# Tema 8. Deportes individuales y de equipo. Características, aspectos técnicos y tácticos. Clasificación.



**Aviso Importante:** La página actual solo muestra el título del tema. Para continuar viendo el contenido completo del curso, por favor sigue una de estas opciones:

- Pulsa la flecha que indica hacia la derecha para avanzar al contenido "Siguiente"

- Despliega el menú completo del curso, visible en la parte superior izquierda, para navegar por todos los temas disponibles.

# 1. Deportes individuales Características, aspectos técnicos y tácticos. Clasificación.

## 1.1. Definición y clasificación.

### 1.1.1. Origen y definición de deporte y de deportes individuales.

Frente a los que vulgarmente creen que el término **deporte** proviene del inglés sport, Piernavieja señala que la cuna de la palabra deporte fue la lengua provenzal y de ella pasa a otras lenguas romances como el francés y el castellano. En su acepción etimológica original la palabra deporte significa regocijo, o sea, diversión, recreo, y este significado ha perdurado hasta nuestros días y figura en la base de todas las definiciones modernas.

Siguiendo a Piernavieja, señalaremos que en España, la forma verbal de deporte aparece por primera vez en el Poema del Cid o Cantar del Mío Cid en su significado de divertirse.

Veamos diferentes definiciones según diversos autores:

- Coubertin, en 1922 dice: *el deporte es el cultivo voluntario y habitual del ejercicio muscular, fundamentado en el deseo de progreso y susceptible de llegar hasta el riesgo.*

- Cagigal, en 1959 lo define como *divertimento liberal, espontáneo, desinteresado, en y por el ejercicio físico, entendido como superación propia o ajena y, más o menos, sometida a reglas.*

- Magnate (cit. por Hernández, 1994) deporte es*: actividad placentera en la que domina el esfuerzo físico, que participa a la vez del juego y del trabajo practicado de manera competitiva, comportando reglamentos e instituciones específicas susceptibles de transformarse en actividad profesional.*

- Cazorla, en 1979 que *el deporte es desde un punto de vista individual una actividad humana predominantemente física, que se practica aislada o colectivamente y en cuya realización puede encontrarse o autosatisfacción o un medio para alcanzar otras aspiraciones. Desde un punto de vista social es un fenómeno de primera magnitud en la sociedad de nuestros días, que origina importantes consecuencias, no sólo sociales, sino también económicas y políticas.*

- Parlebas en 1986 define *el deporte como una situación motriz de competición reglada e institucionalizada.*

- Hernández en 1994 dice que *el deporte es una situación motriz, lúdica, de competición reglada e institucionalizada.*

- Javier Oliveira realiza una definición sintética: *conjunto de actividades físicas de carácter lúdico, sujeto a normas, bajo la forma de competición la cual habrá de regirse por un espíritu noble-también llamado deportivo que está institucionalizado y que puede llegar hasta el riesgo.*

Aunque se encuentren claras diferencias en las definiciones todas suelen tener una serie de características comunes cómo: **la existencia de competición**, para superar a los demás o nuestros propios límites, **un esfuerzo físico y unas normas regladas** por las que se rige el desarrollo de los deportes, reglas que suelen tener carácter universal y sentido lúdico- recreativo, un deseo de progreso y actividad voluntaria.

Si como Parlebas (1986) consideramos que el deporte es una situación motriz de competición institucionalizada en la que participa el individuo que desarrolla una actividad, en un espacio de acción y donde puede haber o no compañeros y adversarios, nos encontramos con que los deportes individuales son *aquellos en los que el practicante se encuentra****sólo en un espacio****, donde ha de vencer determinadas dificultades,****superándose así mismo****con relación a un tiempo, una distancia o unas ejecuciones técnicas que pueden ser comparadas con otros, que también las ejecutan en igualdad de condiciones.*

En muchos casos, el individuo que practica un deporte individual emplea, además de su cuerpo, un complemento o implemento de características tipificadas que se sitúa en el centro del desarrollo de la actividad, y que hay que lanzar, saltar, manipular o desplazarse en él, con unas determinadas condiciones (andando, corriendo, nadando o con un medio mecánico o animal).

### 1.1.2. Clasificación.

Son varias las clasificaciones que podemos encontrar de deportes individuales; nosotros nos hemos decantado por las expuestas por Parlebas y Batalla y Martínez.

Para Parlebas (1988) basándose en la presencia o no de incertidumbre en el medio, los compañeros o adversario establece que los deportes individuales se encuentran englobados en las llamadas **situaciones psicomotrices** que son aquellas en las que el individuo actúa en solitario o simultáneamente con otros, pero con la finalidad de superarse a sí mismo, por lo que la incertidumbre se sitúa en el medio o no porque este es estable.

Las categorías en las que podríamos encuadrar el deporte individual serían las siguientes:

- C A 1. No existen ni compañero, ni adversario ni incertidumbre (ej. Carreras de atletismo en pista en calles separadas, natación en piscina, gimnasia, etc.). **Deportes individuales en medio fijo.**

-C A 1. No existe ni compañero ni adversario, pero la incertidumbre se sitúa en el espacio de acción (ej. Escalada en solitario, ski, cross, etc.). **Deportes individuales en medio fluctuante.**

Teniendo en cuenta a dicho autor la clasificación podría ser:

**a) En función de la presencia o no de otros deportistas encontramos dos formas de actuación:**

1. Actuación en solitario: donde englobamos a:

– Saltos en atletismo (altura, pértiga, longitud),

– Lanzamientos en atletismo( peso, jabalina, disco y martillo),

– Saltos de trampolín y palanca,

– Tiro con arco y tiro al plato,

– Salto de obstáculos en equitación,

– Escalada,

– Etc.

2. Actuación simultánea con otros deportistas: (pero siempre que la finalidad sea la de superación de uno mismo):

– Carreras de atletismo y natación,

– Ciclismo,

– Ski de fondo,

– Windsurf,

– Etc.

Algunas de estas actividades podrían cambiar de categoría si en su actuación se va más allá de la mera superación de uno mismo. Por ejemplo, en las carreras de ciclismo dependiendo del adversario puede interesar ir “a rueda” o “tirando”, esprintar antes o después en la llegada, etc, es decir, lo que el adversario haga puede condicionar mi actuación, luego en estos casos el adversario presentaría un factor de incertidumbre.

**B) En función de la incertidumbre provocada por el medio podemos hacer la siguiente clasificación:**

1. Actividades que se desarrollan en medio fijo:

*a) Sin presencia de objetos o instrumentos que sea necesario manipular:*

– Carreras de atletismo en pista,

– Natación en piscina,

– Saltos de altura, longitud y triple en atletismo,

– Gimnasia artística (suelo),

– Etc.

*b) Con presencia de objetos o instrumentos que es necesario manipular:*

– Lanzamientos en atletismo,

– Salto de pértiga,

– Tiro con arco,

– Etc.

2. Actividades que se desarrollan en medio fluctuante o variable:

a) *Sin objetos o instrumentos que manipular:*

– Carreras de campo a través,

– Escalada libre,

– Natación en aguas libres,

– Etc.

*c) Con objetos o instrumentos que sea necesario manipular:*

– Ciclocross,

– Piragüismo en aguas libres,

– Carreras de orientación,

– Ala delta,

– Etc.

Por otra parte, **Batalla Flores y Martínez Galante (2001),**partiendo de un criterio condicionado que formulan de la siguiente forma:

- Si el grado de interacción entre compañeros es elevado, el grado de interacción entre oponentes es nulo o bajo.

- Si el grado de interacción entre oponentes es elevado, el grado de interacción entre los mismos del equipo es bajo o no existente.

Proponen una agrupación de deportes individuales teniendo en cuenta dos criterios:

a) La similitud en las acciones desarrolladas,

b) La similitud en el medio y el material utilizados,

Teniendo en cuenta estos criterios podemos distinguir los siguientes grupos deportivos:

**1.** **Deportes atléticos y combinados**: donde se incluyen todas las modalidades del atletismo además del triatlón y pentatlón moderno. En este caso el elemento que los cohesiona es la similitud de las acciones desarrolladas.

**2.** **Deportes acuáticos:** que agrupa a todos los que tienen lugar en instalaciones acuáticas artificiales(piscina) y utilizan, en mayor o menor medida, el nado: la natación, la natación sincronizada, la natación con aletas, y los saltos de palanca y trampolín. En esta categoría los elementos comunes son las acciones efectuadas y, sobre todo la instalación que se utiliza.

**3.** **Deportes gimnásticos:**abarca aquellos deportes que tienen lugar en una sala, sobre tapiz o elemento similar y que tratan de efectuar una serie de acciones lo más fielmente posible a unos criterios reglamentarios: la gimnasia artística masculina y femenina, la gimnasia rítmica, el aeróbic, los bailes de salón y la halterofilia. Aquí tenemos que reconocer que, si bien los cinco primeros deportes presentan cieta similitud en las acciones efectuadas o, como mínimo, en la forma de valorar el rendimiento( juicio subjetivo), la halterofilia escapa a este criterio.

**4.** **Deportes náuticos**: incluye aquellos deportes que se desarrollan en espacios acuáticos abiertos y al aire libre, en muchos casos naturales (río, lago, mar) pero también artificiales (canales): vela, piragüismo, motonáutica, esquí náutico y actividades subacuáticas. Evidentemente, aquí el criterio de agrupación utilizado responde a la similitud del medio y, en cierta medida, del material( ya que casi todos ellos utilizan embarcaciones de uno u otro tipo).

**5. Deportes de invierno**: agrupa aquellos deportes que se realizan sobre nieve o hielo y contiene: esquí alpino, esquí de fondo, saltos de esquí, snowboard, luge, bobsleigh y patinaje sobre hielo.

6. **Deportes que se realizan con un vehículo** **o utilizando un sistema externo de locomoción:**donde se agrupan aquellos deportes de motor.: automovilismo y motociclismo; la hípica; los deportes aéreos; los derivados del patinaje sobre ruedas y aquellos que utilizan la bicicleta: ciclismo en pista y carretera, mountain bike, BMX. Se trata de una categoría muy abierta, siendo el elemento de agrupación, la utilización de un vehículo artificial o de un animal.

**7. Otros deportes individuales**: deportes en la naturaleza y deportes de precisión: se tratan de un auténtico “cajón desastre” donde incluimos aquellas modalidades deportivas que, por un lado, no encajaban en los otros capítulos y, por otro, no tenían suficiente extensión como para merecer un capítulo independiente: deportes y actividades en la naturaleza, tiro con arco, tiro olímpico, golf y billar.

### 1.1.3. Características:

Es difícil encontrar unos aspectos básicos generales y comunes a todos los deportes individuales debido a la diversidad de medios en que se desarrollan (agua, tierra, tartán, nieve, etc.), así como a los materiales empleados en algunos de ellos, lo que le da a cada uno unas características específicas, tanto técnicas como tácticas.

**D. Blázquez** (1995), destaca como características comunes:

- Predominio de los factores de ejecución sobre los de decisión y percepción, exigiendo del practicante una gran condición física.

- Aspectos técnicos más importantes que tácticos.

- Capacidad de control mental, concentración, estabilidad emocional y aceptación de un alto grado de responsabilidad, todo esto es debido al centrarse en la superación de uno mismo.

- Al poner de manifiesto el nivel propio, facilitan el autoconcepto y autovaloración.

Si distinguimos entre deportes individuales en medio fijo o estable encontramos las siguientes características básicas comunes:

*1. Características de los deportes individuales en medio fijo:*

- Alta organización, debido a que la ejecución práctica tiene una estructura temporal estable y conocida por el deportista.

- Escasa exigencia del mecanismo de decisión, ya que el deportista tiene decididas con anterioridad las soluciones motrices a aplicar.

- Escasa exigencia del mecanismo de percepción, porque la alta estabilidad del medio permite al practicante realizar la acción casi sin información exterior, pues todos los datos son conocidos de antemano.

- Gran objetividad en el sistema de valoración de los resultados, ya que la mayoría de ellos son medidos con parámetros estables (tiempo, espacio, peso) y los que dependen de una puntuación están claramente estandarizados en su reglamento.

- Las limitaciones reglamentarias que definen las circunstancias de ejecución están referidas principalmente a las condiciones espaciales, en su caso al manejo del móvil o instrumento, y en menor medida a las condiciones temporales.

*2. Características de los deportes individuales en medio fluctuante o variable:*

- Bajo grado de organización, en función del alto nivel de incertidumbre creado por el medio. Se desconoce en todo momento la estructura temporal.

- Importancia del mecanismo de percepción y decisión en función de la inestabilidad del medio.

- Dificultad de homologación de los resultados obtenidos con otras situaciones.

- Gran componente de motivación que radica en el grado de riesgo y aventura.

- En algunos de ellos aparece un alto grado de tecnificación, siendo necesario, el uso de instrumentos o máquinas de gran complejidad.

## 1.2. Aspectos reglamentarios técnicos y tácticos.

### 1.2.1. Consideraciones técnicas en los deportes individuales.

La técnica, se considera como tal a los distintos modelos de ejecución y usos corporales y de objetos que configuran a los diferentes deportes, constituyéndose en uno de los parámetros básicos de su estructura.

La técnica se suele clasificar desde vertientes diferentes, en función de la parte del cuerpo con que se ejecute prioritariamente (técnica de piernas, brazos, tronco, etc.) o modelo de ejecución resultante (salto, giro, lanzamiento, etc), en función del objetivo estratégico pretendido (marcar, pasar, superar, etc).

En los deportes psicomotrices de espacio estandarizado, la técnica es considerada como el elemento prioritario en el desarrollo de la acción de juego, mientras que, en los deportes sociomotrices, la acción técnica sólo tiene sentido en función de la situación estratégica.

La gestualidad o técnica, tanto para deportes psicomotrices como sociomotrices, es una condición necesaria para alcanzar el objetivo motor.

#### 1.2.1.1. Definición de técnica.

Según **Grosser y Neumaier** (1982), la técnica es el modelo ideal de un movimiento relativo a la disciplina deportiva. Por otra parte, **Fidelus** afirma que la técnica deportiva es *el modo de consecución de un objetivo motor señalado por la táctica, que tiene en cuenta el nivel de desarrollo de las características motrices y psíquicas. Una buena técnica facilita la realización del trabajo con un mínimo de desgaste energético, permitiendo a la vez la consecución de mejores resultados*.

Siguiendo a **Meinel**, podemos definir la técnica como un procedimiento *que conduce de una manera directa y económica a la consecución de un alto resultado.*

Es difícil dar unas características técnicas comunes a los deportes individuales, pero se pueden exponer algunos aspectos determinantes de una buena técnica, según Meinel, y estos son:

– Una división en el espacio y en el tiempo bien definida de los movimientos acíclicos, estableciéndose una fase preparatoria, otra principal y la fase del movimiento.

– Fluidez del movimiento.

– Buen curso del movimiento.: un movimiento bien dominado transcurre siempre con fluidez.

– Precisión del movimiento.

Los principios fundamentales de la técnica son: **la eficacia**, que consiste en obtener la máxima similitud ente el proyecto y la ejecución. **La economía**, que consiste en aprovechar al máximo la energía de que disponemos, alcanzando el máximo resultado y gastando lo menos posible.

### 1.2.2. Aspectos tácticos de los deportes individuales.

El primer punto a tener en cuenta es realizar la diferencia entre estrategia y táctica. La estrategia orienta y planifica las acciones que se darán con posterioridad en el juego con el fin de lograr una mayor eficacia organizativa.

**Weineck (1988)** define la táctica como el comportamiento racional, regulado sobre la propia capacidad de rendimiento del deportista y sobre la del adversario, así como sobre las condiciones exteriores, en un encuentro individual o en equipo.

**Matveiev** considera la táctica deportiva como el arte de librar la lucha deportiva.

Siguiendo a **Racinowk,** podemos decir que *la táctica constituye el modo pensado, racionalizado, económico y planificado de competir la táctica, enriquece la competición con la cultura intelectual y conduce con mucha mayor eficacia la victoria.*

La posibilidad de victoria en la competición queda determinada por el grado de aprovechamiento de sus componentes básicos: condición física, capacidad técnica, capacidad táctica y la voluntad de lucha.

En la competición, cuando las fuerzas están igualadas, la victoria la obtienen aquellos que realizan el plan táctico preparado de antemano con mayor rapidez, mayor elasticidad y mayor creatividad. Hay que saber evaluar la situación, elegir rápidamente la solución y aplicarla sin demora.

La capacidad de pensamiento táctico desempeña un papel decisivo a la hora de orientarse los deportistas en situaciones complicadas de competición, al tener que lograr distintos objetivos tácticos, y especialmente cuando emprenden acciones constructivas. Es gracias al pensamiento táctico que los deportistas reproducen y evalúan exactamente la situación, captan su verdadero sentido, descubren las intenciones del contrincante, preveen el desarrollo de la acción, fijan la posición propia y deciden las pautas a seguir.

Los planteamientos tácticos se harán siempre con la pretensión de obtener un resultado exitoso, por ello se realizará un análisis previo de la situación y circunstancias en que se desarrolla la práctica; como consecuencia de dicho análisis, se elaborará un planteamiento teórico de la forma de proceder, que posteriormente será puesto en práctica. Ello nos lleva a considerar, siempre, en todo proceso táctico, cuatro fases que han de darse de forma necesaria y sucesiva, o en muchos casos, coincidentes en el tiempo:

1. Una **percepción y análisis de la situación.**

2. Una **solución mental o teórica de la misma.**

3. Una **solución motriz o práctica.**

4. **Comprobación de la acción.**

Aunque los deportes individuales son prioritariamente técnicos, también tienen un componente táctico. Hablando de ello, Nogalk nos dice que el objetivo específico de la táctica en este grupo de deportes consiste en la distribución racional de las fuerzas durante todo el desarrollo de la competición.

En los deportes en los que haya confrontación puntual con algún adversario, estos aspectos tácticos estarán basados en las acciones para conseguir ventajas (situarse en el pelotón), o en una correcta elección de la táctica a utilizar (salir fuera, pasar lento, esprintar al final, etc) las acciones para evitar desventajas estarán basadas en la rapidez de reacción a las acciones de los adversarios.

#### 1.2.2.1. Tipos de manifestación de la táctica.

- **Táctica general**, aprendizaje de los fundamentos teóricos generales de la táctica deportiva, así como de los procedimientos prácticos de su aprovechamiento en las diversas circunstancias, que en la medida de lo posible deben ser similares a la actividad deportiva elegida.

- **Táctica específica**, corresponde a las características específicas de cada disciplina deportiva.

### 1.2.3. Aspectos reglamentarios.

Partiendo de la heterogeneidad que existe entre los distintos deportes, en este apartado haremos mención a las características más importantes a las que se refieren los distintos reglamentos. Estas son las siguientes:

- Los espacios donde se desarrollan.

- Las características de los objetos u implementos.

- Descripciones de los gestos técnicos.

- Sistemas de puntuación y valoración.

# 2. Deportes de equipo (colectivos). Características, aspectos técnicos y tácticos. Clasificación.

## 2.1. Definición y clasificación.

### 2.1.1. Definición de deporte y deportes colectivos.

Frente a los que vulgarmente creen que el término **deporte** proviene del inglés sport, Piernavieja señala que la cuna de la palabra deporte fue la lengua provenzal y de ella pasa a otras lenguas romances como el francés y el castellano. En su acepción etimológica original la palabra deporte significa regocijo, o sea, diversión, recreo, y este significado ha perdurado hasta nuestros días y figura en la base de todas las definiciones modernas.

Siguiendo a Piernavieja, señalaremos que en España, la forma verbal de deporte aparece por primera vez en el Poema del Cid o Cantar del Mío Cid en su significado de divertirse.

Veamos diferentes definiciones según diversos autores:

- Coubertin, en 1922 dice: *el deporte es el cultivo voluntario y habitual del ejercicio muscular, fundamentado en el deseo de progreso y susceptible de llegar hasta el riesgo.*

- Cagigal, en 1959 lo define como *divertimento liberal, espontáneo, desinteresado, en y por el ejercicio físico, entendido como superación propia o ajena y, más o menos, sometida a reglas.*

- Magnate (cit. por Hernández, 1994) deporte es*: actividad placentera en la que domina el esfuerzo físico, que participa a la vez del juego y del trabajo practicado de manera competitiva, comportando reglamentos e instituciones específicas susceptibles de transformarse en actividad profesional.*

- Cazorla, en 1979 que *el deporte es desde un punto de vista individual una actividad humana predominantemente física, que se practica aislada o colectivamente y en cuya realización puede encontrarse o autosatisfacción o un medio para alcanzar otras aspiraciones. Desde un punto de vista social es un fenómeno de primera magnitud en la sociedad de nuestros días, que origina importantes consecuencias, no sólo sociales, sino también económicas y políticas.*

- Parlebas en 1986 define *el deporte como una situación motriz de competición reglada e institucionalizada.*

- Hernández en 1994 dice que *el deporte es una situación motriz, lúdica, de competición reglada e institucionalizada.*

- Javier Oliveira realiza una definición sintética: *conjunto de actividades físicas de carácter lúdico, sujeto a normas, bajo la forma de competición la cual habrá de regirse por un espíritu noble-también llamado deportivo que está institucionalizado y que puede llegar hasta el riesgo.*

Teniendo en cuenta la definición de Hernández, se pueden extraer los rasgos que permiten la aproximación al concepto de deporte: situación motriz (estructura de datos que surgen de la realización de una tarea motriz), juego, competición, reglas e institucionalización.

En función de estas definiciones, podemos definir los **deportes colectivos:**

- León Theodorescu (1977): *un proceso organizado de cooperación, realizado por la coordinación de las acciones de los jugadores de un equipo desarrolladas en condiciones de enfrentamiento con los adversarios, quienes, a su vez, coordinan sus acciones, con el fin de desordenar la cooperación de los jugadores del otro equipo.*

- Hernández Moreno (1994): *denominamos deportes de colaboración/oposición a aquellos en que la acción de juego es la resultante de interacciones entre participantes producidas de manera que un equipo coopera entre sí para oponerse a otro que actúa también en cooperación y que a su vez se opone al anterior.*

- Parlebas (1981): los deportes colectivos son situaciones sociomotrices que se dividen en cuatro grupos basándose en la existencia o no de compañero y de la incertidumbre que presenta el medio. Estos cuatro grupos son los siguientes:

* + Sin compañero y con incertidumbre.
	+ Con compañero y con incertidumbre en el medio.
	+ Con compañero y sin incertidumbre en el medio.
	+ Sin compañero y sin incertidumbre en el medio.

### 2.1.2. Clasificación.

Son diversas clasificaciones o taxonomías de los deportes que han sido propuestas por diferentes autores siguiendo distintos criterios, en unos casos internos y en otros externos a la propia estructura del deporte. Nosotros nos vamos a centrar en cuatro autores:

**Bouet (1968)**, partiendo del criterio de la experiencia vivida por el participante o practicante de la actividad, presenta la siguiente clasificación:

- Deportes de combate.

- Deportes de balón o pelota.

- Deportes atléticos y gimnásticos.

- Deportes en la naturaleza.

- Deportes mecánicos.

**Durand (1969)**, utilizando un criterio pedagógico, distingue los cuatro grupos siguientes:

- Deportes individuales.

- Deportes de equipo.

- Deportes de combate.

- Deportes en la naturaleza.

**Parlebas (1981),** nos presenta su conocida clasificación, la cual está elaborada a partir de un criterio interno como es la consideración de cualquier situación motriz como un sistema de interacción global entre el entorno físico donde la actividad tiene lugar y los participantes. El factor que determina las características de cada situación motriz es la noción de incertidumbre y su existencia o no. Dicha incertidumbre puede ser debida al entorno físico(I), a los compañeros(C), que actúan de forma conjunta, o a los adversarios(A), de forma conjunta o separada. Por ello, Parlebas diferencia dos tipos de situaciones: aquellas en las que el individuo actúa solo, situaciones psicomotrices, y aquellas en las que el individuo actúa con otros, situaciones sociomotrices.

- Situaciones psicomotrices (acción en solitario):

1ª. CAI: natación en piscinas, carreras de atletismo en pista…

2ª. CAI: esquí alpino, ccarreras de atletismo en pista…

- Situaciones sociomotrices (cooperación con compañeros):

3ª. CAI: patinaje por parejas, remo, bobsleigh, etc.

4ª. CAI: alpinismo en cordada, vela con compañero, etc.

- Situaciones sociomotrices (oposición contra adversario):

5ª. CAI: lucha, esgrima, judo…

6ª. CAI: esquí de fondo, motocross…

- Situaciones sociomotrices (cooperación/oposición):

7ª. CAI: ciclismo en carretera por equipos…

8ª. CAI: fútbol, baloncesto, balonmano, voleibol…

Basándose en esta clasificación Hernández y Blázquez realizaron otra clasificación.

La categoría empleada para realizar esta clasificación ha sido la octava, basándose en Parlebas, CAI, a la que han introducido dos nuevos parámetros, que son la situación de los equipos en el espacio de juego y la forma de participación sobre el móvil o balón, dando como resultado tres grupos diferentes de deportes de equipo:

- En el primer grupo, la situación en el espacio está separada por una red y la participación es alternativa (voleibol, tenis, etc.).

- En el segundo, la situación en el espacio es común, pero la participación sobre el móvil es alternativa (son todos aquellos en los que se juega contra una pared o frontón).

- En el tercer grupo, la situación en el espacio es común y la participación simultánea (baloncesto, balonmano, fútbol…).

## 2.2. Análisis estructural y funcional de los deportes colectivos.

### 2.2.1. Análisis estructural.

Las características comunes de los deportes colectivos son, entre otras:

– Tener en cuenta un conjunto de criterios que deben respetarse:

· La necesidad de coordinar sus acciones, al menos con un compañero (coordinarse, ayudarse mutuamente).

· La presión de un adversario que obligue a desarrollar estrategias, a modular acciones (oponerse, luchar,etc.).

· Una incertidumbre sobre la evolución de los acontecimientos (informarse, elegir, decidir en función de las alternativas).

· La necesidad de encadenar acciones (jugar con continuidad, anticipar, cambiar de estatuto y de papel).

· La necesidad de variar las respuestas (disponer de un bagaje de técnicas flexibles, de automatismos plásticos).

– Un conjunto de elementos fijos y comunes que deben organizarse:

· Un móvil u objeto esférico, que puede ser lanzado por el jugador.

· Un espacio o terreno de juego, más o menos grande, en el interior del cual se desarrolla el partido.

· Una meta que atacar o defender.

· Compañeros que impulsan el avance del balón.

· Adversarios a los que hay que vencer.

· Reglas que hay que respetar, variables según los juegos.

· Etc.

Pero estos elementos, no se dan de forma estática y aislada, sino en una relación dinámica e interdependiente produciendo **una estructura funcional**que se manifiesta en la **acción de juego.**

### 2.2.2. Análisis funcional (perspectivas de análisis de la acción motriz y del juego).

La acción del juego en los deportes colectivos puede ser analizada desde tres perspectivas:

a) Como **técnica/táctica**, en la que la técnica constituye la parte esencial sobre la que se construye una estructura, que permite el funcionamiento coordinado denominado táctica. De acuerdo con esta perspectiva, encontramos que, en todos y cada uno de los deportes colectivos, existirá:

Técnica individual de ataque.

Técnica individual de defensa.

Técnica colectiva de ataque.

Técnica colectiva de defensa.

Táctica individual de ataque.

Táctica individual de defensa.

Táctica colectiva de ataque.

Táctica colectiva de defensa.

b) Otra perspectiva, fundamentalmente debida a C. Bayer, es la situada en torno a la doble dimensión **ataque/defensa**siendo el factor determinante de una u otra posesión, o no, del balón.

– El equipo que posee el balón es atacante.

– El equipo que no posee el balón es el defensor.

A partir de ahí, el comportamiento o funcionamiento del equipo se regirá según tres principios generales:

**Ataque:**

– Conservar el balón.

– Progresar con el balón hacia la portería contraria.

– Intentar marcar gol o tanto.

**Defensa:**

– Intentar recuperar el balón.

– Impedir la progresión del balón hacia nuestra portería.

– Evitar que nos marquen tanto o gol.

c) La tercera perspectiva es la considerada como **cooperación/ oposición**, según la cual el funcionamiento de la acción del juego se da en una constante interrelación entre adversarios, y que tanto la cooperación como la oposición se dan en el ataque y en la defensa, pues los defensores colaboran entre sí para organizar la oposición al ataque, y los atacantes colaboran entre sí, para oponerse a la defensa.

Estos son los factores que determinan según este enfoque la estructura funcional:

– el espacio de juego.

– el reglamento.

– la comunicación motriz

– la estrategia.

– la técnica.

## 2.3. Aspectos reglamentarios, técnicos y tácticos.

### 2.3.1. Aspectos reglamentarios.

Todos los deportes de equipo, están sometidos a unas reglamentaciones que determinan los muchos aspectos de la actividad motriz. El balón (tamaño, peso, etc), el tiempo de duración, y reglas que condicionan el juego, entre otros, son elementos a tener en cuenta y que deben ser asimilados por los jugadores como factores condicionantes de su actuación.

La mayoría de las reglas responden a planteamientos idénticos o muy semejantes entre ellos, de tal manera que podríamos agruparlas en ámbitos de actuación tales como:

a) Dimensiones del terreno de juego y material a utilizar: campo rectangular con dimensiones variables, balón de diferentes formas y pesos, etc.

b) La composición del equipo y sus posibles sustituciones: número de jugadores que pueden jugar, número de jugadores que pueden estar en el terreno de juego, cómo y cuándo se pueden sustituir entre ellos, etc.

c) Sobre la utilización de los espacios: espacios con objetivos a lograr (porterías, zonas, canastas, etc), subespacios diferenciados (zonas prohibidas o semiprohibidas), espacios de actuación libre, etc.

d) Sobre el tiempo: duración del encuentro, tiempo de posesión del balón por cada equipo, etc.

e) Relaciones entre los jugadores: contacto físico permitido o limitado, penalizaciones respecto a estas faltas, etc.

f) Utilización del material (fundamentalmente el balón): partes del cuerpo con las que se puede utilizar el balón, formas de transformarlo o manejarlo, etc.

g) El árbitro.

### 2.3.2. Consideraciones técnicas en los deportes colectivos.

La técnica, se considera como tal a los distintos modelos de ejecución y usos corporales y de objetos que configuran a los diferentes deportes, constituyéndose en uno de los parámetros básicos de su estructura.

La técnica se suele clasificar desde vertientes diferentes, en función de la parte del cuerpo con que se ejecute prioritariamente (técnica de piernas, brazos, tronco, etc.) o modelo de ejecución resultante (salto, giro, lanzamiento, etc), en función del objetivo estratégico pretendido (marcar, pasar, superar, etc).

En los deportes psicomotrices de espacio estandarizado, la técnica es considerada como el elemento prioritario en el desarrollo de la acción de juego, mientras que, en los deportes sociomotrices, la acción técnica sólo tiene sentido en función de la situación estratégica.

La gestualidad o técnica, tanto para deportes psicomotrices como sociomotrices, como es el caso de este tema, es una condición necesaria para alcanzar el objetivo motor.

#### 2.3.2.1. Definición de técnica.

Según **Grosser y Neumaier** (1982), la técnica es el modelo ideal de un movimiento relativo a la disciplina deportiva. Por otra parte, **Fidelus** afirma que la técnica deportiva es *el modo de consecución de un objetivo motor señalado por la táctica, que tiene en cuenta el nivel de desarrollo de las características motrices y psíquicas. Una buena técnica facilita la realización del trabajo con un mínimo de desgaste energético, permitiendo a la vez la consecución de mejores resultados.*

Siguiendo a Meinel, podemos definir la técnica como *un procedimiento que conduce de una manera directa y económica a la consecución de un alto resultado.*

Los principios fundamentales de la técnica son: **la eficacia**, que consiste en obtener la máxima similitud ente el proyecto y la ejecución. **La economía**, que consiste en aprovechar al máximo la energía de que disponemos, alcanzando el máximo resultado y gastando lo menos posible.

### 2.3.3. Aspectos técnicos en los deportes colectivos.

La técnica no es un fin en sí mismo, es un medio y está condicionada por el reglamento y al servicio de la táctica, incluso en las corrientes más actuales se suele hablar de elementos técnico-tácticos, puesto que se cree que son inseparables. Se tienen que controlar una gran cantidad de COMBINACIONES TÉCNICAS, si se quiere resolver con éxito, en el plano motor, los problemas del juego. Las acciones técnicas existentes en los deportes colectivos pueden ser agrupadas en dos bloques:

**a) Acciones de ataque:**

**1. Acciones de ataque correspondientes al jugador con balón:**

-Dominio del balón.

-Progresión del móvil:

· Desplazándose uno con el móvil o conducción (dribling);

· Desplazando el móvil o pase. Importantisimo por ser la forma más rápida de progresión.

-El lanzamiento, tiro o disparo. Es el objetivo final ofensivo. Se tiene

que realizar bien en diferentes situaciones (jugador y balón estáticos, jugador estático y balón en movimiento,…) bien en el momento adecuado.

**2. Acciones de ataque correspondientes al jugador sin balón**.

El juego sin balón es fundamental pues la mayor parte del tiempo, los jugadores no tienen la pelota.

-Desmarque mediante movimientos, cambios de dirección o fintas (salir de la zona de sombras). Se tiene que estar correctamente orientado, coordinado en tiempo-espacio con el compañero y sobre todo crear espacios libres para que el compañero con balón pueda desarrollar toda su técnica en el 1×1, o sea, ocupados por otro compañero sin balón. Aquí entrarían las pantallas, bloqueos, aclarados, cortes, doblados, etc.

-Recepción, paradas, controles, amortiguamientos, etc. Elementos técnicos importantísimos y unidos al pase.

**b) Acciones de defensa:**

**1. Acciones generales:**

Hay una serie de aspectos técnicos defensivos que son generales:

–**Actitud**(postura, posición corporal, estado de tensión de los músculos,…). En todos los deportes se da una actitud o posición de base y que permite actuar rapidamente ante cualquier situación, pero a veces se puede dar una actitud de pasividad momentánea con tensión casi mínima que se da en fases de recuperación o de descanso; en otras ocasiones, en cambio, se da una actitud o posición de MÁXIMA TENSIÓN ( un portero ante un penalti, por ejemplo).

–**Colocación** para intervenir lo más rápido y correctamente posible y en el momento adecuado.

–**Desplazamientos**rápidos, con el centro de gravedad bajo, piernas flexionadas, sin juntar piernas ni cruzarlas, con amplia base de sustentación…

**2. Defensa a un jugador con balón:**

-Intentar robar el balón.

-Parar e intentar que el atacante no progrese.

-Llevar al atacante hacia zonas desfavorables.

-Obligarlo a cometer errores técnicos.

**3. Defensa a un jugador sin balón:**

-Alerta permanente.

-Concepto de ayuda.

-Triángulo defensivo entre mi defendido, el jugador con balón yla portería.

### 2.3.4. Aspectos tácticos de los deportes colectivos.

#### 2.3.4.1. Consideraciones generales y definición de táctica.

El primer punto a tener en cuenta es realizar la diferencia entre estrategia y táctica. La estrategia orienta y planifica las acciones que se darán con posterioridad en el juego con el fin de lograr una mayor eficacia organizativa.

Las diferentes técnicas se realizan en torno a una estructura táctica que se basa en la contracomunicación, es decir en tratar de descubrir las intenciones del adversario ocultando las propias para confundirlo y sorprenderlo.

En todo proceso táctico se dan cuatro fases: percepción y análisis de la situación; solución mental de la misma; y solución motriz o práctica y comprobación de la acción.

**Weineck** (1988) define la táctica como *el comportamiento racional, regulado sobre la propia capacidad de rendimiento del deportista y sobre la del adversario, así como sobre las condiciones exteriores, en un encuentro individual o en equipo.*

**Matveiev** considera *la táctica deportiva como el arte de librar la lucha deportiva.*

Siguiendo a **Racinowk,** podemos decir que *la táctica constituye el modo pensado, racionalizado, económico y planificado de competir la táctica, enriquece la competición con la cultura intelectual y conduce con mucha mayor eficacia la victoria.*

**Teodorescu** (1984), uno de los más importantes teóricos sobre la metodología de los deportes de equipo, entiende la táctica como *la totalidad de las acciones individuales y colectivas puestas en práctica por los jugadores de un equipo en el dominio de la preparación técnica, física, psicológica y teórica, así como también otras medidas específicas seleccionadas, organizadas y coordinadas unitariamente, de cara a su utilización racional y oportuna en el juego, con el objetivo de conseguir la victoria, dentro de unos límites del reglamenteo y la deportividad.*

Por su parte, **Harre** (1987) entiende como táctica deportiva *el aprendizaje de la organización y dirección de la competición, expresada individualmente, en grupos o entre equipos.*

**Ozolin**, manifiesta que la táctica deportiva es *el arte de conducir la competencia con el contrario, y su objetivo es la utilización racional de fuerzas y posibilidades para lograr la victoria.*

Según **Antón**(1995), la táctica son *todas las acciones motrices inteligentes realizadas en el juego con adecuado ajuste espacio-temporal, resultado de la observación de situaciones previas de compañeros y adversarios, y de sus modificaciones espaciales o posturales, adecuándose a las reglas del juego.*

Para el desarrollo de los medios y alternativas tácticas colectivas en el juego es necesario un trabajo adecuado durante el proceso de aprendizaje y perfeccionamiento del jugador. En este proceso el jugador debe ser preparado para conseguir unos objetivos, los cuales son:

1. **Adquirir conocimientos tácticos**, es decir el conocimiento de las reglas y su explotación, el uso adecuado de cada medio táctico a las distintas situaciones, circunstancias o momentos de juego del encuentro, concepto, variedad y objetivos de los sistemas de juego, así como el significado de los principios del juego y su aplicación práctica.

2. **Asimilar las destrezas tácticas**, esto es, las habilidades más adecuadas a cada medio táctico, proceso de encadenamiento, fase de juego, etc., tanto desde el punto de vista teórico como práctico.

3. **Adquirir capacidades tácticas**, o capacidades de utilización de las propias cualidades y aptitudes físicas, psíquicas o técnicas, adecuándose al estudio de las relaciones de fuerza atacante-defensor, tanto para su propio aprovechamiento y explotación, como para el beneficio de sus compañeros: capacidad de anticipación, de percepción, de transformación motora, de control temporal o de las dimensiones espaciales, etc.

4. **Acumular experiencias**, aumentando continuamente el número de situaciones específicas, que solo será posible con la continuidad en la repetición de vivencias de situaciones variables.

5. **Utilizar el razonamiento táctico**, lo que significa estar preparados para reaccionar rápidamente a las acciones del adversario y compañeros, anticipándose adecuadamente, derivado de los permanentes contactos que reclama el juego, y que exige la interpretación mental durante el transcurso de las acciones de las intenciones de compañeros y adversarios, aún antes de que éstas sean materializadas.

Para llevar a cabo estos objetivos son necesarias una serie de capacidades individuales en los jugadores que permitirán un desarrollo óptimo de sus funciones específicas coordinadas con el colectivo. Entre otras capacidades destacaremos:

a) La capacidad de percepción.

b) La capacidad de adaptación, elección o ajuste.

c) La capacidad de control, reacción, combinación y transformación motora.

d) La capacidad de dominio de las dimensiones del espacio.

e) La capacidad de dominio del tiempo.

f) La capacidad de captación y equilibrio en la formación colectiva.

g) La capacidad de anticipación.

#### 2.3.4.2. Tipos de manifestación de la táctica.

- Táctica general, aprendizaje de los fundamentos teóricos generales de la táctica deportiva, así como de los procedimientos prácticos de su aprovechamiento en las diversas circunstancias, que en la medida de lo posible deben ser similares a la actividad deportiva elegida.

- Táctica específica, corresponde a las características específicas de cada disciplina deportiva.

#### 2.3.4.3. Perspectivas o enfoques de la táctica.

**Dualista o asociacionista:**

Esta perspectiva está basada en la realización de un análisis detallado de los distintos elementos que intervienen en una tarea global, trabajándolas por separado. Desde esta perspectiva se presupone que el trabajo parcelado y aislado del contexto de cada componente es suficiente para posteriormente permitir una integración en situación real competitiva, con la condición de haber realizado repeticiones sistemáticas de cada uno de los elementos. En síntesis, este enfoque se resume en el contexto táctico por una valoración exagerada de la técnica individual implícita en el medio táctico que se trate, sobre la que es necesario que el jugador adquiera en elevado dominio del repertorio de gestos específicos del medio. La utilización exclusivista de esta perspectiva provoca que los elementos técnicos trabajados sean adquiridos por el jugador de una forma abstracta, sin tener dimensión relacional.

**Perspectiva estructural:**

Los principios de esta perspectiva se basan en entender que cada medio táctico se manifiesta con una estructura concreta que contiene dos aspectos complementarios fundamentales que la caracterizan: el conjunto global y la interacción de sus partes, haciendo hincapié en la importancia de las relaciones observables y significativas. Existe un sistema de relaciones entre los distintos compañeros, el balón, sus oponentes directos, el espacio, y el cumplimiento de las reglas de juego.

Cada medio táctico no se define solamente por los elementos técnicos que utiliza, el número de jugadores que participan, o los momentos de intervención, sino por las relaciones entre todos estos aspectos, y al mismo tiempo por las relaciones de ese medio concreto con otros, y con una dimensión superior caracterizada por el sistema o el concepto de juego de equipo.

En definitiva, el enfoque estructuralista, nos lleva a la construcción de un modelo que trata de reproducir un sistema de relaciones que se establecen entre los diversos elementos de un medio táctico, y de éste con otras situaciones de juego.