). Utilización de vídeos para el logro de resultados deportivos. En Memoria Académica - UNLP- FaHCE (pp. 1-7). Recuperado de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.7394/ev.7394.pdf
- Fotia José, (2016). Praxiología motriz: lógica interna, sistema y estructura como herramienta de análisis en los deportes de cooperación y oposición.

Ejemplo en voleibol. En *Pensando la Educación Física como área de conocimiento* (pp. 291-302). Buenos Aires, Miño y Dávila.

- www.dataproject.com