



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 17 ABRIL 2009

“LA ENSEÑANZA DE LOS DEPORTES COLECTIVOS: EL BALONMANO”

AUTORIA RAFAEL BUENO GONZÁLEZ
TEMÁTICA EDUCACIÓN FÍSICA, ENTRENAMIENTO, DEPORTE, COMPETICIÓN, BALONMANO
ETAPA ESO, BACHILLERATO

Resumen

En el presente artículo intentaremos mostrar un ejemplo sobre cómo llevar a cabo, de forma secuenciada, la iniciación a un deporte colectivo. Dicho ejemplo no intentan ser un recetario que permita resolver los problemas puntuales que pueda tener cualquier profesor en su tarea diaria (en este sentido no vamos a presentar ninguna sesión preconcebida), aunque se muestre como una guía ejemplificada a la que se pueda acudir en busca de ideas.

Palabras clave

Enseñanza, deportes, colectivo, competición, balonmano.

1. INTRODUCCIÓN.

A pesar de que no creemos que sea necesario justificarlo, hemos escogido el balonmano como ejemplo de deporte colectivo por algunas razones. En el balonmano se maneja un móvil, el balón, con las manos, y es adaptable para permitir su empleo. Esto hace que los problemas técnicos derivados del uso del balón sean menores que en otros deportes cuyos requisitos de ejecución son de mayor dificultad por la propia idiosincrasia del deporte (por ejemplo, fútbol con el pie, hockey con el stick, etc.). Las reglas de juego son muy sencillas, de forma que facilita un conocimiento mínimo del juego de forma rápida. Aunque un cierto desconocimiento de las normas de funcionamiento no impide que los niños practiquen el deporte deseado (Linaza y Maldonado, 1987), sí que parece más fácil ajustar una práctica motriz a unas reglas que sean de fácil y rápido conocimiento. El balonmano sólo requiere de un grupo de alumnos, un balón y unas porterías. Esta poca necesidad de material hace que sea fácilmente utilizable en el ámbito escolar.

Vamos a utilizar el balonmano como ejemplo-guía e intentaremos abordar aquellos aspectos que pueden ser más comunes en la mayoría de deportes colectivos de tal forma que lo que se presenta pueda ser transferible a los deportes con estructuras y principios de actuación similares (deportes de invasión como baloncesto, fútbol, jockey, rugby, etc.).



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 17 ABRIL 2009

Intentaremos abordar la iniciación a los deportes colectivos de forma que se adapten a las necesidades de los alumnos. Por ello creemos que un buen marco de desarrollo se encuentra en el uso de los deportes modificados en función de las características de los niños, es decir, en los mini-deportes. Así, el marco idóneo en el que nos situamos no es el balonmano a siete sino el "mini-balonmano". Las condiciones reglamentarias que impone este mini-balonmano están pensadas para hacer un deporte a la medida de los niños. Pero no sólo a la medida física (biológica), sino también a la medida psicomotriz, de integración de los jugadores, de no especialización, de dimensionar la competitividad, etc. (López, 1991). Parece éste un marco más adecuado a las necesidades educativas de los alumnos a todos los niveles.

2. ALGUNOS CONCEPTOS SOBRE LOS DEPORTES COLECTIVOS.

Es conocido que los deportes colectivos se caracterizan por la presencia de compañeros y de adversarios. Esto hace que estos deportes sean deportes de "enfrentamiento" colectivo, es decir, nos encontramos con dos equipos organizados con un mismo objetivo. Dichos colectivos se constituyen en la defensa de unos intereses que son comunes a todo el colectivo. La respuesta colectiva a un problema de juego se conoce como "táctica colectiva". Ante esta situación, los comportamientos motores individuales tienen sentido en el marco del desarrollo colectivo, es decir, la táctica individual y la técnica individual están sometidas al funcionamiento del colectivo; por consiguiente, a la táctica colectiva. O dicho de otra manera, el aprendizaje de ciertos contenidos técnicos y tácticos individuales están definidos por su utilidad para resolver problemas tácticos colectivos. La enseñanza del pase y la recepción tienen sentido en la medida que, en las primeras etapas de juego, se detecta que los niños pierden rápidamente la posesión del balón. Ahí aparece como necesario mejorar estos comportamientos individuales para permitir que el juego colectivo se vuelva más rico e interesante.

El juego deportivo se estructura alrededor de un único objetivo: intentar conseguir mayor número de goles que el equipo contrario y/o intentar encajar menor número de goles que el equipo adversario. Teniendo en cuenta que el elemento que define la posibilidad de conseguir gol es el balón, todo el comportamiento colectivo tiene sentido en la lucha por la posesión del balón.

Desde este punto de vista, los objetivos esenciales del equipo atacante (en posesión del balón) son: conseguir gol y/o mantener la posesión del balón. El primer objetivo denota una idea de progresión, de avanzar hacia la portería contraria, implica una idea ofensiva del comportamiento de ataque. El segundo objetivo denota una idea de posesión, de mantener el balón, de no lanzarlo apresuradamente; es decir, una idea de menos riesgo, de conservación. El juego de ataque deberá compaginar ambos objetivos para poder tener éxito.

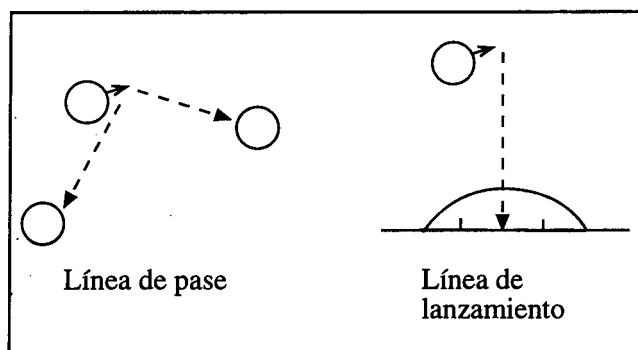
Igualmente, los objetivos del equipo defensor (sin la posesión del balón) pueden concretarse en: intentar conseguir el balón y evitar el gol. El primer objetivo defensivo denota una idea de avanzar hacia el balón, de acosar al atacante, una idea de defensa ambiciosa en su tarea de conseguir la posesión del balón. El segundo objetivo denota una actitud más conservadora, más defensiva, de esperar más el fallo del equipo adversario para conseguir el balón.

Los objetivos que hemos mostrado definen, tanto en ataque como en defensa, comportamientos o actitudes paradójicas que deben combinarse con acierto para conseguir éxito. Aunque ambos objetivos

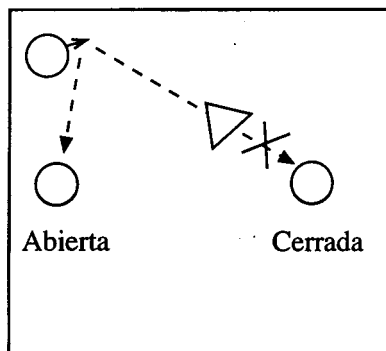
deban combinarse para obtener éxito, el profesor debe apostar por cada uno de ellos de forma diferente a lo largo del proceso de enseñanza, puesto que los contenidos de enseñanza que permiten desarrollar dichos objetivos son diferentes en cada caso. Así, por ejemplo, si el objetivo defensivo imperante es conseguir el balón, parece necesario utilizar una defensa ambiciosa, es decir, parece apropiado utilizar defensas arriesgadas, por ejemplo, la defensa individual. Si, por el contrario, el objetivo imperante es evitar el gol parece más acertado utilizar defensas zonales que asuman menos riesgos.

Aunque la selección de contenidos a enseñar no depende del propio juego del balonmano sino que, más bien, depende de las necesidades de los alumnos, el decantarse por un tipo u otro de modelo de juego va a llevar implícita la enseñanza de unos contenidos concretos.

El balonmano se caracteriza porque los jugadores comparten, se pasan, el balón con la intención de llegar a la portería contraria para lanzar y conseguir gol. Se considera como línea de pase aquella línea imaginaria que une al jugador con balón con todos los posibles receptores. Se considera línea de lanzamiento a la línea imaginaria que une al jugador con balón con la portería contraria.



Se considera que la línea de pase y la línea de lanzamiento están abiertas cuando no hay ningún defensor entre los pasadores o entre el lanzador y la portería. Se considera que están cerradas cuando hay uno o varios defensores que intervienen, cortan, sobre las líneas.



Así, parece sencillo comprender que los objetivos de desarrollo colectivo para intentar conseguir gol y mantener la posesión del balón serán, esencialmente, intentar obtener buenas líneas de lanzamiento abiertas e intentar garantizar en todo momento el máximo número de líneas de pase abiertas. Por el



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 17 ABRIL 2009

contrario, el comportamiento defensivo intentará, para conseguir el balón, intervenir sobre las líneas de pase; y para evitar el gol, intervenir sobre las líneas de lanzamiento.

Desde el punto de vista de la táctica individual, el comportamiento ofensivo que permite conseguir líneas de lanzamiento y de pase se conoce como desmarque, mientras que el comportamiento defensivo que intenta cortar dichas líneas se conoce como marcaje.

3. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DE ATAQUE.

Desde el punto de vista colectivo el equipo tiene como objetivos prioritarios: conseguir gol y/o mantener la posesión del balón; para ello es necesario conseguir líneas de lanzamiento y de pase abiertas. Esto es posible, o se ve facilitado si el equipo mantiene una organización en el espacio que garantice amplitud y profundidad.

Por consiguiente, el objetivo individual que debe intentar cumplir cada jugador en ataque es desmarcarse, es decir, estar fuera de la zona de control del defensor y, por consiguiente, garantizar líneas de pase abiertas para que el balón pueda llegar a un compañero que esté en una zona óptima de lanzamiento a portería. El equipo debe transportar el balón hacia una zona de lanzamiento sin perder la posesión del mismo. Para ello es importante que el jugador con balón ataque sobre los espacios libres (sin jugadores adversarios) y que los jugadores que no tienen el balón ocupen espacios libres útiles (Ibáñez, 1996), procurando garantizar en todo momento que haya líneas de pase abiertas y posibles líneas de lanzamiento.

4. PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DE DEFENSA.

Desde el punto de vista colectivo los principios básicos sobre los que se asienta la defensa son: recuperar el balón y evitar el gol.

Para que ello sea posible deben definirse formas de organización colectiva que intenten garantizar dichos principios. En este caso es importante que las formas de organización colectiva estén, precisamente, "organizadas", es decir, que todos los jugadores que intervienen sepan cuál es su función sobre la base de las necesidades del colectivo. Dicho modelo de organización debe basarse en el principio de simplicidad; debe ser lo más sencillo posible, debe tener pocas normas de funcionamiento, dichas normas deben ser conocidas y acatadas por todos los integrantes y no deben ser contradictorias entre sí.

La consecución del objetivo colectivo depende en gran medida de cómo se organice el comportamiento colectivo. Desde el punto de vista del comportamiento táctico individual, los jugadores deben marcar a los adversarios, es decir, deben controlar a los oponentes. Así, el marcaje sobre el poseedor del balón debe realizarse en proximidad y en línea de lanzamiento (o sea, situado entre el balón y la portería contraria). Los objetivos que persigue este defensor son: evitar posibles lanzamientos (control sobre el balón), y dificultar el comportamiento del atacante, es decir, intentar provocar acciones poco certeras (malos pases, desplazamientos, etc.).



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 17 ABRIL 2009

El marcaje sobre los no poseedores del balón puede realizarse en proximidad o a distancia; y en línea de pase o en línea de lanzamiento. En la iniciación al balonmano parece más acertado empezar por marcajes en línea de pase alternando el marcaje en proximidad o a distancia en función de la etapa de aprendizaje en la que se encuentren los alumnos. Los objetivos perseguidos por este tipo de marcaje se definen como: control del posible receptor (distancia o proximidad, este control implica poder actuar sobre la línea de pase), y dificultar la posible recepción del balón. Podríamos incluir aquí un tercer objetivo que consistiría en ayudar al compañero que se encuentra en una situación dificultosa (este tercer objetivo se incorporaría en fases más avanzadas del aprendizaje).

5. ALGUNAS CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS.

El contenido de enseñanza debe establecerse a partir de aquello que los jugadores ya conocen y saben ejecutar, es decir, debe partir de una evaluación inicial de los alumnos jugando a balonmano. No parece adecuado empezar por la primera lección del manual sin tener presente lo que los niños ya saben hacer. El punto de partida en la iniciación son los conocimientos de los alumnos. A partir de aquí hay que secuenciar el contenido proponiendo un nivel de dificultad superior al ya existente para que el aprendizaje avance.

La enseñanza en la iniciación debe tomar como punto de partida cómo es la forma de juego, es decir, la referencia del contenido que hay que enseñar es el comportamiento táctico colectivo. Es decir, el punto de partida y de llegada es el juego colectivo: se propone a los alumnos que jueguen en situaciones simplificadas, y a partir de ahí se detecta cuáles son los problemas más importantes, tanto en ataque como en defensa; cuáles son las necesidades específicas para que el desarrollo del juego mejore, no se estanque, no se pare. Es en este momento cuando se incorporan enseñanzas de táctica individual y de técnica individual en el marco de un contexto táctico colectivo que permita hacer el juego más rico y más evolucionado en comportamientos motores inteligentes.

La enseñanza del ataque y de la defensa debe ser equilibrada, es decir, debe hacerse mejorar de forma paralela el comportamiento ofensivo y el comportamiento defensivo. Para ello es necesario que los equipos sean equilibrados de tal forma que se planteen problemas mutuamente. Estos diferentes problemas son los que van a permitir conseguir, a posteriori, situaciones motrices cada vez más complejas. Igualmente, es necesario que los contenidos nuevos que el profesor va incorporando para hacer avanzar el juego sean compensados. Por ejemplo, supongamos una situación de juego donde el ataque obtiene éxito con gran facilidad. El profesor detecta que no hay interés puesto que el juego es demasiado fácil. Ello parece ser debido a que el equipo defensor está "mal organizado". Acto seguido el profesor enseña, durante unas sesiones, diferentes formas de organización defensiva sencillas para que el ataque no sea tan fluido (por ejemplo, la defensa individual en proximidad). A partir de aquí puede darse el caso de que, poco a poco, a medida que la defensa ajusta su comportamiento, el ataque encuentre mayores problemas para conseguir gol. La mejora de la defensa puede llegar a impedir el avance del ataque. En este momento el juego vuelve a estar estancado. Ahora es necesario que el profesor de "herramientas" (consejos, propuestas de organización, enseñanzas tácticas y técnicas, etc.) para que el ataque pueda mejorar y pueda volver a tener éxito sobre la defensa. Y así sucesivamente.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 17 ABRIL 2009

El ataque y la defensa deben mejorar de forma equilibrada. La enseñanza de los gestos técnicos y de los comportamientos tácticos individuales está justificada en la medida que estos nuevos aprendizajes son necesarios para que la forma del juego avance (Bayer, 1986).

El aprendizaje del comportamiento individual debe hacerse en el contexto de las necesidades del comportamiento colectivo (Read y Devís, 1990) y debe establecerse, en principio, a partir de la mejora de las capacidades coordinativas (Mühlethaler, 1987; López, 1991), en situaciones de toma de decisiones (Konzag, 1992), utilizando la oposición y la colaboración como elementos para manipular el nivel de dificultad de la toma de decisiones y del aprendizaje (Ibáñez, 1990).

Los contenidos de enseñanza deben organizarse a partir de la lógica interna del deporte en cuestión. Los juegos, las formas jugadas y las tareas motrices son herramientas metodológicas que pueden servir para dar forma a dichas secuencias de enseñanza (Alonso, 1989). Debe ser el profesor quien decida cómo reproducir, con qué nivel de dificultad y qué elemento o elementos manipular de dicha lógica interna en cada tarea de enseñanza para que así se pueda poner de relieve cuál es el objetivo de la tarea, el juego, etc.

6. ORGANIZACIÓN DE LOS CONTENIDOS.

La secuenciación de los contenidos bajo unos criterios lógicos es un tema que siempre ha preocupado al docente. En la iniciación al balonmano, como en otros deportes, ha habido diferentes aportaciones que han hecho referencia a cómo secuenciar el contenido, a qué etapas deben cumplir los alumnos para el aprendizaje del balonmano (Antón, 1990; Espar, 1992 y 1996). A continuación presentamos una propuesta de secuenciación, entendiendo que no es tan importante seguirla al pie de la letra como las modificaciones que puedan llevarse a cabo para cada necesidad educativa concreta.

Etapa 1: Compartir el balón.

La iniciación del juego con niños suele ir acompañada de comportamientos y actitudes típicas. En este caso, al comienzo de la enseñanza, es habitual ver cómo todos los niños se agrupan alrededor del balón, es decir, la forma de juego que se observa se caracteriza porque el balón es el centro de atención del comportamiento de los niños. Habitualmente el niño no pasa el balón, sino que lo lanza cuando, acosado por un defensor, no sabe qué hacer con él. No existe una distribución más o menos racional del espacio; todos los niños corren tras el balón. Igualmente, sucede a menudo que los niños no se identifican como atacantes o defensores en función de si su equipo posee o no el balón. El balón cambia rápidamente de equipo mientras algunos jugadores actúan con roles desfasados.

Los objetivos fundamentales de esta etapa son:

- Que los jugadores conozcan los principios básicos del funcionamiento colectivo: colaboración y oposición.
- Que los jugadores se reconozcan como atacantes y defensores cuando corresponda y puedan establecer diferentes formas de funcionamiento según el rol desempeñado (esencialmente, desmarque y marcaje).



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 17 ABRIL 2009

Para ello es necesario que, en ataque, los jugadores se separen intentando ocupar el máximo espacio posible de forma que el balón pueda ser transportado de un lado a otro. En cambio, en defensa, es necesario que los jugadores se responsabilicen del marcaje de un jugador atacante. De esta forma se empieza a garantizar, por un lado, el conocimiento de una forma de organización sencilla (defensa individual) y, por otro lado, que los defensores no corran todos detrás del balón.

Llegados a este punto, se puede observar que los jugadores atacantes se dispersan y que los defensores empiezan a actuar de forma más organizada. Cada jugador defensor es el responsable directo de un jugador atacante. El juego queda organizado por parejas, la mayoría de veces aleatorias, puesto que no existe una norma que defina cómo deben escogerse las parejas. En estos momentos, aunque el juego parece más organizado suelen detectarse múltiples pérdidas de balón, así como un cierto descontrol en el funcionamiento defensivo. Los objetivos fundamentales descritos anteriormente se especifican ahora en:

- Intentar mantener la posesión del balón en ataque mediante la ayuda de los jugadores de forma que el balón vaya circulando entre los diferentes jugadores.
- En defensa, organizarse de tal forma que se pueda evitar que el balón vaya circulando entre los miembros del equipo atacante.
- Los comportamientos individuales básicos que se persiguen en esta primera etapa, bajo la idea de que los jugadores se identifiquen y se reconozcan como atacantes o defensores, son:
- En ataque, la colaboración. Los jugadores deben desmarcarse (orientación espacial) para evitar aglomeraciones sobre el balón y garantizar que el jugador con balón pueda pasarlo (ayuda).
- En defensa, la organización. Los jugadores deben responsabilizarse del control sobre un adversario para evitar jugadores desmarcados y evitar fluidez en la circulación del balón.

Estamos hablando, en definitiva, de iniciar las relaciones marcaje-desmarque como forma básica de comportamiento táctico individual.

Desde el punto de vista de las habilidades motrices específicas, en esta etapa debemos prestar especial atención a los desplazamientos, tanto ofensivos como defensivos, al pase y la recepción, y a la interceptación del balón.

Etapa 2: Compartir el balón para llegar a la portería contraria.

En la etapa anterior el juego colectivo se ha fundamentado en la idea (principio básico de ataque) de compartir el balón, y en la idea de organizarse mínimamente en defensa para conseguir la posesión del balón. En esta segunda etapa el objetivo primordial en ataque va a ser progresar hacia la portería contraria. Para ello, va a ser necesario que los jugadores compartan el balón con un objetivo final (en la etapa anterior sólo se trataba de compartir el balón): llegar a un espacio determinado. Así, los comportamientos tácticos individuales se van a caracterizar por:

- Desmarcarse para llegar a la portería.
- Garantizar una ayuda cercana al pasador del balón.



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 Nº 17 ABRIL 2009

Para que este comportamiento colectivo se pueda optimizar debemos incorporar como objetivo asociado que la progresión hacia la portería contraria garantice siempre una organización espacial extensa y profunda (principio del ataque en amplitud y profundidad). Es decir, debemos enseñar a ocupar racionalmente el espacio y, por consiguiente, las acciones individuales de desmarque (con balón y sin balón) deben realizarse intentando mantener una estructura que permita las máximas opciones de ataque (es decir, que dificulte la intervención de los defensores sobre las líneas de pase).

Igualmente, en defensa el objetivo primordial se va a mantener: recuperar el balón. Sin embargo, en este caso el comportamiento táctico individual se va a centrar en el marcaje con los objetivos de:

- Interceptar el balón.
- Evitar que el balón avance hacia la portería defendida.

La forma de organización defensiva va a ser individualizada, aunque vamos a progresar desde una defensa individual no nominal (es decir, escogiendo a la pareja por la proximidad física) a una defensa nominal (es decir, cada jugador es responsable de un atacante concreto y específico y que siempre va a ser el mismo). Estos emparejamientos los define el profesor para equilibrar el nivel de trabajo de todos los binomios. En el caso de la defensa no nominal el azar puede hacer que un niño menos capacitado se empareje con un jugador con cierto dominio. Para evitar estos desajustes y mantener el juego equilibrado se organizan binomios formados por jugadores de un nivel similar.

De las habilidades técnicas que toman mayor importancia en esta etapa destaca, en ataque, el lanzamiento, puesto que es la forma de llegar de manera más rápida y efectiva a la portería contraria y conseguir gol. Se incorpora, por consiguiente, como papel fundamental, la figura del portero. Es conveniente en edades tempranas, de acuerdo con los criterios de no especialización, que todos los jugadores aprendan a jugar en todos los puestos específicos incluyendo también el del portero. Igualmente, adquiere importancia el bote de balón como elemento que permite al jugador progresar por el terreno de juego.

Ante estas habilidades en ataque, los comportamientos motores individuales en defensa deben centrarse en la forma de marcaje, esencialmente, la interceptación del pase, la interceptación del lanzamiento (bloqueo) y la desposesión del balón en bote. Cabe añadir aquí el inicio del trabajo por intenciones tácticas (Bayer, 1987), especialmente la de "acoso" al jugador del balón y la de "disuasión" ejercida sobre cualquier posible línea de pase.

Esta etapa se caracteriza, en definitiva, por el hecho de incorporar la direccionalidad a las acciones: se trata de avanzar hacia..., compartir el balón para llegar a..., recuperar el balón que avanza, evitar que el balón llegue hasta... Se incorpora el concepto de terreno propio que hay que defender y el de terreno ajeno sobre el que hay que atacar.

Básicamente, el trabajo a través de estas dos primeras etapas, puede cubrir la enseñanza en primaria. La forma en cómo se manifieste el juego al final de dicho trabajo puede ser realmente rica y variada. Las etapas siguientes, que no vamos a explicitar debido a su extensión, deberían centrarse, por



ISSN 1988-6047 DEP. LEGAL: GR 2922/2007 N° 17 ABRIL 2009

un lado, en empezar a estructurar la forma del juego colectivo, con especial incidencia en el trabajo individual por intenciones tácticas; y, por otro lado, en empezar a desarrollar colaboraciones intencionales simples, de pocos jugadores, mediante la incorporación de los medios básicos tácticos de colaboración (pase y va, cruce, bloqueos, etc.), siempre en el marco de las necesidades impuestas para la mejora del juego colectivo. Así, deberíamos avanzar hacia una etapa centrada en la colaboración estratégica con los compañeros, tanto en ataque como en defensa, para finalizar, en el supuesto caso de que se siguiera el camino del rendimiento, en la sistematización del juego, es decir, en el conocimiento y ejecución de los diferentes sistemas de ataque y defensa.

6. BIBLIOGRAFÍA.

- BALAGUER, I. *Entrenamiento psicológico en el deporte*. Albatros. Valencia. 1994.
- BUCETA, J. M^a. *Psicología del entrenamiento deportivo*. Dykinson. Madrid. 1988.
- CRUZ, J. *Psicología del deporte*. Síntesis. Madrid. 1997.

Autoría

- Rafael Bueno González
- C.E.I.P. Príncipe Felipe, Torredelcampo, Jaén
- E-MAIL: maestrorafa@hotmail.com