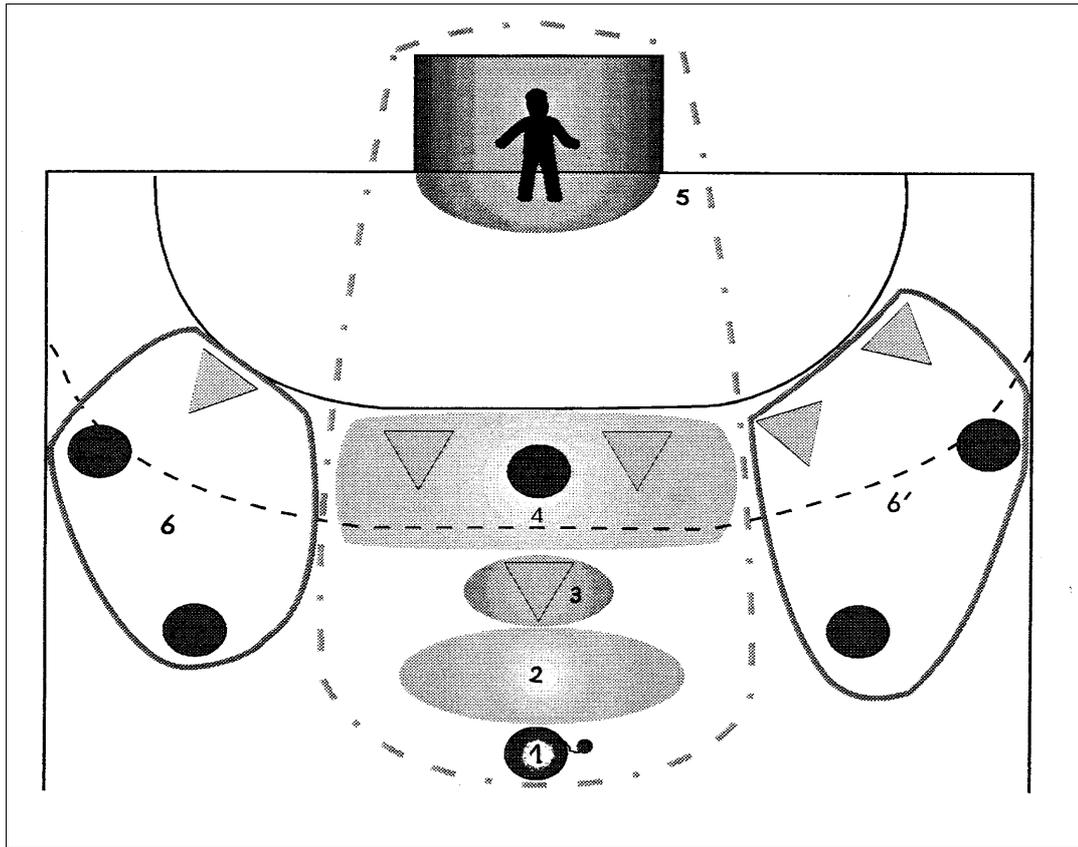


LA FINTA : FACTORES Y VARIABLES DE LA PRÁCTICA

Gabriel Torres Tobío.
Prof. del INEF – Galicia
Prof. de la Escuela Nacional Entrenadores

En todas las habilidades y destrezas básicas o específicas es necesario realizar un análisis de la tarea. La finta, como tarea motriz específica en balonmano, podría considerarse un elemento de la habilidad y destreza básica de los desplazamientos, que requiere de un entrenamiento específico que surge de la propias conductas del juego.

En este documento se realiza un pequeño análisis de factores y variables implícitas en el contenido de la finta, para facilitar la formulación de objetivos operativos en la programación de la enseñanza – entrenamiento . Como tales, estarán presentes en el desarrollo de las tareas didácticas, y responden a la pregunta ¿qué enseñar – entrenar?, orientando el hacer de la práctica.



FACTORES DE INTERACCION EN LA FINTA

En la acción de la finta hay varios factores en la red de comunicación que establecen posibilidades de observación – decisión – acción:

1. **MOTRICIDAD JUGADOR FINTADOR: Capacidad coordinativa – funcional**
- ↕
2. **ESPACIO-TIEMPO ENTRE FINTADOR Y DEFENSOR: Profundidad – anchura... de acción**
- ↕
3. **MOTRICIDAD JUGADOR DEFENSOR DIRECTO: Capacidad coordinativa – funcional**
- ↕
4. **ESPACIO DETRAS DEL DEFENSOR DIRECTO: Profundidad – anchura - ocupación**
- ↕
5. **ESPACIO PORTERIA – SITUACION PORTERO**
- ↕
- 6-6'. **ESPACIOS -ZONAS COLINDANTES: De continuidad y observación**

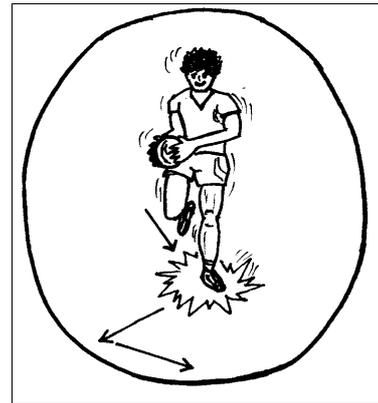
ESTOS FACTORES DE INTERACCION GUIARAN LA PROGRAMACION DE SITUACIONES PRACTICAS DE ENSEÑANZA-ENTRENAMIENTO DE LA FINTA, QUE SITUEN AL JUGADOR EN LOS TRES NIVELES DE ACTIVIDAD: OBSERVACION - TOMA DE DECISION - EJECUCION, EN ALTERNANCIA Y COMBINACION.

El entrenador debe programar en sus sesiones, tareas que situen al jugador ante diferentes variables de los factores señalados anteriormente.

1. MOTRICIDAD JUGADOR FINTADOR:

Se realizarán tareas relacionadas con la mejora de la propia motricidad, capacidad coordinativa y funcional del jugador...:

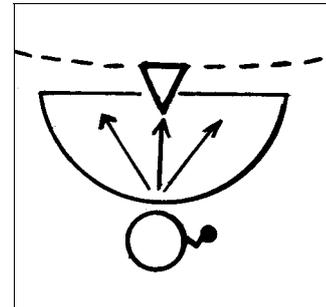
- Desplazamientos
- Cambios de dirección
- Cambios de ritmo
- Orientaciones
- Coordinaciones
- Juego de pies (alternancia apoyos, cadencias..)
-



2. ESPACIO-TIEMPO ENTRE FINTADOR Y DEFENSOR:

Se realizarán tareas para mejorar la capacidad de:

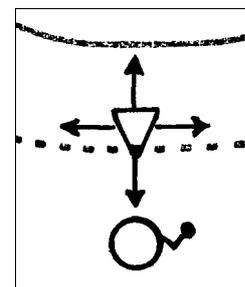
- Ajuste y control de distancia sobre el defensor
- Aproximaciones en trayectorias diferentes
- Modificación del espacio de acción en anchura y profundidad
-



3. MOTRICIDAD JUGADOR DEFENSOR DIRECTO:

Se realizarán tareas para mejorar la capacidad de observación del movimiento y estado de equilibrio del defensor. Ejercicios donde el defensor condiciona la acción del fintador:

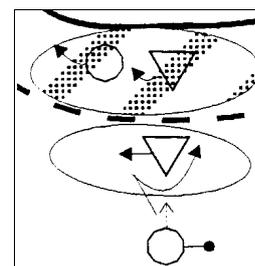
- Diferentes orientaciones del defensor
- Diferentes direcciones de desplazamiento del defensor, en anchura y profundidad
- Diferentes equilibrios, apoyo y posición piernas defensor
-



4. ESPACIO DETRAS DEFENSOR DIRECTO :

Se realizarán tareas para mejorar la capacidad perceptiva (campo visual) del fintador, en función de estímulos a observar detrás defensor, que condicionan fintar o no y cómo:

- N° jugadores detrás del defensor (densidad ocupación...)
- Profundidad y anchura del espacio detrás defensor
- Tipo de estímulo detrás defensor (movimientos,...)



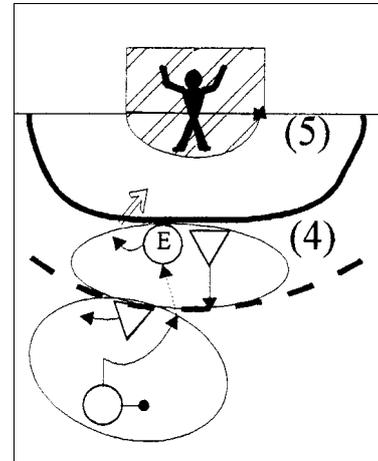
➤ ...

5. ESPACIO PORTERIA – SITUACION DEL PORTERO:

Se realizarán tareas para mejorar la capacidad perceptiva (campo visual) del fintador, en función de estímulos a observar en el espacio de portería, que condiciona fintar o no, pasar, lanzar...:

- Consignas en la situación del portero, que condiciona la acción del fintador
- Consignas en la posición del portero, que condiciona la acción del fintador
- ...

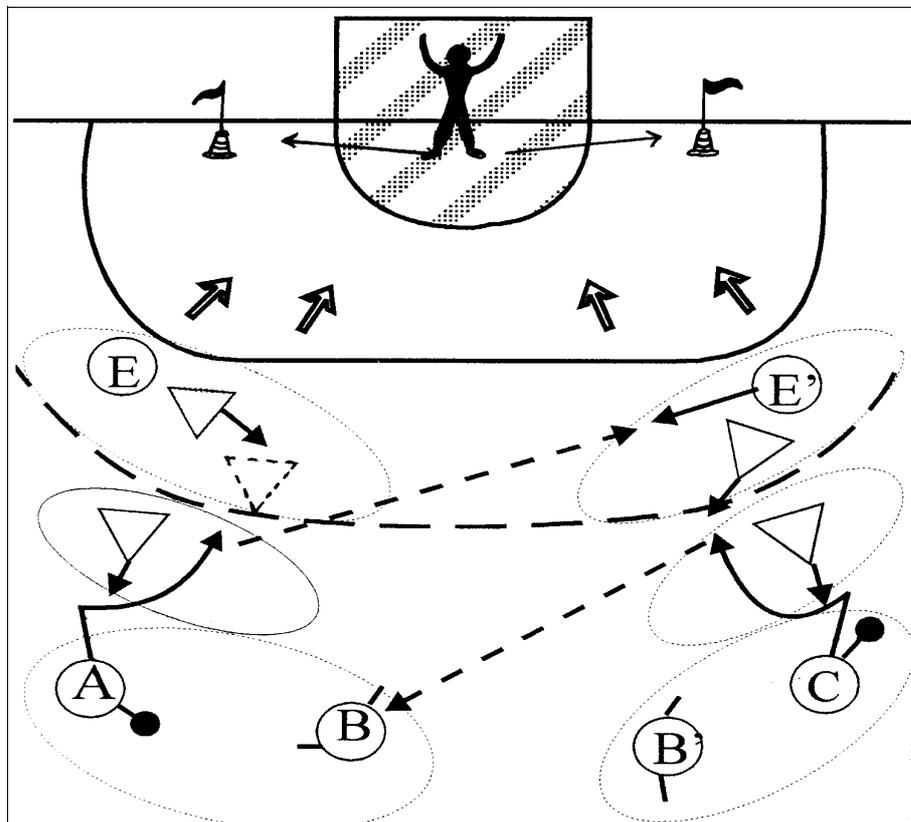
Usualmente supondría la alternancia de estímulos entre el factor **5** y el **4**, y en combinación; es decir, que las acciones de finalización del fintador estuviesen condicionadas por varios estímulos a atender en dos zonas diferentes. Ejemplo: progresar botando, o pasar a pivote, o lanzar,... en función de la acción del pivote o de la situación o posición del portero.



6-6'. ESPACIOS COLINDANTES :

Se realizarán tareas para mejorar la capacidad perceptiva (campo visual) del fintador, en función de estímulos a atender en **espacios colindantes de observación y continuidad**. Usualmente supondría la alternancia de estímulos en varios factores, estableciendo **conductas prioritarias en las decisiones (pensamiento táctico)**. Ejemplo: Posibilidades decisión-prioridades:

- a. Lanzar si el portero se sienta...
- b. Progresar-lanzar si el defensor no me sale...
- c. Si defensor me sale, paso al pivote...
- d. Pero si C pasa a mi pivote, yo paso a **B'** o al pivote **E'**
- e. Si no puedo a,b,c,d,... paso a central

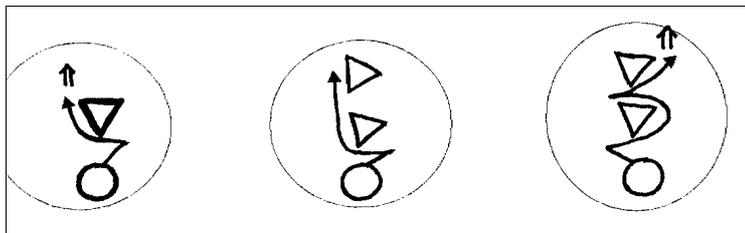


PROPUESTA ALTERNATIVA DE ALGUNAS VARIABLES DIDACTICAS EN CADA UNO DE LOS FACTORES , PARA GUIAR SITUACIONES PRACTICAS

MOTRICIDAD JUGADOR FINTADOR

Todos los movimientos del fintador, independientemente de los demás factores y condiciones del entorno:

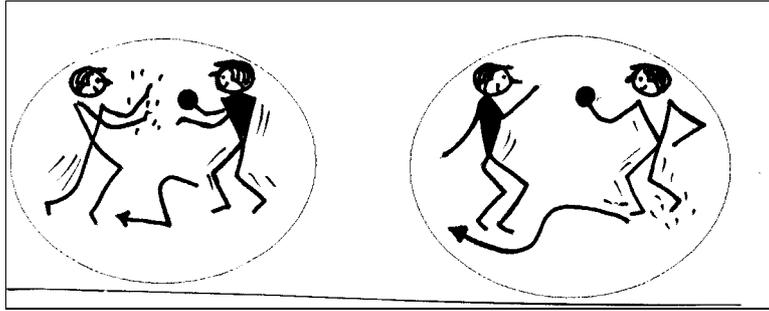
- Los modelos técnicos de ejecución
- Los movimientos previos a la finta:
 - Desplazamientos: Tipo / orientación / dirección (trayectoria, cambios de dirección)
 - Velocidad de desplazamiento en la aproximación: Cambios de ritmo, dominio parada, reacción
 - ...
- Los movimientos posteriores a la finta:
 - Progresar en la segunda secuencia del ciclo de pasos y lanzar
 - Intentar progresar en la segunda secuencia del ciclo de pasos y volver a fintar a la ayuda
 - Lanzamientos
 - ...



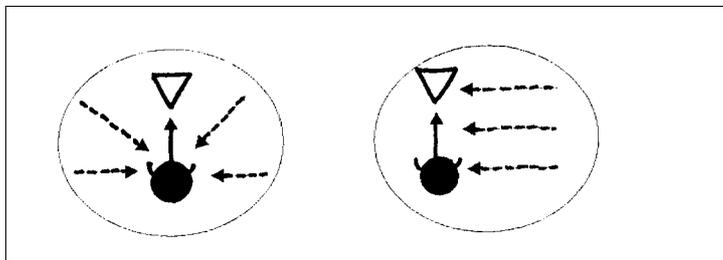
- Coordinación de los desplazamientos con el ciclo de pasos y bote:
 - Nº de pasos
 - Cadencia
 - Bote unitario
 - Orden
 - Amplitud
 - Bote continuado
 -
- Intenciones previas a la finta:
 - Engaños, amagos (mirada, gestos,...)
 - ...
- Uso del móvil:
 - Antes, momento, después finta...(variabilidad riqueza gestual)
 - Situaciones de protección del balón...

ESPACIO TIEMPO ENTRE FINTADOR Y DEFENSOR

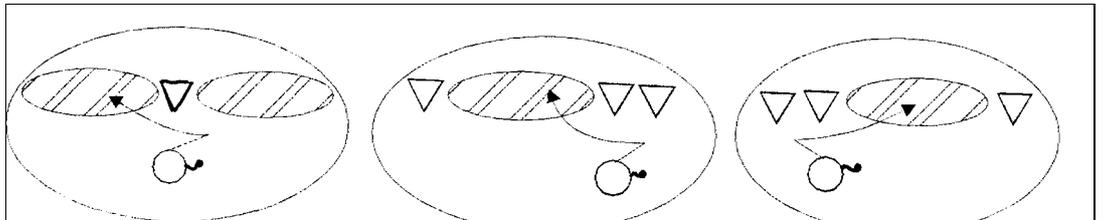
- Ajuste-control distancia sobre el defensor:
 - Grados de aproximación (máxima, mínima,...)
 - Evitar contacto (ajustar momento de evitar contacto – “esquivar” - ...)



- Ajuste distancia en diferentes estados de movimiento del defensor:
 - Fintador de aproxima y defensor estático
 - Fintador de aproxima y defensor sale a contactar
 - Velocidades de aproximación
- Momento de recepción:
 - Cerca o lejos del defensor (modifica tiempo, decisión...)
 - Estático o en carrera
 - De dónde y cómo viene el balón (bote, directo,...)
 - Apoyo, salto,...
 - Dirección del balón al recibir



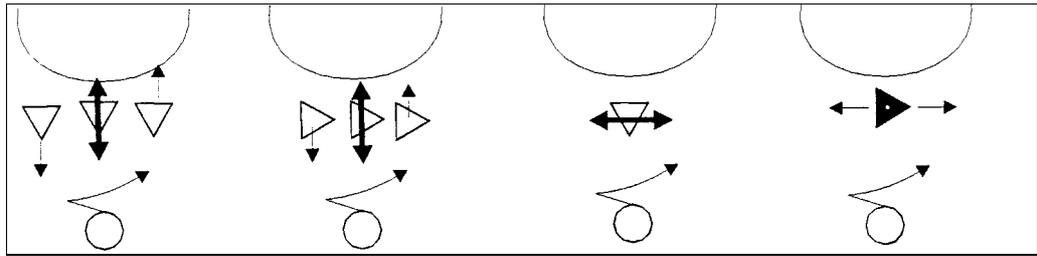
- Dimensión del espacio:
 - Amplio, ajustado, pequeño,...
 - Espacios amplios en anchura y/o profundidad



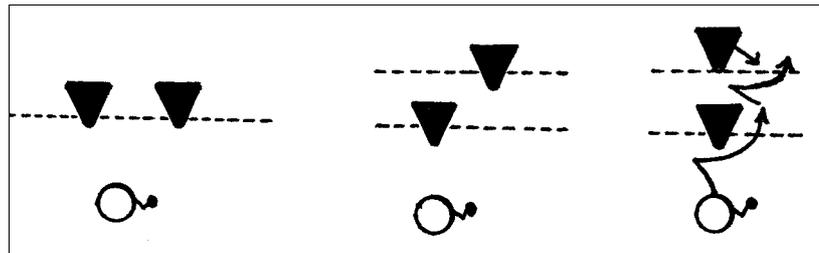
MOTRICIDAD JUGADOR DEFENSOR

Se propondrán situaciones prácticas en las que la acción del fintador dependerá de la de la observación de los movimientos y estados de equilibrio del defensor. Ser capaz de observar y tener en cuenta para fintar:

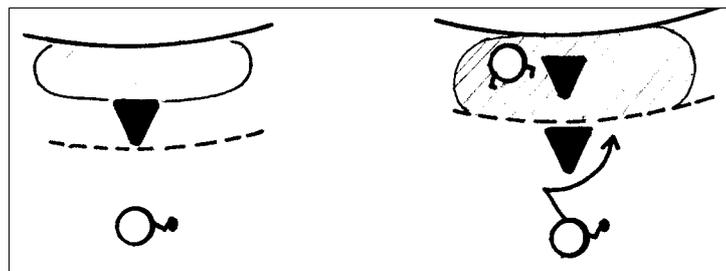
- Diferentes direcciones de desplazamiento y orientaciones del defensor:
 - Defensor que se desplaza hacia delante, atrás, lateral
 - Defensores colindantes con desplazamientos iguales o distintos al defensor directo
 - ...



- Estado equilibrio defensor (c.d.g.):
 - Posición de los pies (paralelos, adelantada derecha,...)
 - Separación piernas
 - ...
- Grado de oposición-resistencia del defensor
 - 1:1, 1:2,...
 - Oponente que empuja, desequilibra en la finta
 - Características del defensor: alto, bajo, rápido, lento,...(alternancia)
 - ...
- Situación defensas en la relación de oposición 1:2...:
 - Defensores en línea
 - Defensores escalonados
 - Situaciones de superación de dos defensores con máximo aprovechamiento de ciclo pasos
 - ...



- Dimensión y densidad de ocupación del espacio:
 - Anchura y profundidad del espacio detrás defensor
 - Nº de jugadores detrás del defensor
 - Movimiento de los jugadores detrás del defensor
 - ...
- Tipo de estímulo a observar detrás del defensor directo:
 - Estímulos que condicionen hacer finta o no
 - Estímulos condicionando el lado de salida
 - Estímulos condicionando las formas de finalización (lanzando en apoyo, lanzando en salto,...)
 - ...
- Proponer varias alternativas de observación-decisión-ejecución, antes y después de la finta, que condicionen la acción del fintador:
 - Antes finta, para decidir entre: fintar o no, a qué lado fintar (en función de estímulos condicionados...
 - Después salida finta, para decidir: progresar, lanzar, o pasar , y a quién (en función de estímulos condicionados
 - ...



OBSERVACIONES METODOLOGICAS

Las situaciones de enseñanza-entrenamiento, deberán proponerse alternando y combinando variables didácticas de los factores que hemos citado; pero, en función del desarrollo físico y técnico del jugador y de la etapa de formación. De este modo, plantearemos la tareas alternando y combinando en diferentes niveles o planos de dificultad de acción:

a) Estímulos / tareas en un solo plano de acción:

1. Motricidad fintador ...o...
2. Espacio-tiempo entre fintador y defensor...o...
3. Motricidad jugador defensor directo que condiciona finta...o...
4. Espacio detrás defensor directo...o... etc

b) Estímulos / tareas en dos planos de acción:

1. Motricidad fintador...y... espacio tiempo entre fintador y defensor...
2. Motricidad fintador...y... motricidad jugador defensor directo que condiciona finta...
3. Motricidad fintador...y...espacio detrás del defensor directo que condiciona finta...etc

c) Estímulos / tareas en tres planos de acción:

1. Motricidad fintador...y... espacio tiempo entre fintador y defensor...y ... espacio detrás defensor directo
2. Motricidad fintador...y...espacio detrás...y...espacios colindantes...
3. etc.

Desde una valoración de la dificultad, parece lógico que en la etapa de formación inicial de jugadores, las situaciones de la práctica se orientarían más sobre el primer nivel (estímulos / tareas en un solo plano de acción). Pero, a medida que el jugador evoluciona en su formación, las situaciones de la práctica deberían de proponerse sobre el segundo o tercer nivel, en función de su grado de calidad de respuesta ante la dificultad de los estímulos propuestos.

BIBLIOGRAFÍA

- ANTON,J.L. (1990).Balonmano: fundamentos y etapas de aprendizaje. Gymnos. Madrid.
 AAVV. (1992). Balonmano. Comité Olímpico Español. Madrid.
 BARCENAS,D.; ROMAN, J.(1991). Balonmano: técnica y metodología. Gymnos. Madrid
 BAYER,C. (1987). Técnica: La formación del jugador. Hispano Europea. Barcelona.

- CASTELO, J.; BARRETO, H; ALVES,F.; Y OTROS. (1996). Metodología do treino desportivo. Edicoes Falcultade Motricidades Humana. Lisboa.
- FALKOWSKY, M.M; ENRIQUEZ, E.(1984). Metodología lineal: el argumento de una posibilidad. Esteban Sanz. Madrid.
- SANCHEZ BAÑUELOS, F. (1986). Bases para una didáctica de la Educación Física y el Deporte. Gymnos. Madrid.