

¿Por qué en el minibasket es mejor la defensa individual?

Por Maurizio Mondoni

Comité Internacional de Minibasket

El niño, jugando, nunca se defiende, siempre ataca, por lo cual aprende a defender en el mismo ataque. Por ejemplo, cuando está atacando y con posesión del balón, se mueve con el cuerpo, con las piernas, con el tronco, con los brazos, con las manos (en el espacio y en el tiempo) para protegerlo (bote protegido, giros botando, etc.) porque el defensor del otro equipo quiere recuperarlo.

Por ello, es importante enseñar, a nivel de minibasket (8 a 11 años), que la defensa nace del ataque, y los conceptos principales a transmitir a los niños de estas edades son:

- Si estás en posesión del balón, intenta que no te lo quiten.
- Si te lo quitan, intenta recuperarlo.
- Si no lo consigues, impide que tu rival haga canasta fácilmente.
- Si defiendes sobre un jugador sin balón, intenta que no reciba con facilidad.

En una progresión técnico-didáctica de enseñanza de la defensa en el minibasket (a partir de los 8-9 años), se parte del concepto de defensa del balón (protección del balón) para pasar por la defensa libre (como se quiera), llegar a la defensa frontal (estar delante del atacante, tanto si tiene el balón como no, y atacarlo para ponerle en dificultad), para llegar a la defensa delante del balón y a la defensa de anticipación sobre el jugador que no está en posesión del balón (10-11 años).

La estrategia de la defensa

La estrategia defensiva (o sea, la táctica) de un niño es " el conjunto de

las acciones motrices que puede utilizar mientras juega, cuando no está en posesión del balón". El niño "quiere" entrar en posesión del balón; es difícil que defienda sobre quien no tiene el balón; más fácil es que vaya a doblar sobre el que lleva el balón.

Las fases de la estrategia defensiva son tres:

- Percepción y análisis de la situación.
- Solución mental del problema.
- Solución motriz del problema.

La acción estratégica representa, desde el punto de vista cibernético, un sistema que no escoge solamente el mejor objetivo entre varios posibles, sino que también es capaz de auto perfeccionarse en el mismo tiempo en que resuelve el problema que se le presenta.

Según el lenguaje corriente del baloncesto, y obviamente del minibasket, la defensa inicia con la pérdida de la posesión del balón:

- Por haber anotado.
- Por cometer una infracción, violación o falta.
- Después de tirar a canasta y no coger el rebote.
- Porque el rival ha recuperado el balón.

En un sentido más amplio, la defensa es una acción que perdura constantemente porque el niño no debe defender, sino atacar quien posee el balón para ponerle en dificultad y para recuperar, si es posible, el mismo balón.

Los principios fundamentales de la defensa en minibasket son:

- 1) Intentar recuperar el balón.
- 2) Evitar que el rival avance con facilidad hacia nuestra canasta.

3) Proteger la canasta y las zonas más cercanas de tiro.

En baloncesto, en relación a los objetivos que queremos conseguir, el sistema defensivo puede construirse con distintos tipos de defensa:

a) Defensa individual: cada jugador "marca" a su propio rival, tanto si tiene como si no tiene el balón.

b) Defensa en zona: cuando tiene como punto de referencia el balón y todos los jugadores se mueven en función de la circulación del mismo, sin perder de vista el balón y quien no está en posesión del mismo.

c) Defensa mixta.

En los dos primeros casos, los principios fundamentales enunciados anteriormente son válidos; de todas formas, defendiendo bien en individual, luego es más fácil mejorar la defensa en zona.

Es mejor la individual

Según nuestro criterio, la mejor defensa para enseñar a nivel de minibasket es la individual, sin olvidar, durante los entrenamientos, la enseñanza de juegos en las distintas situaciones espaciales, los ejercicios con inferioridad o superioridad numérica, etc., porque:

1) Defender "individual" sobre el adversario es un "desafío personal" (no hay que perderlo de vista, siempre debemos saber donde está).

2) Defender "individual" significa impedir o paralizar las iniciativas del ataque rival:

- intentando robarle el balón si no lo protege
- intentando interceptar el balón en un pase
- intentando que el atacante vaya

donde queremos nosotros

- intentando que no pase o reciba con facilidad el balón
- intentando que no tire a canasta con facilidad.

Es importante que el marcaje sea activo en el sentido que el defensor no debe ir a remolque de las iniciativas del atacante. No confundamos la actividad con la agresividad mal entendida.

El espacio

Los niños que juegan a minibasket se mueven en un espacio delimitado por líneas (28 x 15 mts., como máximo, pero generalmente en canchas más pequeñas), con o sin balón, atacan, defienden, botan, pasan, tiran, se desmarcan y marcan.

En un principio, el objetivo del Instructor es educar al dominio del espacio a través de tres etapas fundamentales:

1) perfeccionamiento de la precisión espacial del movimiento. En esta etapa no tiene gran importancia la velocidad de ejecución del movimiento; el objetivo principal es la elemental solución del cumplimiento motorio en el espacio (relación topológica).

2) Perfeccionamiento de la percepción espacial a través de movimientos de coordinación que se pueden realizar en tiempos cortos.

3) Perfeccionamiento de la capacidad de ejecutar movimientos precisos en el espacio (evaluación de las direcciones, de las distancias, etc.).

El niño percibe el espacio (la orientación del propio cuerpo en el espacio) a través de los órganos sensitivos que transmiten al sistema nervioso central, bajo forma de estímulos, los impulsos que le llegan del mundo exterior y del propio cuerpo. La representación de "algo" se forma con la creación de estructuras menta-

les permanentes en el sistema nervioso central.

En los primeros años de vida, el niño no puede llegar a alcanzar una exacta representación de si mismo en el espacio. La representación mental de un movimiento consiente,



lamente de la actividad perceptiva y de la experiencia.

mente de la actividad perceptiva y de la experiencia.

En minibasket muchos veces nos encontramos con términos como triángulo, rectángulo, círculo, área, volumen que hacen referencia al espacio.

Los primeros contactos especiales que domina el niño son de naturaleza topológica y dependen de los conceptos de acercarse, separarse, orden, continuidad, incluirse.

El desarrollo del conocimiento de la organización espacial evoluciona en el individuo a través de la imagen mental dictada por la experiencia.

El espacio euclideo presupone el conocimiento por parte del niño de los conceptos derecha/izquierda, delante/detrás; y gracias a la construcción de esta red, los movimientos y las figuras pueden ser orientadas en el espacio.

El espacio proyectivo no es otro que la coordinación de los objetos relacionados a puntos de vista distintos. El niño puede, entonces, orga-

nizar su "espacio proyectivo"; en la práctica, logra colocar los objetos según sistemas coordinados.

Conceptos de la defensa individual

Teniendo en cuenta todo lo comentado, podemos llegar a pensar que un niño que juega a minibasket y que no ataca, no encontrará muchas dificultades para defender "individualmente" el propio rival en posesión del balón, porque éste es su único objetivo: ¡ entrar en posesión del balón!.

Si debe "marcar" quien está en posesión del balón, no debe intentar solamente quitarle el balón (a menos que no le bote delante), sino que debe intentar que no vaya con facilidad hacia canasta (estar enfrentado al principio y después delante del

balón y a distancias diferentes, según la posición de la propia canasta, porque si está demasiado cerca puede ser superado con más facilidad).

Si debe "marcar" quien no tiene el balón, al principio debe situarse por delante (a diversas distancias), aunque le interese mucho el balón y tiene la tentación o la tendencia a ir a realizar un 2c1 al balón, y después ajustar su defensa intentado "anticiparlo". Pero también debe intentar interceptar el balón si llega un pase (capacidad de anticipación y de elección del momento), calculando lo mejor posible la distancia del pase, la velocidad de llegada del balón y su propia rapidez de desplazamiento (con el cuerpo, con los brazos, con las manos).

Por ello, individual cerca del atacante con balón y anticipando sobre el jugador sin balón.

Quedando establecido el concepto de que hay que estar cerca del atacante con balón, el defensor se puede alejar de quien no lo tiene ocupando un espacio adecuado en relación al jugador con balón (mantenerse en la punta de un triángulo imaginario que se forma entre jugador que defendemos y jugador con balón) e intentar interceptar el balón en un eventual pase.

Un niño que defiende a un atacante sin balón debe intentar resolver tres dudas fundamentales que se le ofrecen durante el juego: ¿Dónde?... ¿Cuándo?... ¿Por qué?... interceptar el balón.

1) ¿Dónde interceptarlo?. En el espacio libre, o sea en la posible trayectoria del balón entre quien lo posee y quien lo puede recibir.

2) ¿Cuándo interceptarlo?. En los momentos justos y más adecuados.

3) ¿Cómo interceptarlo?. Posiblemente, en equilibrio y de forma coordinada.

Para realizar todo esto el niño debe conocer los movimientos que puede realizar con el propio cuerpo en el espacio (mucho espacio, poco espacio, espacio restringido) y en el

tiempo (antes/después/contemporáneamente).

Consejos

Muchos instructores consideran que es mejor enseñar la defensa en zona en minibasket (todos encerrados dentro del área) porque:

- se evitan excesivos reagrupamientos de jugadores alrededor del balón.
- Se desarrolla una mejor y mayor visión del juego.
- Cada niño adquiere una mayor responsabilidad del propio espacio operativo.
- Se acostumbra a los niños a moverse teniendo como referencia el balón y los atacantes sin balón.
- Se ganan más partidos.
- Los atacantes no pueden penetrar botando con facilidad y dado que no se tira mucho de fuera, es una defensa muy "productiva".

Todo esto podría parecer correcto, porque produce resultados y victorias en poco tiempo, pero es contraproducente porque:

1) el niño que no tiene la posesión del balón quiere conseguirlo, y por ello tiene tendencia a desplazarse hacia el poseedor del balón e intentar arrebatarlo. Hacerle defender a zona significa ir contra este principio.

2) El niño, con 7-8-9 años, todavía no tiene la capacidad de "ver" jugador y balón porque su función visual mejora con el paso del tiempo y en este periodo de edad tiene tendencia a mirar al jugador o al balón; lo mismo vale para el desarrollo y el entendimiento del concepto de lateralidad (derecha/izquierda).

3) El niño debe percibir y orientar su propio cuerpo en el espacio y en el tiempo, pero al comienzo de su actividad deportiva es mejor que perciba su propio cuerpo en poco espacio y con un único adversario a defender.

4) Es muy importante trabajar, durante las clases de minibasket, en las distintas zonas del campo, con ejercicios/juegos de educación y orientación del propio cuerpo en el espacio (topológico, euclideo, proyec-

tivo); es divertido e interesante ofrecer ejercicios (juegos de ventaja y desventaja numérica), pero también es importante ofrecer juegos con situaciones reales (1c1, 2c2, etc.), en las que cada niño es responsable del propio rival (tanto si tiene como si no tiene el balón).

5) La defensa en zona ya no es la defensa estática de hace unos años, sino que ha añadido todos los conceptos de defensa individual moderna (con gran agresividad sobre el balón y fuerte anticipación lejos del balón).

6) Al principio se pueden ganar pocos partidos, pero luego el trabajo, si bien realizado, se verá recompensado.

Conclusiones

Para defender bien en zona antes hay que aprender a defender bien en individual. Hay un refrán que dice que "iniciando bien, lo otro viene en consecuencia", ¡aplicarlo!

Considero que en la naturaleza cada cosa tiene su periodo de gestación, y así el niño debe pasar, en su proceso educativo, a través de algunas fases de formación (educación de las capacidades senso-perceptivas, de los esquemas motores y posturales, de las capacidades motorias, enseñanza de los fundamentos bajo la forma de juegos, propuestas de situaciones de ataque y de defensa individual 1c1, 2c2, 3c3, a todo campo, a medio campo, etc.) hasta alcanzar, con el tiempo, la madurez (desarrollo de las capacidades motrices, perfeccionamiento de los fundamentos de juego individuales colectivos de ataque y de defensa, defensa individual, a zona, mixta).

Todo está programado en un orden natural, sin prisas, porque la naturaleza no suele realizar grandes saltos.

Solamente nosotros los instructores, porque somos seres humanos, somos impacientes, tenemos prisa para conseguir resultados y... con la defensa en zona en minibasket los resultados se consiguen enseguida.

¿Y después? □