

# LA ENSEÑANZA DE LA TÉCNICA CON JUEGOS

Por **FRANCISCO JAVIER CASTEJON OLIVA** (Entrenador Superior)

Cuando comenzamos a enseñar a jugar a baloncesto, los entrenadores ponemos gran énfasis en que los jugadores adquieran la técnica individual del juego, fundamentalmente la técnica individual del atacante con balón cimentada en cuatro movimientos básicos: pasar, botar, tirar y fintar. Estos cuatro elementos se van combinando a medida que los jugadores los dominan y se entremezclan hasta conseguir cierto nivel de dificultad en la ejecución. Y sobre esos cuatro gestos técnicos se va a basar las posibilidades de enseñanza del baloncesto con juegos.

No obstante, en los niveles iniciales de enseñanza, y con un trabajo sistemático y repetitivo, vamos consiguiendo que nuestros jugadores logren cierto dominio de la técnica individual en las «ruedas» o ejercicios analíticos que utilizamos para la enseñanza, pero cuando llega el momento de utilizar la técnica en el contexto real de juego, muchos de los jugadores que parecen tener un buen dominio de la técnica en aquellos ejercicios analíticos son incapaces de realizarlos en el juego real. Es decir, no nos sirve como entrenadores que nuestros jugadores hagan muy bien las «ruedas», si no saben hacer dichos gestos en los partidos.

La estrategia de enseñanza en estos casos, es intentar que la técnica se aprenda en juegos o actividades de conjunto que tengan una transferencia positiva y aplicación directa a los partidos. Es verdad que en las ruedas se puede valorar de manera más directa el aprendizaje de los jugadores, ya que suelen realizarse de manera aislada, y que al observar la técnica de los jugadores en el trabajo conjunto encontremos mayor dificultad de discernir el grado técnico de los

jugadores. Pero, podemos hacer una valoración más real sobre cómo aplica el jugador sus conocimientos técnicos en el contexto del partido.

Por regla general, la enseñanza en este deporte pasa desde la aplicación técnica de un gesto en forma aislada al juego de conjunto, sin pasos intermedios. En la mayoría de los casos, los jugadores no saben cuándo, cómo y por qué tienen que realizar dicho gesto. Y aunque pueda parecer que en situación analítica el jugador lo domina, en situación compleja no es capaz de hacerlo.

En los siguientes puntos podemos ver cómo puede realizarse una progresión de las actividades para conseguir que los jugadores apliquen lo que han aprendido en situaciones más complejas:

- 1) *Fundamentos básicos del baloncesto.*
- 2) *Juegos de organización sencilla.*
- 3) *Fundamentos complejos del baloncesto.*
- 4) *Juegos de organización compleja.*
- 5) *Partidos.*

En primer lugar, necesitamos que los jugadores tengan unos conocimientos básicos del deporte, que en la mayoría de los casos se han obtenido en sus clases de Educación Física. Estos conocimientos básicos les permiten que puedan realizar actividades sencillas, como botar y pasar el balón aceptablemente, aunque no con posibilidades de una aplicación a los partidos. En caso de que los alumnos no posean estas habilidades, será trabajo del entrenador ir enseñando movimientos básicos con el balón, dominio del balón, bote, pase y tiro.

En segundo lugar nos encontra-

mos con los juegos de baja organización. Tenemos que intentar que las habilidades que ya han adquirido las puedan poner en práctica en juegos sencillos, de manera que los jugadores vean que los gestos técnicos de bote y pase tienen una aplicación real. Además, el entrenador irá introduciendo mayores niveles de dificultad para conseguir que los jugadores mejoren su técnica individual.

En tercer lugar, y a medida que los jugadores dominan los gestos técnicos más básicos, es conveniente que se enseñen nuevos movimientos, que pueden ser realizados en «ruedas» u otros ejercicios. Cuando los jugadores demuestran cierto dominio, es conveniente pasar al punto cuatro.

En esta nueva situación, los juegos y ejercicios que se propongan son de un mayor nivel de dificultad, donde los jugadores deben poner en práctica la técnica aprendida anteriormente. Es conveniente que se introduzcan juegos en los que todavía hay cierta limitación colectiva, con reglas sencillas, pero que los jugadores pueden comprender fácilmente y que puedan aplicar los gestos técnicos aprendidos.

En el último lugar está la situación real de juego. Aquí el jugador ha seguido una serie de pasos lógicos en su aprendizaje, desde movimientos sencillos hasta los más complejos, pero ha ido poniendo en práctica lo que ha aprendido, de modo que cuando se encuentre en el partido, podría observar cómo la situación real del juego es semejante, si no igual, a los juegos y actividades que ha realizado anteriormente.

Veamos a continuación algunos ejemplos de juegos que nos pueden servir para el aprendizaje de los ges-

tos técnicos del atacante con balón en contextos más reales del juego que tendrán transferencia positiva para los partidos.

Los juegos de aplicación que se presentan, enfocados al bote y al pase, pueden ser utilizados en cualquier nivel de aprendizaje de los jugadores, siendo el entrenador el que va incrementando los niveles de dificultad pero siempre con el interés puesto en que tengan una transferencia positiva para la aplicación de la técnica individual en el juego de conjunto.

**Juego nº 1.-** Para mejorar el bote con oposición: *evitar ser tocado*. Los jugadores se sitúan en dos grupos. Un jugador sale de un extremo del campo e intenta meter canasta. Otro jugador del otro grupo sale del otro extremo del campo para intentar tocarle, en caso de que lo consiga el jugador que va a meter canasta queda eliminado. Los jugadores intercambian las posiciones. Ambos jugadores van botando la pelota.

Podemos ir introduciendo variantes, como que el jugador que va a tocar al oponente sólo pueda botar con la mano no preferente. También que el jugador que mete canasta sólo pueda utilizar un tipo de cambio de dirección, etc.

**Juego nº 2.-** Para mejorar el bote en un espacio más restringido: *evitar que te quiten la pelota*. Todos los jugadores en un área determinada intentan quitarse el balón sin dejar de botar.

**Juego nº 3.-** Mejorar el bote de velocidad y los cambios de ritmo con balón: *cruzar el campo*. Todo el grupo, excepto un jugador, se coloca en un extremo del campo. El jugador libre se sitúa dentro del campo. El grupo intenta cruzar el campo a lo largo botando la pelota. El jugador libre, que también bota, intenta tocar el máximo número de jugadores que cruzan. Los jugadores tocados se convierten en ayudantes del que se encontraba dentro del campo. El juego continúa hasta que todos quedan en el interior.

**Juego nº 4.-** Mejorar el bote de velocidad y protección: *tula con bote*. Todos los jugadores botan su balón, un jugador es el encargado de perseguir al resto e intenta tocar uno de los balones de cualquier otro jugador. El jugador que ha sido tocado persigue ahora a otro jugador.

En estos juegos de aplicación, los jugadores están utilizando la técnica individual pero atendiendo a la actuación del oponente. Podríamos seguir planteando otros juegos, muchos de ellos juegos populares (cortahilos, el pañuelo, etc.), que se pueden aplicar para el aprendizaje del bote.

Pasaremos a utilizar otros juegos que pueden ser utilizados para la mejora del pase y del juego de conjunto.

En los ejemplos que ponemos a continuación, el pase es el elemento principal, pero no tiene que ser exclusivo como fundamento técnico de ataque; otros gestos técnicos, como el bote y el tiro pueden ser utilizados; todo dependerá del nivel que tengan los jugadores.

**Juego nº 1.-** Para mejorar la técnica de los pases en situación real de juego: *el juego de los diez pases*. Los jugadores se dividen en dos grupos. Uno de los grupos intenta conseguir dar diez pases sin que los contrarios intercepten en balón, o el grupo pierda el balón si sale del campo. El grupo que consigue diez pases sin perderlo, se anota un punto. Cada vez que cambia el balón de posesión, comienzan un nuevo conteo.

Podemos introducir algunas variantes para incrementar o disminuir la dificultad. Por ejemplo, el jugador que tiene el balón no puede botar, pero sí puede pivotar para proteger el balón. También podemos utilizar una polarización de la técnica si exigimos que se de un tipo de pase en exclusiva (con una mano, picados, etc.).

A medida que los jugadores presentan una mejor ejecución, podemos introducir el tiro a canasta, en cuyo caso le podemos dar una mayor puntuación que al pase. En este

juego podemos introducir reglas del baloncesto, como el campo atrás, zonas, etc.

**Juego nº 2.-** Para mejorar la rapidez en el pase: *perseguir al contrario*. Un jugador intenta no ser tocado con el balón por el resto de los compañeros que se lo van pasando. El jugador que tiene la posesión del balón no puede botar, aunque sí pivotar. No se puede lanzar el balón al jugador perseguido, sino que hay que tener el balón en las manos en el momento de contactar. Como en el caso anterior, podemos tratar de trabajar determinados pases, si así se lo exigimos a los jugadores, simplemente cambiando los tipos de pases durante el juego.

Este mismo juego puede realizarse a la inversa, es decir, que haya dos jugadores que pueden pasarse la pelota y el resto está libre. Los jugadores que tienen la pelota intentan tocar a un jugador libre, siempre que el balón esté en contacto con las manos. El jugador que es tocado pasa a colaborar con la pareja inicial que se pasaba el balón. A medida que van tocando con el balón a otros jugadores, estos se convierten en aliados de los jugadores que se pasan la pelota.

Podemos observar, como estos juegos, que no tienen ninguna dificultad en cuanto a reglas, pueden ser utilizados para el aprendizaje de la técnica individual y además ser aplicados en situaciones que se asemejan al juego del conjunto, que es el lugar donde van a tener una necesidad real.

El objetivo de estas actividades lúdicas aplicadas a circunstancias similares al juego de conjunto es que los jugadores pasen del trabajo de técnica individual analítico, a una aplicación práctica de dicha técnica individual, sin necesidad de que se produzca en un partido.

Cuando los jugadores dominan estas actividades, la transferencia a la situación real del juego será más positiva y no habrá lapsus en los aprendizajes de los jugadores. □