



EL MAMBOL UNA ALTERNATIVA A LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN EL AULA

José Antonio Muñoz Serradilla
CEIP Rodríguez Galván

JUSTIFICACIÓN

Desde hace ya unos años, nos podemos remontar a los últimos de la década de los 90, vengo intentando aplicar un nuevo concepto de juego (adaptado quizás a los requerimientos de los juegos y deportes alternativos) en las clases de Educación Física, partiendo de destrezas-habilidades y conceptos motorices ya preestablecidos en deportes o predeportes escolares como el balonmano, baloncesto (minibasket) o el voleibol.

¿Por qué? La idea, sus orígenes, un tanto inciertos para el futuro desarrollo de la actividad surge por la inmensa dificultad de interiorizar los aspectos básicos en habilidades locomotrices y de proyección/recepción tan comunes como lo son: el bote, el salto, la coordinación óculo-pédica y manual, los lanzamientos y recepciones entre otras cosas.

Cuando a partir del segundo trimestre de curso me planteaba en la programación llevar a cabo los juegos y predeportes citados anteriormente, los alumnos acababan demostrando un cierto “tedio”, si bien no todos, por susodichas actividades. Además confundían conceptos básicos como los “pasos”, el “bote...”, y sus diferentes aplicaciones según a la actividad a la que fuera dirigida y en relación al momento de ejecución, desarrollo o terminación del proceso.

Por otro lado, la reglamentación se me antojaba demasiado compleja y el nivel de incertidumbre cada vez se hacía más notorio. Por mi parte intentar explicar en poco más de tres meses actividades tan parecidas en el fondo pero a su vez tan dispares en la forma (incluimos aquí los tan “de moda” ya en esos momentos, deportes alternativos), era tarea ardua y en el mejor de los casos excesivamente cansina.

¿Cómo surge el planteamiento? Leyendo un pequeño artículo de geografía descriptiva (no viene al caso...) que cayó en mis manos titulado “¿Cómo partiendo de lo local podemos comprender los procesos globales?”, intenté extrapolar el concepto y llevarlo a la práctica en nuestra asignatura. Tomé la decisión de abreviar al máximo los contenidos de todos los predeportes “en conflicto” y unificarlos en la futura actividad: EL MAMBOL.

Aquellas destrezas que conllevan un aprendizaje encaminado al entrenamiento o aprendizaje deportivo “fásico” (en distintas fases), en los que se ejecutan acciones, movimientos etc., más complejos, las intentamos aislar evitando de esta manera diferentes grados de desarrollo/ejecución entre los discentes. A modo de ejemplo: si partimos de un lanzamiento a cualquier parte del tablero de minibasket evitando

tener que encestar la pelota en el aro; además de simplificar cualitativamente la tarea (es más fácil evidentemente), aumentaremos las posibilidades de acierto en un mayor porcentaje de alumnos que antes, o bien por falta de destrezas específicas, por no tener la fuerza necesaria o simplemente por temor a errar ya que dicha práctica le supone un sobreesfuerzo emocional (todos recordamos alguna risa pueril, mal empleada, para hacer burlas del compañero más indefenso), no lo hubieran hecho. ¿Cuántas veces hemos oído en nuestras clases: “Profe, no me pasan”, “yo no soy un buen tirador”...?

Tras ir sistematizando, a la vez que relativizando la complejidad de las premisas del juego: bote, lanzamiento, pasos, aspectos defensivos, rapidez de ejecución, etc., la consecución del objetivo fundamental se va afianzando, por lo que las bases del trabajo (juegos y deportes tradicionales) posterior se ven altamente beneficiadas.

A PROPÓSITO DEL NOMBRE

Fueron los propios alumnos desde un primer momento los que bautizaron el mismo con la denominación de MANBOL. Las siglas indican algo así como: “bola de mano” o “mano-bola”. Buena elección de no haber sido por un par de pequeños detalles. El primero de ellos fue que algunos alumnos insistían en el aspecto ortográfico de la palabra conformada por las siglas, ¿cómo íbamos a poner una “n” delante de “b”, en lugar de “m”?, y en segundo lugar, ya existía una especie de deporte de origen brasileño, actualmente con página Web (<http://www.manbol.com.br>), que tenía la misma denominación que nosotros le intentábamos dar. Por todo ello, atendiendo a los que confiaban en que la ortografía castellana debería primar, lo denominamos definitivamente MAMBOL y cuya transcripción oficial es: “Bola de Mano”. De esta manera, y de tener éxito la experiencia, en un futuro podríamos utilizar el nombre como copyright.

OBJETIVOS

1. Psicológicos: Vencer el miedo al fracaso y liberar las tensiones que supone no ser lo suficientemente diestro (hábil).
2. Físicos: Ser capaces de desarrollar habilidades motrices específicas partiendo de premisas sencillas, teniendo en cuenta el trabajo colectivo (de equipo) como eje fundamental de desarrollo.

BLOQUE DE CONTENIDOS

1. El movimiento

COMPETENCIAS BÁSICAS A LAS QUE HACEMOS REFERENCIA

1. Competencia para aprender a aprender, que supone disponer de habilidades para iniciarse en el aprendizaje y ser capaz de continuar aprendiendo de manera cada vez más eficaz y autónoma de acuerdo a los propios objetivos y necesidades.
2. Competencia de autonomía e iniciativa personal. Esta competencia se refiere, por una parte, a la adquisición de la conciencia y aplicación de un conjunto de valores y actitudes personales interrelacionadas, como la responsabilidad, la perseverancia, el conocimiento de sí mismo y la autoestima, la creatividad, la autocrítica, el control emocional, la capacidad de elegir, de calcular riesgos y de afrontar los problemas, así como la capacidad de demorar la necesidad de satisfacción inmediata, de aprender de los errores y de asumir riesgos.

RESULTADOS

1. Cierta autonomía en el desarrollo del trabajo y su puesta en práctica.
2. Mayor interés por la práctica deportiva colectiva.
3. Se incrementa el dominio de destrezas específicas y de coordinación dinámico-segmentaria.
4. Mayor desinhibición individual, al no tener sensación de fracaso.
5. No hay desvinculación grupal. Es necesaria la participación activa de todo el equipo en la práctica deportiva. Se maximiza la sensación de “colectivo”.
6. Aprendizaje previo y sistemático de conceptos relativos a otras disciplinas deportivas (baloncesto, balonmano, ultimate).
7. Refuerzo de estímulos positivos debido a una mayor cohesión del grupo.
8. Autocontrol en el desarrollo del juego, ya que no existe la figura del juez (árbitro). Los mismos jugadores son los que se sancionan llegado el caso.
9. No hay discriminación por sexo (todos parten de un mismo nivel de ejecución).

TEMPORALIDAD

El desarrollo del juego se divide en 3 periodos de 10 minutos cada uno de ellos, con un descanso entre los mismos de 2 minutos. Al finalizar cada periodo los equipos deben cambiar de terreno.

RECURSOS MATERIALES

1. Pelota de Foam de alta densidad mediana.
2. Petos identificativos para uno de los dos equipos.
3. Cronómetro.
4. Cancha de minibasket o similar, dividida en dos campos.
5. Tablero de minibasket, mucho mejor si no hay aro en el mismo.

NÚMERO DE JUGADORES

El número ideal, después de probar con varios modelos, es el de 6 jugadores por equipo. Las dimensiones de la cancha son importantes para determinar este aspecto.

Es interesante formar tres grupos en cada clase, de esta forma garantizaremos una mayor competencia (competitividad) entre los equipos participantes.

REGLAMENTACIÓN

Partiendo de la base de que no existe la figura del juez, el árbitro de la contienda, los alumnos tendrán que cumplir con las siguientes premisas:

Saque Inicial:

Ambos equipos se situarán debajo de su línea de fondo correspondiente, debajo del tablero al que defenderán. La pelota estará situada en el centro del terreno de juego a “ras” de suelo. A la señal del capitán del equipo que por sorteo no ha podido elegir campo, los contendientes de uno y otro equipo, saldrán en busca del esférico para realizar el primer ataque. El resto de los saques del segundo y tercer tiempo se harán de forma alternativa.

Desarrollo:

A partir del momento en el que la pelota esté en juego, la finalidad del mismo es intentar golpear el mayor número de veces el tablero contrario para conseguir más “tantos” que los adversarios y ganar de esta manera el encuentro. Gana por lo tanto, el grupo que consiga tocar más veces el tablero contrario. Es evidente que, en casi todos de los casos, los tableros van acompañados de un aro (lo ideal sería que no); pues bien, si la pelota toca antes el aro que el tablero, no se obtendrá punto. A la inversa, es decir, tocando primero cualquier parte del tablero y después el aro, el tanto subirá al marcador. Una de las premisas básicas para el buen desarrollo del juego, es que los alumnos tengan asimilado este dato, de esta forma evitaremos problemas posteriores.

Al ser un juego eminentemente ofensivo, los alumnos tendrán claro que: “siempre será mejor un buen ataque que una buena defensa” o que “la mejor defensa es un buen ataque”. Insistiremos en este hecho también como alma y parte fundamental de compromiso en el juego. La velocidad, la honradez a la hora de señalar las infracciones, la limpieza, el compañerismo, el juego colectivo y colaborativo, etc., deben ser los aspectos básicos para el buen funcionamiento de la actividad.

Normas:

- La pelota debe tocar el tablero de forma limpia, un impacto previo en el aro antes de tocar en el tablero se considerará tanto no válido y sacará de fondo el equipo defensor.
- Por el contrario, sí se considera punto, que una vez tocado el tablero con la pelota después pueda ésta golpear en el aro.
- Después de cada tanto el equipo defensor sacará desde

cualquier parte de su línea de fondo.

- Si al acometer el saque el equipo contrario defendiera la pelota en la misma línea de fondo, los que sirven la pelota tendrán que retrasarse lo que consideren oportuno para realizar el saque con éxito.
- Todas las faltas que se cometan a lo largo del juego son indirectas, por lo que se deberá obligatoriamente que pasar a un compañero antes de ser jugada la misma.
- Las infracciones serán sacadas desde el lugar que han sido cometidas.
- Las barreras que se formen para defender los ataques después de sancionada una falta, por ejemplo, y todas las que se lleven a cabo en el desarrollo del encuentro se tendrán que separar al menos, a un metro de distancia del punto desde el que se saque la infracción. Ya se ha comentado que en los saques de banda y fondo de porterías, es el componente del equipo que saca el que debe retrasar su posición para poder poner la bola en juego.
- Bajo ningún concepto se puede tocar o golpear la pelota con otra parte del cuerpo que no sean las manos, por lo que las patadas o el uso de los pies quedan prohibidas.
- Se considera pérdida de balón cuando éste toca las líneas de demarcación del terreno de juego, por lo que decimos, que “las líneas también juegan”. Es evidente, que si un jugador lleva controlada la pelota y pisa o bota la misma sobre una de las líneas del perímetro de la cancha comete una infracción, sancionada con pérdida de posesión del esférico y saca el equipo contrario.
- No subirá al marcador el tanto que se consiga desde el mismo campo, para ello habrá que tener un pie al menos, encima de la línea de medio campo.
- Se señalará “campo atrás” o “vuelta al campo”, si una vez rebasado nuestro terreno de juego, hacemos volver la pelota hacia el mismo, siempre y cuando no golpeemos con ella previamente a un oponente o sea él el que la desvíe hacia nuestro terreno, por ejemplo, a partir de un rebote en su cuerpo. La sanción es la pérdida de la posesión y se realizará con desde la línea de banda a la altura del medio campo. Será la única vez en la que podamos jugar el móvil hacia cualquiera de los terrenos de juego.
- No se puede golpear al contrario.
- No se puede chillar, escupir, tirar de la camiseta, empujar, insultar, ni perder tiempo en la discusión de una falta. Es importante que los capitanes sean los que hablen, de haber malos entendidos, para solucionar los conflictos relativos a el no estar de acuerdo en la toma de decisiones de una sanción. La sanción para las faltas citadas anteriormente, conllevan penalizaciones de 1 minuto sin jugar; aunque si el equipo tiene reservas, uno de los mismos podrá suplir al expulsado.
- No se puede quitar de las manos la pelota una vez esté controlada por un jugador.
- No se podrá golpear con los puños cerrados la pelota, aunque sí con la cabeza. Con esta parte del cuerpo, la cabeza, también podremos conseguir tanto.
- No se puede cortar premeditadamente el paso al adversario, sí se le puede interrumpir de su trayectoria, si tenemos ganada la posición.
- Se podrá botar o no, es decisión de quien tiene en ese

momento el control de la pelota.

- Sólo se podrán dar tres pasos o saltos consecutivos, acto seguido o bien, se realiza un pase o un tiro a tablero.
- Una vez agotados los pasos, con o sin botes, se puede pivotar sobre la pierna de apoyo tantas veces sea necesario para zafarse del adversario.
- No se podrá volver a pasar la pelota al mismo compañero que con anterioridad nos la ha enviado, si esta no es tocada por un adversario u otro compañero del propio equipo.
- Las sanciones de las últimas infracciones se llevarán a cabo haciendo perder la posesión de la pelota al equipo infractor.
- A finalizar el juego todos los componentes de los equipos deben saludarse en el terreno de juego, de no ser así, la sanción será la pérdida del encuentro por parte de aquellos grupos que incumplan la norma.
- No jugar de forma intencionada la pelota durante un tiempo superior a 5 segundos se considerará pasividad. La falta será sancionada con la pérdida de posesión de la pelota.

A MODO DE CONCLUSIÓN

De todo ello podemos concluir que sin duda alguna las experiencias experimentadas con posterioridad al desarrollo de la actividad que acabo de exponer, el MAMBOL, se ven inmersas en un antes y en un después de su práctica:

- El mayor dinamismo, la nueva y más positiva forma de enfrentarse a las destrezas específicas de los deportes tradicionales llevados a cabo colectivamente, así como la adquisición de las habilidades citadas al principio de mi exposición: el bote, los pasos, la velocidad de ejecución de los lanzamientos, la visión del juego ofensivo en general...
- La no siempre necesaria participación de un juez en el ámbito deportivo, la administración de los tiempos, del espacio y de la norma por parte de todo el grupo. El disminuir de alguna manera el estrés generado por los deportes que sí son sexista y en los que hay diversos niveles de ejecución, o el mismo imprime la reiteración de un ejercicio demasiado analítico, el partir todos de “cero”... Son valores añadidos que podemos considerar, junto con otros muchos, en los que espero me podáis aportar más datos en un futuro próximo para el que os emplazo.

Creo que merece la pena intentarlo y ver si entre todos conseguimos sacar adelante este no demasiado novedoso, pero sí entusiasta proyecto.

¿Quién sabe si en un futuro no podemos llegar a crear una pequeña liga intercentros, generar algún grupo de trabajo, compartir experiencias..., en las que los valores, contenidos y objetivos, un tanto utópicos, de esta idea nos sean comunes?

La invitación está servida. ¡Mucho ánimo!