

PROPUESTA DE EDUCACIÓN Y ENSEÑANZA CONCEPTUAL DEL MINIBASKET

Adrián Silla Merchán

- 1. EDUCACIÓN Y PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE**
- 2. LA POSIBLE ACTUALIDAD DEL MINIBASKET**
- 3. PROCESO DE FORMACIÓN DEL JUGADOR**
- 4. ENSEÑANZA DEL CONTENIDO**
- 5. EJEMPLO DE PRÁCTICAS**

1. EDUCACIÓN Y PROCESO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE:

La práctica deportiva durante la etapa escolar tiene unas características diferentes a la realizada por los adultos (Reverter, Mayolas, Adell y Plaza, 2009). Esta idea, podríamos aplicarla directamente a nuestro deporte. Sin lugar a duda, las necesidades, las características individuales y de grupo y el desarrollo psicoevolutivo y motriz implicará diferencias en los objetivos y la forma en la que se lleva a cabo el proceso de enseñanza-aprendizaje del baloncesto en categoría minibasket.

La importancia de la educación deportiva será clave y guiará el proceso de enseñanza-aprendizaje que seguimos durante la temporada.

El modelo de enseñanza-aprendizaje que utilicemos deberá estar estructurado en base a las necesidades de nuestro grupo y, por tanto, definir y conocer a tu equipo será clave. A partir de aquí, la selección de modelo de enseñanza será necesario para construir sobre una base sólida.

El proceso de aprendizaje y construcción de tareas a partir del modelo de trabajo (sistémico o global) nos obligará a adaptarnos constantemente a la progresión de cada jugador, teniendo muy presente la diversidad de contextos y ambientes de aprendizaje.

Impulsar la autonomía será imprescindible, ya que las necesidades de cada individuo son diferentes. El error deberá formar parte del proceso y debemos entenderlo así.

La asimilación de los principales patrones motores en el juego y en la acción del 1x1 por excelencia en esta categoría, sumado al control emocional, la intensidad, la competición y el ritmo de trabajo son esenciales e influirán en la construcción del juego a desarrollar con el grupo.

2. LA POSIBLE ACTUALIDAD DEL MINIBASKET

Nos gustaría empezar por la expresión “posible actualidad” y es que la tendencia del minibasket evoluciona constantemente, y esto es maravilloso. Cada vez, el juego rápido basado en contraataques, transiciones rapidísimas, el 1x1 y el rebote tienen un impacto capital en el día a día.

No obstante, cada vez hay equipos más físicos, con mayor comprensión del juego y con una toma de decisión más pulida. Y es que está parece estar siendo la nueva tendencia, y personalmente, me alegro de que así sea.

Hablar de aspectos ofensivos sería quedarse en la superficie de la realidad del minibasket hoy en día y es que el ataque está teniendo mucha importancia, pero la defensa cada vez está más estructurada, es más “agresiva” (en términos de intensidad y actividad), aunque muy lejos de la importancia que le damos al ataque. Además, recuerdo una de la frase que siempre nos comenta el director deportivo: “para meter primero hay que defender”.

La construcción de la defensa ha sido la clave para organizar el sistema de juego de la selección. Concienciar al niño de estos detalles, no ha sido tarea sencilla, quizá debamos empezar a formar también en estos detalles imprescindibles en esta evolución del baloncesto.

3. PROCESO DE FORMACIÓN DEL JUGADOR

Los aspectos que influyen en el proceso de formación de un jugador o jugadora la metodología utilizada será clave en cómo estructuramos y ordenamos el aprendizaje.

A través de esta pequeña intervención y, teniendo muy presente que existen tantos posibles buenos métodos como estilos de enseñanza existen, me gustaría que cuando leas este artículo pienses en qué puede aportar a tu forma de comprender el deporte. Es posible que compartamos ideas, planteamientos y formas de estructurar los contenidos, o puede que no. No te preocupes, el objetivo de la formación es aprender a identificar qué puedo adaptar, cambiar o mejorar, e incluso, qué es aquello que no comparto y con lo que no me siento cómodo.

El entrenamiento en minibasket es creatividad, error, iniciación, ilusión, pasión, juego, motivación, autoestima, falta de atención y desarrollo psicomotor, es hormonal, divertido y social. Probablemente muchas cosas más, he aquí la clave sobre la que empezar a construir el deporte y el entrenamiento de los contenidos.

Gran cantidad de autores entre ellos Ortega et al., (2012) y Ortega et al., (2015) aportarán ejemplos directos de aplicación del uso de una metodología basada en la comprensión del deporte del baloncesto. Si atendemos a la literatura, las principales características de la metodología comprensiva o de indagación frente a planteamientos más analíticos o dirigidos, encontramos que en la primera:

- El aprendizaje es significativo ya que se estructura a partir del propio contexto del deporte
- La estructura del aprendizaje promoverá la autonomía en los deportistas
- Forman parte de su propio aprendizaje, ya que se generan espacios de reflexión y decisión
- El contexto se asocia a situaciones reales de juego donde la toma de decisión es prioritaria en el desarrollo del jugador/a
- Las características de este tipo de metodología y la idiosincrasia del minibasket, sin duda, deben condicionar el proceso de enseñanza-aprendizaje y, por tanto, nuestra forma de comprender y plantear la enseñanza de los contenidos.

Ser capaces de construir el aprendizaje es una tarea que requiere de ensayo-error, no sólo del jugador, sino también de los cuerpos técnicos. Y es que es imprescindible que todas las partes vayan en una misma dirección, y es aquí, donde nuestra capacidad como entrenadores de acercar tus inquietudes a la dirección técnica de tu club o de tu colegio es necesaria, ya que su experiencia, tus vivencias en pista y la auto-evaluación y reflexión serán claves en nuestro aprendizaje: *“no te limites a construir sobre lo que ya sabes, el horizonte es mucho más amplio”*.

4. ENSEÑANZA DEL CONTENIDO

Debemos ser conscientes de las principales dificultades que vamos a encontrarnos, entre ellas, tener muy presente que este tipo de metodología requiere de un nivel de comprensión y de desarrollo orientado no sólo al contenido, sino también al contexto y, por tanto, los tiempos de asimilación de los gestos táctico-técnicos requerirán de mayor tiempo para su asimilación.

Por ello, antes de iniciar el trabajo de cualquier patrón motor encadenado, debemos:

- Seleccionar el contenido que queremos trabajar
- Analizar las situaciones en el juego en las que se da ese contenido para extraer los diferentes patrones motores asociados y las situaciones de juego en las que se suele utilizar y cómo ese contenido (todo esto en la propia categoría de minibasket o infantil)
- Extraer las principales situaciones de juego y diseñar una progresión táctico-técnica del contenido
- Definir los gestos técnicos que queremos mejorar y cómo los vamos a integrar en las situaciones de juego seleccionadas en relación al contenido táctico-técnico
- Elaborar las tareas definiendo las progresiones a partir de variantes que incluyan variedad de estímulos asociados al análisis de las situaciones táctico-técnicas seleccionadas con anterioridad
- Diseñar escenarios de desarrollo de autonomía donde puedan crear e innovar sobre el propio gesto táctico-técnico

En todo el proceso, el entrenador/a se convertirá en un guía del aprendizaje. Por tanto, nuestra propuesta iría encaminada hacia el diseño de espacios de desarrollo de la toma de decisión.

Consideramos que es necesario destacar que el proceso de percepción-decisión-ejecución se quedaría incompleto y apostaríamos por incluir también creatividad e innovación. En todo el planteamiento y en el diseño de tareas, atenderemos a la necesidad de que los jugadores/as dispongan de espacios donde poder crear e innovar en relación al contenido que estamos entrenando.

No debiéramos olvidar que, para generar estos contextos, la modificación de los elementos estructurales del deporte serán clave. El espacio, el tiempo, la canasta, la puntuación, la norma, los compañeros, los adversarios, el tamaño del balón y como no, la adaptación del reglamento, ayudarán en la progresión, creatividad e innovación respecto el contenido que estamos trabajando.

Por último, destacar que este tipo de metodología inductiva no implica que el gesto técnico no se trabaje, sino que se incorpora en la propia acción táctico-técnica y es el entrenador/a el que debe, durante la ejecución, apostillar los principales aspectos del gesto técnico, ayudando así al deportista a interiorizar y aplicar al mismo tiempo el detalle que le ayude a mejorar ese patrón motor que le ayude a resolver la situación de juego planteada sin descubrirle las soluciones.

A continuación, se plantean algunas tareas para el trabajo perceptivo como base sobre la que construir la innovación y creatividad a través de una metodología global.

5. EJEMPLO TAREAS: ESTÍMULOS PERCEPTIVOS

Los contenidos que se van a trabajar son:

BOTE: identificar y mejorar el uso del bote con una u otra mano en función de la situación táctico-técnica que se plantee a partir de la ubicación, cambio y orientación de los defensores.

ENTRADAS Y FINALIZACIONES: distinguir el ciclo correcto de pasos para realizar la entrada en función de los espacios, tiempos y ubicación del resto de jugadores (atacantes y defensores)

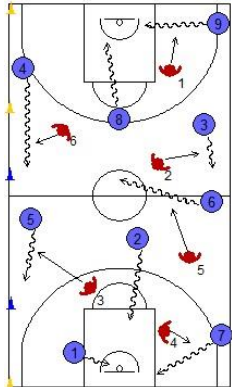
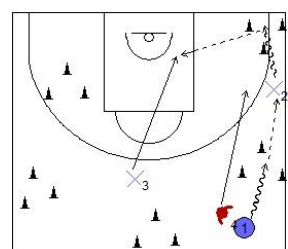
DESCRIPCIÓN	CONTENIDOS
 <p>Juego de pillar en todo el campo. Habrá que robar el balón para cambiar de rol. Defensores con cono identificativo. En el lateral de la pista conos azules y amarillos. En el espacio entre conos amarillos se tiene que botar con la mano derecha, espacio de conos azules con la izquierda, (fase perceptiva guiada) entre un cono amarillo y uno azul podrán botar con ambas manos. Iremos cambiando la distancia y posición de los conos. Todos con balón (diferentes tipos de balón) y 6 defensores.</p> <p>VARIANTE: 1. los más habilidosos tendrán un máximo de botes dentro de cada espacio o, por ejemplo, entre los conos azules se botará con una mano (la que identifiquemos que puede ser mejor para su progresión) y entre los demás como quieran.</p>	<p>Táctico-técnicos: BOTE: Mejorar en el bote con ambas manos estando pendientes de la situación del defensor y de los conos, provocando que no miren el balón al botar.</p> <p>Estímulos perceptivos:</p> <ol style="list-style-type: none"> Defensores con cono en mano. Zona de colores asociados a un uso de mano concreto (se define la mano de uso, no la selección de recursos). En variante, se adapta a sus necesidades, se otorga mayor libertad para resolver el problema y se liberan y condicionan únicamente algunos espacios para fomentar mayor libertad de movimiento y de decisión.
 <p>En grupos de 4 trabajando en medio campo. Haremos triángulos de conos. 3 atacantes y 1 defensor. Para poder anotar tendrán que ocupar 6 espacios antes. Hay que entrar al espacio con bote y una vez dentro tendrán que pasar a un compañero.</p> <p>VARIANTES:</p> <ol style="list-style-type: none"> Cada participante tendrán que entrar al espacio cada vez botando con una mano. Los jugadores entraran al espacio con la mano contraria que entró el último compañero. 	<p>Táctico-técnicos: BOTE: Mejorar en el bote con ambas manos identificando las diferentes situaciones de juego, además fomentaremos la toma de decisión a partir de la percepción de espacios, compañeros y defensores.</p> <p>Estímulos perceptivos:</p> <ol style="list-style-type: none"> Espacios (que iremos alternando y modificando con el objetivo de aumentar la variabilidad espacial y perceptiva). Defensores (ya que irán cambiando según consigan robar el balón). Identificación de comportamiento de compañeros al entrar en el espacio con una u otra mano para identificar los patrones perceptivos (sensaciones) asociados a su futuro comportamiento en ese espacio.

Figura 1. Propuesta de dos tareas para el desarrollo del bote y las finalizaciones orientado hacia la identificación de estímulos perceptivos.