

# INICIACIÓN A DEPORTES COLECTIVOS, EL BALONMANO, UNA PERSPECTIVA INTEGRADA Y EDUCATIVA.

MANUEL AVILA MORENO.  
I.E.S. SALTES

JAVIER CHIROSA RIOS.  
DEPARTAMENTO DE EDUCACION FISICA  
Y DEPORTIVA

## I NICIACIÓN DEPORTIVA Y EDUCACIÓN

En reiteradas ocasiones, probablemente imbuidos por un concepto mecanicista de entender el deporte como un simple conjunto de técnicas (habilidades específicas) agrupadas, hemos caído en el error de plantear situaciones de enseñanza - aprendizaje basadas en alcanzar grados de ejecución más o menos perfectos de unos determinados movimientos. En esta línea nos encontrábamos con situaciones en las que la motivación no era la deseable en la generalidad de los alumnos, la heterogeneidad de niveles se potenciaba, siempre nos faltaba tiempo para ver aplicados en el juego estos aprendizajes de forma eficaz, y en muchas ocasiones abandonábamos al considerar que las situaciones propuestas, en este tipo de iniciación deportiva, no cumplían nuestros objetivos como educadores.

Actualmente el enfoque de la iniciación a deportes colectivos ha evolucionado sustancialmente, proponiéndose las siguientes premisas básicas:

\* Se valora mucho más los aspectos decisionales y estratégicos en función de los roles que determina la dinámica del juego ( progresar/impedir la progresión, finalizar/proteger la meta, conservar la posesión del móvil/ recuperarlo ).

\* La percepción como capacidad de captar e interpretar señales relevantes, cargadas de significado, durante el juego es básica para la toma de decisiones y la comunicación entre los participantes de un deporte sociomotriz ( interpretar las acciones de los demás en el juego y adaptar mis acciones-respuestas a ellas según los objetivos ); los estilos de enseñanza con implicación cognitiva toman un papel fundamental.

\* Los factores espacio-temporales requieren un dominio en anchura y profundidad del espacio a nivel colectivo e individual, así como variedad y ajuste constante al espacio - tiempo determinado por las acciones de compañeros y adversarios durante el juego ( concepto de espacio indefinido ).

\* Se propone en las fases de iniciación una primera de « acercamiento - percepción global » donde se propone una inmersión del sujeto en el deporte con todos sus elementos fundamentales; para ello se realizan adaptaciones reglamentarias que reduzcan su dificultad sin privarlos de éstos ( minibalmano, minibaloncesto, minivoleibol,...), promoviendo además, una mayor intervención en el juego colectivo de todos los participantes, con el consiguiente aumento de motivación.

\* La técnica deja de ser una reproducción de modelos para convertirse en « Movimientos o coordinación de movimientos que permitan conseguir un objetivo de juego y no sea contraria a los preceptos reglamentarios correspondientes » (Jiménez, F. 1994); en las situaciones pedagógicas predominan las estrategias globales donde el alumno/jugador desarrolle sus posibilidades y adapte sus adquisiciones a situaciones espacio-temporales variables y con objetivos igualmente cambiantes, buscando aprendizajes más lentos pero por contra más estables y de mayor transferencia al juego. La iniciación deportiva resultante de estos principios si permite identificar objetivos educativos con ella: los planteamientos lúdicos, la participación/inclusión de todos en situaciones sociomotrices, la consecución de éxitos desde el principio, la comprensión de los objetivos del juego dotando de significación a los aprendizajes ( evidenciar la aplicación de las adquisiciones ), y el tratamiento constante de factores SICO y sociomotrices son premisas de trabajo tanto para el entrenador como para el educador.

Le Boulch ( citado en Seirul-lo, 1992 ) afirma que "un deporte es educativo cuando permite el desarrollo de sus aptitudes motrices y psicomotrices en relación a los aspectos afectivos, cognitivos y sociales de su personalidad".

Antes de continuar, debemos señalar que estos planteamientos no excluyen de forma absoluta tratamientos más analíticos y basados en la biomecánica de los gestos, simplemente matiza que por sí solos, como a veces se han planteado, no son suficientes; al igual que en las primeras fases de formación de un jugador no son lo prioritario y siempre han de enriquecerse atendiendo a las premisas expuestas.

### APLICACIÓN DE UNA ENSEÑANZA GLOBALIZADA A LA INICIACIÓN EN BALONMANO.

Siguiendo a Hernández Moreno ( 1994 ) podemos clasificar el balonmano como deporte colectivo (sociomotriz) de cooperación / oposición - comunicación/contracomunicación ), y participación simultánea en un espacio común estandarizado. Por lo tanto para mantener una percepción global del mismo debemos mantener estas constantes añadiendo sus objetivos básicos: progresar/ impedir la progresión hacia meta, conservar/recuperar el móvil en función del cual tengo el rol de atacante o defensor, conseguir gol proyectando el móvil en una meta vertical con un elemento como mínimo a evitar (portero)/protección de

la meta; y los elementos constituyentes derivados del reglamento: posibilidad de progresar en bote, límite de pasos sin botar, imposibilidad de arrebatar el móvil al que lo tiene controlado, posibilidad de impedir el paso con el tronco, imposibilidad de jugar por debajo de la rodilla; móvil con posibilidad de adaptarlo con una mano, botarlo y proyectarlo con velocidad y precisión; metas distanciadas entre si, verticales sobre las que proyectar el móvil; espacios semiprohibidos (área de 6 m.) y temporalmente prohibidos (zona de 9 m.).

### DIFICULTADES DEL BALONMANO EN SU INICIACIÓN

El balonmano como deporte de competición formal presenta una serie de dificultades que imposibilitaran un acercamiento al principiante según las premisas expuestas, a nuestro entender, las fundamentales serían las siguientes:

\* Elevado n.º de jugadores. La consecuente reducción de espacios de maniobra individual y colectiva dificulta el desarrollo técnico-táctico del individuo y su percepción del porqué de los errores y aciertos; igualmente reduce la comunicación a subgrupos dentro del colectivo, no se perciben a todos los compañeros y la comunicación -pases - se centra en núcleos de 2 ó 3 jugadores.

\* Permisibilidad reglamentaria de contacto defensivo con el poseedor del balón. Ante alumnos/jugadores que comienzan supone una dificultad excesiva, propiciando un constante cambio, sin éxito, de la posesión del balón que impide el encadenamiento de acciones que desarrollen el juego colectivo significativamente. Por otro lado el contacto físico produce diferentes reacciones de motivación en los principiantes que en algunos grupos podría ser de rechazo.

\* Balón reglamentario complejo de adaptar en un principio para los alumnos/jugadores, el n.º de errores en pase/recepción es demasiado elevado, el individuo se centra demasiado en el dominio del mismo siendo incapaz de percibir elementos externos, la comunicación con los compañeros se dificulta en exceso.

\* Distancia elevada entre metas, 40 m. con los condicionantes antes mencionados supone que el juego se centre en la zona de transición perdiéndose frecuentemente la orientación correcta del juego, y reduciendo el n.º de situaciones de finalización (posibilidad de éxito global ) y con ello la alternancia de roles competitivos.

\* Otras dificultades reglamentarias que dificultan el desarrollo del juego y requieren un tiempo importante para ser dominadas entendemos que son el limitar la progresión con balón de forma rígida a tres pasos y la excesiva superficie de zona prohibida que provoca situaciones de lanzamiento alejadas en función de la capacidad del principiante disminuyendo las posibilidades de observación y manejo del mismo en su lucha contra el portero. Disminuir el área o no aplicar

con rigidez la regla de pasos son opciones a contemplar en determinados momentos de la iniciación.

De todo lo anterior se puede deducir la necesidad de modificar algunos elementos si queremos potenciar los objetivos educativos planteados en nuestras clases y respetar los principios pedagógicos de motivación, inclusión y adaptación. Debemos aclarar que en ningún modo creemos, bajo el prisma de nuestra experiencia, que estas modificaciones perjudiquen al alumno que desarrolla el balonmano como actividad competitiva y se encuentra en otra etapa de formación como jugador, por el contrario pensamos que le posibilita un desarrollo amplio de posibilidades y refuerza sus adquisiciones básicas.

### PROPUESTA DE ADAPTACIONES:

Existen actualmente adaptaciones formalizadas del reglamento, que, en mayor o menor medida, se han institucionalizado: el «minibalonmano» o el «handbal 5» son ejemplos de ello, generalmente coinciden en algunas de las propuestas que hacemos a continuación y que entendemos como condiciones básicas en el planteamiento de situaciones pedagógicas globales en iniciación:

#### 1.- Reducción del n.º de jugadores.

Favorecer la comunicación motriz con cualquiera de los compañeros y consecuentemente una percepción global del conjunto; asegurar la participación de todos los jugadores y con ello su motivación y un tiempo útil en las sesiones; adecuado para el aprendizaje; permitir espacios de maniobra suficientemente amplios que permitan tanto la evolución de los jugadores como la percepción por su parte y la nuestra de los posibles errores, son razones que justifican ampliamente esta adaptación. Jordi Alvaro ( 1991 ) propone como ideal la relación 4x4 en los jugadores de campo (coincide con la propuesta formal de minibalonmano) ya que permite la relación entre todos, espacios amplios, y redistribuciones constantes del espacio en anchura y profundidad.

#### 2.- Sancionar el contacto físico.

Juan Antón ( 1989 ) propone la formación del juego como un constante contraste ataque-defensa donde tras el predominio de uno se trabaja el equilibrio del otro. En una primera etapa las dificultades técnicas, las propias de la edad y de la etapa de formación de los individuos que empiezan, producen una ventaja defensiva imposible de superar en un plazo corto por el ataque, dificultando el desarrollo del juego así como disminuyendo los elementos motivantes del mismo. Adaptaciones como prohibir el contacto, sancionar el mismo con elementos del juego ( exclusiones durante un ataque, 1 x 1 ante el portero, nº de contactos máximos, lanzamientos directos, ) o calificar como éxito defensivo el toque simple al jugador con balón son soluciones válidas.

#### 3.- Usar balones adaptados.

Cualquier móvil que posea las posibilidades del balón de balonmano puede ser utilizado ( que se pueda botar, adaptar con una mano y proyectarse a un mínimo de velocidad ) sin necesidad de que posea el tamaño reglamentario o sea del mismo material; debe facilitar su manejo y las acciones de pase/recepción; en una etapa de perfeccionamiento posterior, que no corresponde a la que estamos tratando, si se exigirá el uso de móvil reglamentario en la mayoría de las sesiones, en la iniciación es necesario que se adapte a las posibilidades de los individuos de usarlo en acciones de juego. Es recomendable evitar aquellos balones que por su dureza creen reacciones defensivas y con ella errores técnicos en la recepción, paradas, u otras acciones sobre la trayectoria del mismo.

#### 4.- Reducir la distancia entre metas ó aumentar su nº.

Evitar demasiado juego en el espacio de transición y la desorientación en la progresión a portería, así como facilitar situaciones de finalización donde se puedan jugar las acciones y los roles correspondientes a estas zonas de peligro de gol podemos conseguirlo reduciendo la distancia entre metas, así como introduciendo mayor nº de ellas de forma que la reorientación del juego y el cambio de roles sea continuo e intencionado.

#### 5.- Potenciar la comunicación - el pase - entre los jugadores.

La comunicación entre los jugadores del colectivo es una característica y exigencia del balonmano que debemos potenciar en todas las etapas, en la iniciación aparece un juego de pocas relaciones que debemos conseguir transformar. Reglas que obliguen al apoyo con los compañeros así como aumentar al máximo el n.º de relaciones son necesarias. Limitar la progresión individual, exigir un nº de pases antes del lanzamiento, exigir que reciba un nº de jugadores o que preceda el lanzamiento una acción que exija el pase, pueden ser buenas alternativas. Recordemos que para conseguir esto es necesario, en las primeras etapas que el nº de jugadores sea adecuadamente reducido.

### EJEMPLO DE SITUACIONES PEDAGÓGICAS GLOBALES :

Estas situaciones deberán mantener los elementos estructurales del juego anteriormente mencionados con el objetivo de no perder nunca la percepción global y significativa del mismo; igualmente respetarán las premisas expresadas anteriormente guiándose por las adaptaciones reglamentarias propuestas.

Las situaciones propuestas no dejan de ser ejemplos que deben ser adaptados y enriquecidos por la reflexión sobre vuestra realidad práctica.

<p><b>OBJETIVOS:</b> Acciones Técnico-Tácticas propias del juego de pase e interceptación; Acciones de lanzamiento.                  Progresión Colectiva con reorientación constante, oposición a la misma.</p>	
DESCRIPCIÓN	GRAFICO 1
<p>-Cuatro equipos de cuatro jugadores en medio campo (20 x 20).                  -Cuatro picas y cuatro vallas dentro de un área prohibida circular.                  -Dos balones.                  -Todos contra todos; para meter gol es necesario tocar antes con el balón la pica de enfrente de la valla. No se permite el bote.</p>	
<p><b>VARIANTES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Un solo Balón.</li> <li>- Permitir bote unitario.</li> <li>- Introducir obstáculos (Zonas prohibidas).</li> <li>- Cambiar la relación pica - valla.</li> </ul>	
<p><b>OBSERVACIONES:</b> Insistir constantemente en la condición de tocar la pica antes de ir hacia una valla.</p>	

<p><b>OBJETIVOS:</b> Progresiones sin oposición; acciones técnico-tácticas implicadas.                  Reorientaciones constantes.</p>	
DESCRIPCIÓN	GRAFICO 2
<p>-Dos equipos de cuatro jugadores.                  -Tres balones, uno en el centro y dos en zonas laterales.                  -Cada equipo tiene una denominación, a la señal el equipo que nombre el profesor coge el balón del centro y lo cambia por otro, que debe de colocar en una zona de portería. El equipo contrario coge el balón que sobra e intenta colocarlo en la zona contraria. No hay bote</p>	
<p><b>VARIANTES:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- El equipo no nombrado defiende (oposición).</li> <li>- En lugar de una señal, juego de pases en un espacio reducido central, al conseguir cinco o cortar comenzamos (alternancia de roles).</li> <li>- Finalizar con lanzamientos a un blanco.</li> </ul>	
<p><b>OBSERVACIONES:</b></p>	

<p><b>OBJETIVOS:</b> Dispersión, equilibrio espacial en anchura.                  Observación del balón y de adversarios, adaptación a los mismos.                  Elección correcta del pase. Encadenar recepción y acción.</p>	
DESCRIPCIÓN	GRAFICO 3
<p>-Dos equipos, cada uno con un balón.                  -El equipo atacante debe de introducir todos sus jugadores dentro del área, estos solo pueden pasar con el balón en la mano (regla de los tres pasos). El equipo defensor debe intentar tocar al que lo intente con su balón cuando pase de la línea de golpe franco.</p>	
<p><b>VARIANTES:</b> - Si el equipo defensor toca tres veces, cambian los papeles.                  - El equipo defensor puede dar los pasos que quiera con el balón.                  - Delimitar las zonas de paso y disminuir el número de defensores.</p>	
<p><b>OBSERVACIONES:</b> Ante excesivos errores reducir el número de jugadores y adaptar el espacio.</p>	

<p><b>OBJETIVOS:</b> Dispersión, Equilibrio espacial.                  Aparición de Subroles dentro del grupo.                  Acciones técnico-tácticas de pase y recepción.</p>	
DESCRIPCIÓN	GRAFICO 4
<p>-Dos equipos de seis jugadores. Un balón por equipo.                  - Conseguir pasar el balón por debajo de la valla opuesta. En mi campo estoy protegido, al pasar al campo contrario me pueden cortar el balón (pasa al otro equipo) o tocarme si estoy en posición del mismo (debo volver a mi campo con el).                  Reglas de Balonmano.</p>	
<p><b>VARIANTES:</b> - Delimitar zonas protegidas en el campo contrario con aros (dentro de ellos no me pueden tocar).                  - No se puede doblar el pase.                  - Una vez que hayas pasado a campo contrario no puedes pasar el balón a tu campo.</p>	
<p><b>OBSERVACIONES:</b> En un principio falta organización en el grupo, luego desarrollan estrategias diversas.</p>	

## BIBLIOGRAFÍA:

ALVARO ALCAIDE, J. (1991). "Aprendizaje de la táctica colectiva en las primeras etapas". Conferencia desarrollada durante las Jornadas Técnicas de Base organizadas con motivo del Campeonato de España Junior. Granada.

ANTÓN GARCÍA, J. L. (1989). *Apuntes Aplicación Específica Balonmano*. I.N.E.F. Granada.

ANTÓN GARCÍA, J. L. (1990). « Balonmano. Fundamentos y etapas del aprendizaje». Ed. Gymnos. Madrid.

FEDERACIÓN ESPAÑOLA Y FEDERACIÓN CATALANA DE BALONMANO (1991). "Reglamento de minibalonmano". Ed. F.E.B. Barcelona.

HERNÁNDEZ MORENO, J. (1994). «Análisis de las estructuras del juego deportivo». Ed. INDE, Barcelona.

JIMÉNEZ JIMÉNEZ, F. (1994). "Análisis y tratamiento didáctico de las actividades deportivas de cooperación-oposición". I Congreso Nacional de Facultades de Ciencias de la Educación y XII de E.U. de Magisterio. Ed. Wanceulen. Sevilla.

RUIZ MARTÍNEZ, E. (1995). "El Handbol 5". Sesión desarrollada en el I Clinic para Entrenadores de Base. Organizado por el C.B. Málaga en colaboración con el Instituto Andaluz del Deporte. Málaga.

SEIRUL-LO, F. (1992). "Valores educativos del deporte". *Revista de Educación Física*, nº 44, pag. 3 a 11. Ed. Amorós. Barcelona.