



**WANCEULEN**  
EDITORIAL DEPORTIVA

---

Revista

**WANCEULEN E.F. DIGITAL**

---

*Número 7 – Diciembre 2010*

**LA COMPETICIÓN COMO HERRAMIENTA  
FORMATIVA. DIFERENTES PROPUESTAS EN  
MINIBASKET**

---

**M<sup>a</sup> Isabel Piñar López y David Cárdenas Vélez**

---

*Universidad de Granada*

---

## Resumen.

La competición es la herramienta formativa por excelencia siempre que esté bien orientada y sea entendida como un proceso y no como meta o producto. Ignorarla o excluirla del proceso de formación deportiva del niño que se inicia en la práctica del baloncesto sería un error, ya que, no se correspondería con sus intereses y motivaciones, pues necesita medirse y compararse con él mismo y con los demás. Es el mejor medio para conseguir los aprendizajes y mejorar como jugador. Es necesario analizar las diferentes propuestas competitivas en minibasket para comprobar si existe una adaptación de las mismas a las características del joven jugador.

**Palabras clave:** competición, formación, minibasket.

## INTRODUCCIÓN.

### La competición en minibasket como medio formativo.

Entre las características que definen el deporte destaca la manifestación agonística de la motricidad de los practicantes. Este carácter competitivo debe ser entendido como algo propio de la actividad deportiva y, en cualquier caso, orientado debidamente para favorecer un proceso formativo adecuado. Sánchez (1999) recuerda que la competencia motriz de una persona repercute en sus posibilidades de interacción sobre el entorno social e influye en la capacidad de relacionarse con los demás. Además, Oña (1987) señala que el niño a partir de los ocho años necesita medirse, evaluarse y compararse con otros.

Sin embargo, la utilización de la competición en el ámbito de la iniciación deportiva ha suscitado controversias, escuchándose argumentos a favor y en su contra. Entre los segundos, se encuentran los que señalan valores como la desmotivación del perdedor, la exaltación de la victoria, la discriminación de los perdedores y la presión por el rendimiento deportivo del niño, valores que no son más que una prolongación de la presión existente en el deporte profesional, acusándola de colaboradora del deterioro y desviación moral y social que suele producirse en el deporte (Blázquez, 1995).

Las explicaciones que defienden la competición como algo necesario e imprescindible dentro de la formación, destacan la influencia que ésta tiene sobre la motivación, la satisfacción o la autoestima, argumentando que cuando la práctica deportiva conlleva una mayor dedicación llega un momento en el que no basta con la motivación intrínseca producida por la propia mejora; el niño necesita algo más para seguir involucrándose en la actividad. La competición es el medio que permite al niño compararse con los demás a la vez que seguir mejorando (Lozano, 2001). Además, son los propios niños los que demandan competir por su carácter agonístico, el afán de superarse y de ganar a él mismo o al otro (Antón, 1999; Añó, 1997; Biddle, 2001; Feu, 2002, <http://www.efdeportes.com/efd52/context.htm>; Giménez, 2000; Junoy, 1996; Ortega, 2004, 2006).

Probablemente el enfoque debería ser distinto y la cuestión a plantear no si la competición resulta o no beneficiosa para el niño, sino la forma en que debería de tratarse para que resultara formativa. Habría que establecer una clara diferenciación entre la competición entendida como culminación, meta o producto, y la competición como medio formativo (Añó, 1997; Antón, 1999; Blázquez, 1995; Cárdenas, 2003; Cruz, Boixados, Torregrosa, y Mimbrero, 1996; Damas y Julián, 2002; Feu, 2002; García, 2000; Giménez, 2000; Giménez y Sáenz-López, 1999; Hahn, 1988; Jiménez, López y Aguado, 2003; Junoy, 1996; Roberts, 1991) En esta línea son diferentes los autores que han tratado de establecer diferencias entre ambas acepciones de la competición, como proceso (vertiente pedagógica) y como producto (vertiente de rendimiento) (Tabla 1).

Tabla 1. Características de la competición como proceso y producto. (Modificado y ampliado de Ortega, 2004).

AUTOR	COMPETICIÓN COMO PROCESO	COMPETICIÓN COMO PRODUCTO
AÑÓ (1997)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Expresa las habilidades humanas.</li> <li>• Canaliza la agresividad.</li> <li>• Es un factor de cohesión.</li> <li>• Es un aprendizaje para la victoria y para la derrota.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Es selectiva, sexista y elitista.</li> <li>• Aumenta la agresividad.</li> <li>• Provoca enfrentamientos sociales.</li> <li>• Persigue el éxito por encima de todo.</li> </ul>
ANTÓN (1999)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Agonismo.</li> <li>• Medio imprescindible para la progresión.</li> <li>• Disponibilidad de un mayor repertorio de respuestas.</li> <li>• Autovaloración.</li> <li>• Favorece la capacidad de análisis y apreciación de las situaciones y el desarrollo del espíritu autocrítico.</li> <li>• Desarrolla el pensamiento táctico globalizado.</li> <li>• Permite desarrollar la capacidad de sobreponerse y vencer las emociones negativas.</li> <li>• Provoca oportunidades para superar obstáculos de diferentes niveles de dificultad.</li> <li>• Posibilita la formación de la confianza del jugador en sus propias fuerzas, ayudándole a conocer sus limitaciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Rivalidad.</li> <li>• Fuentes de conflicto social.</li> <li>• Ganar por encima de todo.</li> <li>• Eficacia inmediata.</li> </ul>
FEU (2001)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Satisfacción personal.</li> <li>• Diversión.</li> <li>• Superación personal.</li> <li>• Provoca aprendizajes</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Estrés.</li> <li>• Falta de motivación.</li> <li>• Abandono de la práctica deportiva.</li> </ul>
DAMAS Y JULIÁN (2002)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Motivación hacia la práctica.</li> <li>• Aprendizaje táctico.</li> <li>• Regla del deporte.</li> <li>• Entrenamiento psicológico.</li> <li>• Autovaloración.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• El alto grado de motivación significa una disminución de la atención hacia la conducta correcta.</li> <li>• Si su duración es muy elevada, y no hay objetivos concretos, puede disminuir su carácter motivacional.</li> <li>• Mayor complejidad que las situaciones no competitivas.</li> </ul>

Los trabajos empíricos en relación con la competición son escasos (Barnett, Smoll y Smith, 1992; Cruz, 1994; Cruz, Boixadós, Valiente y Capdevila, 1995; Lonning, 2002; Ortega, 2004; Ortega, Piñar y Cárdenas, 1999; Piñar, 2005; Piñar, Alarcón, Vegas, Miranda y Cárdenas, 2003; Piñar, y Cárdenas, 2004; Taylor, 2002;) pero de todos ellos se desprende la idea de que la influencia de la competición sobre el niño es variable y dependerá del uso que se haga de ella.

Por otro lado, las tendencias metodológicas en la enseñanza de los deportes de cooperación-oposición, como el minibasket, presentan como requisito indispensable para la mejora en el aprendizaje, dos factores fundamentales:

- La necesidad de aumentar el tiempo de participación activa para adquirir y mejorar una habilidad (Cárdenas, 2000, 2004; Castejón, 1995, 2002; Piéron, 1999; Rukavina, 1998; Ruiz, 1997; Tinberg, 1993).
- La necesidad de plantear una enseñanza basada en el aprendizaje significativo, para lo cual es necesario plantear situaciones semejantes a la competición (Cárdenas, 1999, 2003; Castejón, 2002; Castejón y López, 2003; Cruz, 1997; Contreras, 1998; Jiménez, 2003).

Luego, “practicar y hacerlo en condiciones semejantes a la competición deberían ser las directrices básicas para lograr un correcto proceso de enseñanza-aprendizaje” (Ortega, 2004, p.60) y teniendo en cuenta que la situación más parecida a la competición es la propia competición, esta debe ser entendida “como un elemento determinante para el proceso de enseñanza-aprendizaje en la iniciación deportiva en general y en la enseñanza del baloncesto en particular”(p.61).

Así pues, la competición de minibasket como proceso se justifica, entre otras, por dos razones principales:

1. Por las necesidades agonísticas del propio niño.
2. Por su utilización como herramienta de formación.

## **LA COMPETICIÓN DEPORTIVA COMO HERRAMIENTA DE FORMACIÓN PARA EL JUGADOR DE MINIBASKET.**

“Ignorar la competición o excluirla del proceso de formación deportiva del niño, constituiría un grave error, sencillamente porque no correspondería a los intereses y motivaciones del niño, y representaría una decisión que, sin justificación pedagógica, provocaría inevitables reflejos negativos en el desarrollo de sus capacidades” (Antón, 1999, p. 9). De esta afirmación se desprende que la competición es inseparable del proceso de formación del jugador y una de las situaciones más significativas de la práctica deportiva, pues en ella el niño va a mostrar dónde y qué es capaz de hacer (Antón, 1990).

Las experiencias prácticas que un jugador puede adquirir en un partido no pueden ser sustituidas por ninguna situación de las que se propongan en los entrenamientos, aunque el entrenador realice el esfuerzo por conseguir la mayor

similitud entre ambas; el carácter agonístico y motivante que intrínsecamente conlleva la competición (Alonso, Boixados y Cruz, 1995; Cárdenas, 2003; Gordillo, 1992; Ortega et al., 1999; Saura, 1996;) no podrá ser reemplazado por las tareas que se propongan en los entrenamientos (Antón, 1999; Cárdenas, 2003; Ortega, 2004).

Así pues, uno de los objetivos más importantes del proceso formativo del jugador de minibasket es asegurar el máximo tiempo de participación de los niños, tanto en las sesiones de entrenamiento como durante la competición (Blázquez, 1995; Giménez y Sáenz-López, 1999; Ortega et al., 1999; Padial, Alarcón y Cárdenas, 2002; Ortega, Piñar Alarcón y Cárdenas, 2002). De forma que, *“en la medida en que se consiga aumentar el índice de participación en las tareas de práctica, mayores probabilidades de conseguir los aprendizajes deseados”* (Ortega, Piñar et al., 1999, p.69).

Aunque la competición representa el marco idóneo para el desarrollo de todas las habilidades necesarias para jugar a baloncesto, la participación en ella debe entenderse no solamente como un objetivo sino, principalmente, como un medio indispensable para provocar la mejora individual y colectiva (Antón, 1999; Cárdenas, 2003).

La carga de competición, la duración de la misma, la variación de intensidades, la variabilidad de situaciones que se dan en ella, la complejidad del medio en cada momento, etc., son parámetros indisociables para la consolidación de las habilidades motoras. Y, es la combinación de todos los parámetros la que garantiza una mejora de la propia capacidad y competencia, pues en la competición se reproducen todas las circunstancias reales que exigen al sujeto la participación en su totalidad (Antón, 1999).

En esta línea, Ortega (2004) realiza un análisis muy acertado de la competición, intentando vislumbrar qué tipo y modalidad de práctica conlleva la misma y cuáles son sus repercusiones sobre el aprendizaje motor. Éstas son:

1. La competición es un tipo de práctica global en la que pueden aparecer todas o casi todas las situaciones de enseñanza aprendizaje necesarias para la formación del jugador.
2. La competición conlleva un tipo de práctica masiva o continuada, considerada la más adecuada para el proceso de enseñanza-aprendizaje en los deportes colectivos, siempre que el niño juegue durante un tiempo prolongado.
3. Si el tiempo de juego es duradero los efectos de la fatiga se harán patentes en el aprendizaje, por lo que el entrenador deberá controlar y programar el tiempo de juego durante la competición.
4. La competición ofrece un tipo de práctica aleatoria que facilita la transferencia, ya que conlleva una elaboración y reelaboración de la solución del problema (Ruiz, 1997).
5. La competición puede suponer una práctica guiada o libre en función del estilo de juego propuesto por el entrenador.
6. La competición representa un momento idóneo para realizar aprendizajes asociados a la velocidad.
7. La competición es un tipo de práctica variable debido a la relación entre atacantes y defensores, que producen cambios constantes en la dinámica del juego,

provocando situaciones muy variables desde el punto de vista técnico, táctico, psicológico, físico, etc.

Luego si la competición es una herramienta potente en el proceso de enseñanza-aprendizaje, la única forma de conseguir que un jugador consiga mejorar su formación significativamente y competir a un nivel aceptable, será asegurarse de que a lo largo de su vida haya acumulado muchas y muy diversas experiencias de competición (Cárdenas, 2003; Cárdenas et al., 2001; Giménez y Sáenz-López, 1999; Ortega, Piñar et al., 1999), no siendo válida cualquier tipo de competición.

## CARACTERÍSTICAS DE LA COMPETICIÓN EN MINIBASKET.

La importancia de los agentes psicosociales en la formación del jugador de minibasket en los contextos de logro, como la competición, está suficientemente demostrada (Cantón, Mayor y Pallarés, 1995; Cervelló, 1999; Cruz, 1994, 1997; Duda, 1996; Escartí y Cervelló, 1994; Roberts, 1991, 1995, 2001). La forma en que los jugadores perciban la competición dependerá de la influencia positiva o negativa que los entrenadores, los padres y los amigos tengan sobre el jugador.

Sólo cuando los agentes sociales que rodean e influyen al joven deportista proporcionan modelos adecuados, las competiciones se convierten en herramientas muy eficaces para el aprendizaje deportivo (Cervelló, 1999; Cruz et al., 1994, 1999; Weinber y Gould, 1996) por lo que es competencia de ellos ayudar a los niños a satisfacer su necesidad de divertirse y sentirse competentes, estructurando la experiencia deportiva.

En este sentido, Antón (1999) señala que la figura del entrenador será determinante para que el joven jugador perciba de forma adecuada la competición, entendiéndola como un proceso que le servirá para mejorar como deportista y como persona, siempre y cuando perciba al oponente como “ *un medio facilitador de la propia progresión*” (p.9).

Pero, además, la adquisición de experiencias formativas a través de la competición sería más significativa y relevante si estuviera adaptada al nivel de los practicantes. Así pues, es de suma importancia “*utilizar y diseñar la competición como un medio al servicio de la formación y no como un fin en sí misma*” (Cárdenas, 2003, p.187). Como señala Antón (1999), la variación del tipo de competición es un arma pedagógica fundamental, puesto que para el niño cuenta, en primer lugar, las posibilidades de valorar el éxito, aunque éste se produzca en alguna faceta del juego o de la actividad y, en segundo lugar, el tipo de competición realizada.

Desde esta perspectiva, autores como Wein (1995), Giménez y Sáenz-López (1999), Cárdenas (2003) realizan propuestas en las que modifican la competición en función de la edad y etapa de formación en la que se encuentren el jugador de fútbol y baloncesto, respectivamente (Tablas 2, 3 y 4 ), con la intención de establecer una conexión entre los objetivos y contenidos desarrollados en cada etapa y la forma de jugar en competición.

Tabla 2. Progresión lógica de las competiciones formativas en el fútbol base (Tomado de Wein, 1995).

CATEGORÍA	MODALIDAD
<b>BENJAMÍN (1er. año)</b>	<b>MINI FÚTBOL 3x3</b>
<b>BENJAMÍN (2º año)</b>	<b>MINI FÚTBOL 4x4</b>
<b>ALEVÍN</b>	<b>FÚTBOL A 7</b>
<b>INFANTIL</b>	<b>FÚTBOL A 8 O FÚTBOL A 7</b>
<b>CADETE</b>	<b>FÚTBOL A 9</b>

Tabla 3. Propuesta de competiciones en las diferentes categorías (Tomado de Giménez y Sáenz-López, 1999).

CATEGORÍA	SITUACIÓN	JUGADORES	TIEMPO	DURACIÓN	REGLAS
Benjamín	1x1	1	Medio campo Aro: 2,40	2x3'	Canastas 1 punto. Arbitraje global. No tiros libres
Benjamín	2x2	2	18x9 voleibol Aro: 2,40	2x5'	Canastas 1 punto. Arbitraje global. No tiros libres.
Alevín	3x3	4	18x9 Aro: 2,60	4x5'	Puntuación baloncesto. Todos juegan 3 periodos.
Preinfantil (13 años)	3x3	4 a 6	20x12 Minibasket Aro: 2,85	4x12' corrido	Balón minibasket. Puntuación baloncesto. Exigencia técnica.
Infantil	4x4	6 a 8	Minibasket o baloncesto. Aro: 2,85	4x10' efectivo	Balón baloncesto. Exigencia técnica. No defensa en zona.
Cadete	5x5	8 a 10	Baloncesto Aro: 3,05	2x20'	No defensa en zona. Todos deben jugar.

Tabla 4. Características y evolución de la competición a lo largo de las categorías federativas (Tomado de Cárdenas, 2003).

ETAPA		CARACTERÍSTICAS GENERALES	TIPO DE COMPETICIÓN Y REGLAS BÁSICAS
MINIBASQUET	BENJAMINES	Favorecer el juego individual: relación del jugador con el balón y jugador-defensor. Juego 1x1.	3x3 Modificación de las reglas actuales de Minibasket. Sólo se pueden hacer ayudas en el interior de la zona cuando el jugador con balón entre en ella.
	ALEVINES	Potenciar el juego individual e iniciar al juego colectivo básico: relación jugador-compañeros-adversarios. Explorar las posibilidades del juego de 2x2.	3x3 Modificaciones de las reglas actuales de Minibasket. Se puede hacer ayudas cuando el atacante tiene el balón. Sólo se permite defensa individual.
INFANTILES		Potenciar el juego colectivo básico: relación jugador-compañeros-adversarios. Explorar las posibilidades del juego 3x3. No existen puestos específicos.	4x4 Reglas actuales del baloncesto. Queda prohibido el uso de las defensas en zonas o mixtas.
CADETES		Explorar las posibilidades del juego 4x4 con libre rotación por todos los puestos específicos.	5x5 Reglas actuales del baloncesto, Se permiten defensas en zonas presionantes y defensas mixtas.
JUNIORS		Explorar las posibilidades del juego 5x5. Especialización por puestos.	5x5 Reglas actuales. Se puede utilizar cualquier tipo de sistema defensivo.

De esta manera, se crea un equilibrio entre las exigencias de la competición y las capacidades que tiene el niño en una determinada etapa de su evolución (Wein, 1995). Ya que, como señala Esper (2002), “*el minibasket debe mantenerse como tal y no debe ser el baloncesto en miniatura. Podrá transformarse en baloncesto posteriormente*” (p.61).

Se trataría de buscar una competición que no tenga como objetivo el éxito por el éxito y que esté adaptada a las posibilidades, necesidades y características reales de sus participantes (Antón, 1999, 2001; Cárdenas et al., 2001; Cárdenas, 2003; Chalip y Green; 1998; Giménez y Sáenz-López, 1996, 1999; McPherson y Brown, 1988; Wein, 1995). La competición no es negativa y sí su mala interpretación, adaptación y aplicación (Blázquez, 1995; Cruz, 1997; Cárdenas et al., 2001; Giménez y Sáenz-López, 1996, 1999).



Las características que debe tener una competición en la iniciación deportiva para que sea formativa son (Blázquez, 1995; Giménez, 2000; McPherson y Brown, 1988; Wein, 1995):

- Que sea para todos. Se deben evitar planteamientos restrictivos en los que la competición la disfruten pocos jugadores; por el contrario, hay que fomentar una competición en la que todos los jugadores dispongan de posibilidades para alcanzar sus aprendizajes a través de situaciones reales de juego.
- Adaptada a las características de los jugadores.
- Que se utilice como un medio para incrementar el aprendizaje deportivo y donde el buen juego predomine sobre el resultado.
- Debe ser reducida de forma que la implicación cognitiva del niño se adecue a sus posibilidades.
- Motivante. Plantear competiciones atrayentes en las que haya una gran implicación motriz, reglas sencillas y metas alcanzables.
- Debe buscar la variabilidad en la práctica, y no sólo los medios necesarios para ganar.
- Debe proporcionar la posibilidad de conseguir éxito frecuentemente.

## **PROPUESTAS DE COMPETICIÓN EN MINIBASKET.**

Llegados a este punto cabe plantearse la siguiente cuestión: ¿permiten las reglas de minibasket una formación adecuada a las necesidades y posibilidades de aprendizaje de sus practicantes? Tras el estudio realizado por Piñar (2005) la respuesta a la pregunta anterior es negativa. Se comprobó cómo existían grandes diferencias entre los factores que condicionan el aprendizaje del jugador y su manifestación durante la competición.

En este sentido, la mayoría de los autores consultados abogan por la necesidad de modificar las reglas del juego como factor indispensable para aumentar la participación de los que menos juegan, para fomentar la consecución de éxito en la realización de las acciones emprendidas, para aumentar la habilidad y aumentar la motivación por la práctica deportiva. Sin embargo, las investigaciones encontradas en relación con las modificaciones reglamentarias, se ciñen casi exclusivamente, a observar las diferencias que se producen al modificar los equipamientos deportivos y son realmente escasas en competición y en relación con el tiempo y el tipo de participación (Piñar, 2005).

Existe una clara intención por las distintas federaciones nacionales y autonómicas de modificar la reglamentación de minibasket. Sin ir más lejos la Federación Española de Baloncesto en la temporada 2004-2005 propuso, tras la publicación de algunos estudios y propuestas (Cárdenas et al., 2001; Federación Canaria de Baloncesto, 2003; Piñar y Cárdenas, 2004) y la discusión en diferentes foros de debate, la inclusión de una línea de tres puntos con forma de área de fútbol situada a 4m del aro y el aumento del número de períodos de juego del partido a 6 de 8' cada uno), entre otras modificaciones. La federación Canaria de baloncesto (2003) y la Federación Catalana de Baloncesto (2006) han propuesto modificaciones al reglamento de minibasket (Tablas 5 y 6).

**Tabla 5** .Modificaciones reglamentarias propuestas por la Federación Canaria de Baloncesto (Modificado de "Nueva reforma en los minis" 2003).

<b>MODIFICACIONES REGLAMENTARIAS PROPUESTAS.</b>
• Inclusión de una línea de 3 puntos a modo de área de fútbol prolongándose por la línea de tiro libre.
• Prohibir la realización de 2x1.
• Reparto de cuartos de juego de forma equitativa.

Tabla 6. Algunas Modificaciones reglamentarias propuestas por la Federación Catalana de Baloncesto (Modificado de Mitjana, 2003).

<b>MODIFICACIONES REGLAMENTARIAS PROPUESTAS.</b>
• 48´ de tiempo de partido repartido en 8 períodos de 6´.
• Tiempo mínimo de juego por jugador 18´(3 períodos) y tiempo máximo 30´(5 periodos)
• Cambios en el último periodo.
• 2 tiempos muertos en todo el partido
• Canasta de tres puntos desde fuera del área restringida
• No existe la regla de los 50 puntos
• Cada período tendrá un resultado independiente
• Cada período empezará con 0-0
• De esta manera habrá 8 resultados parciales
• Una vez finalizado el partido se sumarán todos los resultados y se establecerá el resultado final.
• Cuando se produzca un salto entre dos por retención del adversario se concederá el balón al equipo que estaba defendiendo. En caso de duda el balón se dará al equipo que se encuentre en campo defensivo.

Pensamos que las adaptaciones que se realizaron en principio y las que se vienen realizando recientemente con el fin de adaptarse a las características de los niños son insuficientes y no se ajustan, del todo, a sus necesidades formativas en la competición, ya que: se compite 5x5 y ésta es la situación más compleja del juego desde el punto de vista perceptivo, decisional y de ejecución. Existen excesivas diferencias en el tiempo de juego máximo y mínimo que los jugadores pueden participar en la competición, con la consiguiente desmotivación para los que menos juegan. No se garantiza un tiempo de juego suficiente para conseguir el mayor índice de participación posible para todos y aumentar el número de experiencias motrices vividas. Se compite en equipos en los que se tiene que compartir el móvil con cuatro compañeros más con lo que el número de veces que algunos jugadores tienen la posesión del mismo es escaso con la consiguiente disminución de una práctica variable. Siendo el lanzamiento el contenido más importante del juego y que más satisfacción produce, pues a través de él se consigue el éxito, hasta el año 2004 no existía una línea alejada del cesto que permitiese realizar lanzamientos con un valor "especial" y que variar los tipos, las posiciones y las distancias desde donde se ejecutan. Como comprobó Piñar (2005) la distancia desde la que se ejecuta el lanzamiento debe ser adecuada para no desvirtuar la técnica y seguir realizando acciones colectivas e individuales fundamentales para la formación del jugador.

Como el reglamento y el uso que el jugador hace de sus reglas son los responsables de la dinámica del juego, proponemos actuar sobre diferentes variables

con el fin de conseguir una competición a través de la cual el jugador mejore su aprendizaje. **Tiempo:** aumentando el tiempo de juego mínimo y proporcionando un reparto más equitativo de los períodos de juego. Cada jugador debe participar en dos de los cuatro períodos con un tiempo mínimo de 18' y máximo de 20'. **Nº de jugadores:** reduciendo el número de jugadores de campo a 3 por equipo. **Espacio:** reduciendo el espacio de juego (15mx10m), incluyendo una línea de tres puntos (4m) y acercando la línea de tiro libre (3m) (Figura 1). **Metas:** disminuyendo la altura de las canastas.

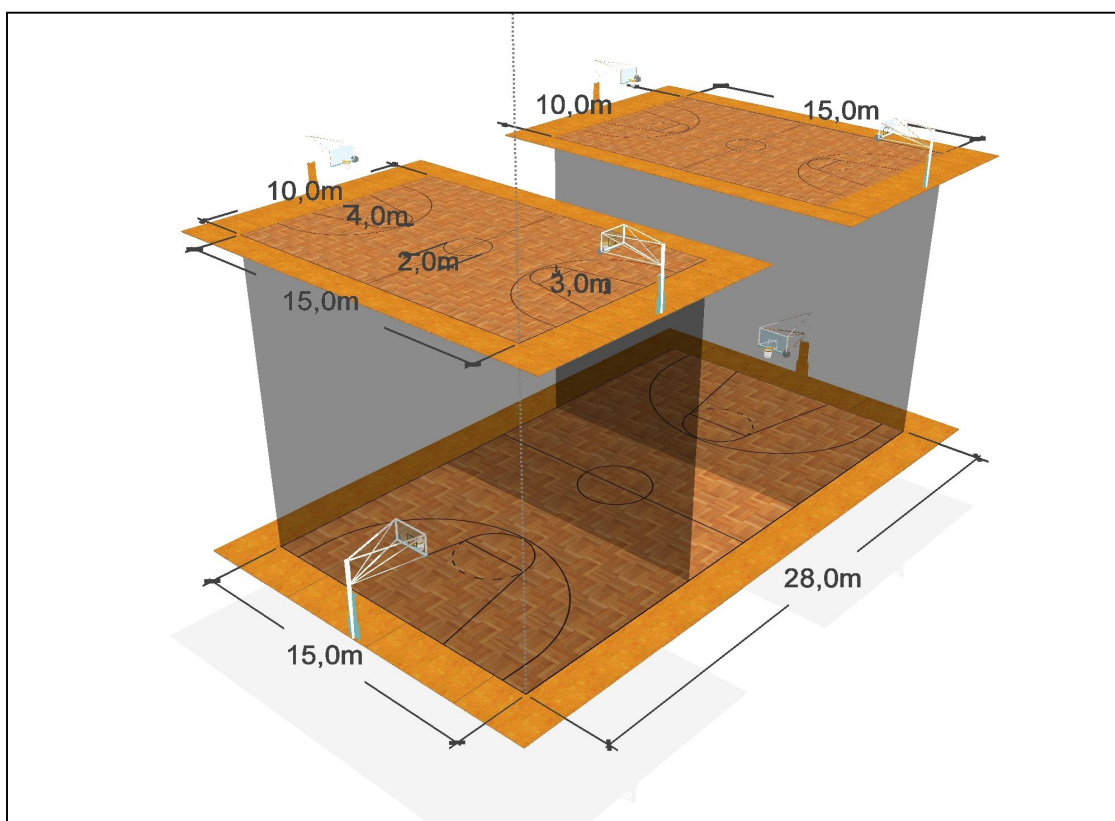


Figura 1. Modificación del espacio de juego.

Con estas modificaciones Piñar (2005) comprobó que compitiendo 3x3 los ataques son más rápidos y dinámicos favoreciendo la creación de desequilibrios defensivos, ventajas numéricas y posicionales de los atacantes frente a sus oponentes, lo que conlleva un aumento en el número de puntos conseguido por la mayor facilidad para superar a los oponentes, debido principalmente a la reducción del número de éstos, con lo que se reduce el nivel de dificultad en la toma de decisiones y beneficia la toma de iniciativas, favoreciendo, a priori, la mejora de la capacidad táctica individual; el número de puntos también aumenta por la presencia de una línea de tres puntos a 4m del aro y por el aumento de la eficacia en el lanzamiento de 2 puntos. El número de pases es prácticamente el mismo que cuando se juega 5x5, lo que supone un aumento en el índice de participación del jugador con balón, aumentando el número de veces y el tiempo que el jugador lo posee sin que ello suponga un incremento en el número de errores, participando, más veces en diferentes tipos de ataque (ataque posicional y contraataque). Considerando que existe un reparto más equitativo de los minutos y períodos de juego al proporcionar las mismas posibilidades de participación

a todos los jugadores, incluso jugando el mismo tiempo que en la modalidad 5x5, se observa una mayor participación activa al aumentar el número de veces en las que se posee el balón, rentabilizando y optimizando el tiempo de juego.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Alonso, C., Boixados, M. y Cruz, J. (1995). Asesoramiento a entrenadores de baloncesto: efectos de la motivación deportiva en los jugadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 7-8, 135-146.
- Antón, J.L. (1990). *Balonmano. Fundamentos y etapas de aprendizaje*. Madrid: Gymnos.
- Antón, J.L. (1999). Valoración, importancia y formas de tratamiento y organización de la competición en el aprendizaje del balonmano. En J. L. Antón y L. J. Chiroso (Eds.), *Jornadas de formación en balonmano: Alternativas y factores a valorar en el aprendizaje* (pp.5-24). Granada: Editores.
- Añó, V. (1997). *Planificación y organización del entrenamiento juvenil*. Madrid: Gymnos.
- Antón, J.L. (2001). *Balonmano recreativo, para todos y en cualquier lugar*. Madrid: Gymnos.
- Barnett, N.P., Smoll, F.L. y Smith, R.E. (1992). Effects of enhancing coach-athlete relationships on youth sport attrition. *The Sport Psychologist*, 6, 111-127.
- Biddle, S. J. (2001). Enhancing motivation in Physical Education. En G.C. Roberts (Eds.), *Advances in motivation in sport and exercise* (pp.101-128). Leeds: Human Kinetics.
- Blázquez, D. (1995). *Iniciación deportiva y deporte escolar*. Barcelona: Inde.
- Cantón, E., Mayor, L. y Pallarés, J. (1995). Factores motivacionales y afectivos en la iniciación deportiva. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 48, 59-75.
- Cárdenas, D. (1999). Los medios de entrenamiento en baloncesto. En F. J. Giménez y P. Sáenz-López (Eds.), *Análisis de la iniciación al baloncesto* (pp.19-34). Huelva: Diputación de Huelva.
- Cárdenas, D. (2000). *El entrenamiento integrado de las habilidades visuales en la iniciación deportiva*. Málaga: Aljibe.
- Cárdenas, D. (2003). El proceso de formación táctica colectiva desde una perspectiva constructivista. En A. López, C. Jiménez y R. Aguado (Eds.), *Didáctica del baloncesto en las etapas de formación* (pp.179-209). Madrid: Editores.
- Cárdenas, D. (2004). Criterios metodológicos para el diseño de las tareas de enseñanza-aprendizaje en baloncesto. En A. López, C. Jiménez y C. López (Eds.), *II Curso de Didáctica del baloncesto en las etapas de formación* (pp. 38-69). Madrid: Editores.
- Castejón, F.J. (1995). *Fundamentos de iniciación deportiva y actividades físicas organizadas*. Madrid: Dykinson.
- Castejón, F.J. (2002). Consideraciones metodológicas para la enseñanza y el aprendizaje del deporte escolar. *Tándem. Didáctica de la Educación Física*, 7, 42-55.
- Castejón, F.J. y López, V. (2003). El tratamiento de la enseñanza de la táctica en el baloncesto. En A. López, C. Jiménez y R. Aguado (Eds.), *Didáctica del baloncesto en las etapas de formación* (pp.210-221). Madrid: Editores.
- Cervelló, E. (1999). Variables psicológicas relacionadas con la elección de tareas deportivas con diferente nivel de dificultad. Consideraciones para el diseño de programas motivacionales de entrenamiento psicológico en el deporte. *Revista Motricidad*, 5, 35-52
- Chalip, L. y Green, B.C. (1998). Establishing and maintaining a modified youth sport program: lessons from Hotelling's location game. *Sociology of Sport Journal*, 15, 326-342.
- Contreras, O.R. (1998). *Didáctica de la educación física. Un enfoque constructivista*. Barcelona: INDE.
- Cruz, J. (1994). Asesoramiento psicológico a entrenadores: experiencia en baloncesto de iniciación. *Apunts Educación Física y Deporte*, 35, 5-14.

- Cruz, J. (1997). Factores motivacionales en el deporte infantil y asesoramiento psicológico a entrenadores y padres. En J. Cruz (Ed.), *Psicología del Deporte* (pp.147-166). Madrid: Síntesis.
- Cruz, J., Boixados, M., Torregrosa, M. y Mimbbrero, J. (1996). ¿Existe un deporte educativo?: Papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño. *Revista de Psicología del deporte*, 9-10, 111-132.
- Cruz, J., Boixados, M., Valiente, L. y Capdevila, L. (1995). Prevalent values in young spanish soccer players. *International Review for Sociology of Sport*, 30, 353-373.
- Damas, J.S. y Julián, J.A. (2002). La enseñanza del voleibol en las escuelas deportivas de iniciación. Madrid: Gymnos.
- Duda, J.L. (1996). Maximizing motivation in sport and Physical education among children and adolescents: the case for greater task involvement. *Quest*, 48, 290-302.
- Escartí, A. y Cervelló, E. (1994). La motivación en el deporte. En I. Balaguer (Ed.), *Entrenamiento Psicológico en el Deporte. Principios y Aplicaciones*. (pp.61-90). Valencia: Albatros.
- Esper, P.A. (2002). La influencia de la metodología aplicada en la iniciación al minibásquetbol en la efectividad del jugador. En S.J. Ibáñez y M.M. Macias (Eds.), *Novos Horizontes para o Treino do Basquetebol* (pp.37-66). Lisboa: Edições FMH.
- Junoy, J. (1996). La actividad física y deportiva extraescolar en los centros educativos: Baloncesto. Madrid: Ministerio de Educación y Cultura.
- Feu, S. (2001). Criterios metodológicos para una iniciación deportiva educativa: una aplicación al balonmano. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 31. <http://www.efdeportes.com/efd31/balonm.htm>. [Consulta 12/08/2002].
- Feu, S. (2002). Influencia del contexto en los elementos del proceso de enseñanza aprendizaje en la iniciación deportiva. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 52. <http://www.efdeportes.com/efd52/context.htm>. [Consulta 12/08/2002].
- García, J. (2000). *Deportes de equipo*. Barcelona: INDE.
- Giménez, F.J. (2000). Fundamentos básicos de la iniciación deportiva en la escuela. Sevilla :Wanceullen.
- Giménez, F.J. y Sáenz-López, P. (1996). La competición en la iniciación al baloncesto. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 46, 42-49.
- Giménez, F.J. y Sáenz-López, P. (1999). *Aspectos teóricos y prácticos de la iniciación al baloncesto*. Huelva: Diputación de Huelva.
- Gordillo, A. (1992). Orientaciones psicológicas en la iniciación deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 1, 27-36.
- Hahn, E. (1988). *Entrenamiento con niños*. Barcelona: Martínez Roca.
- Jiménez, C., López, M.A. y Aguado, R. (2003). La enseñanza y el aprendizaje del baloncesto en las escuelas de la fundación Real Madrid. En A. López, C. Jiménez y R. Aguado (Eds.), *Didáctica del baloncesto en las etapas de formación* (pp.89-117). Madrid: Editores.
- Jiménez, F. (2003). La organización del aprendizaje deportivo a partir de la lógica interna. En A. López, C. Jiménez y R. Aguado (Eds.), *Didáctica del baloncesto en las etapas de formación* (pp.118-135). Madrid: Editores.
- Lonning, G.C. (2002). The effect of skill level on the opportunity to respond to the ball and playing time in youth sports. [Tesis Doctoral]. The University of New Mexico.
- Lozano, F. J. (2001). Papel de la Psicología de la actividad física y el deporte en la iniciación deportiva. En T. Pelegrín y E.J. Garcés de la Fayos (Coord.), *Encuentro profesional de Psicología del deporte* (pp.45-66). Murcia: Ayuntamiento de Beniel.
- McPerson, B.D. y Brown, B.A. (1988). The Structure, Processes and Consequences of Sport for Children. En Smoll, F.L., Magill, R.A. & Ash, M.J. (Eds.), *Children in Sport*, (3<sup>rd</sup> ed., 265-286). Illinois, IL: Human Kinetics.
- Mitjana, J.C. (2006). Propuesta reglamento de la Federación Catalana de Baloncesto [Power Point]. *Congreso Internacional de Minibasket, Manresa 12-13 Octubre, 2006*.

- Nueva Reforma en los minis. (2003, 24 de octubre). *Diario de las Palmas*, 43.
- Oña, A. (1987). Desarrollo y motricidad. Fundamentos evolutivos de la educación física. Granada: Editores.
- Ortega, E. (2004). Análisis de la participación del jugador con balón en etapas de formación en baloncesto (14-16 años) y su relación con la Autoeficacia. [Tesis Doctoral]. Universidad de Granada.
- Ortega, E. (2006). La competición como medio formativo en baloncesto. Sevilla :Wanceullen.
- Ortega, E., Piñar, M.I., Alarcón, F. y Cárdenas, D. (2002). Propuesta del número de jugadores que deben componer un equipo de baloncesto de categoría de formación. En M. Hernández, E. Navarro y A. Lorenzo (Coord.), *Libro de Actas del II Congreso de Ciencias del Deporte. Madrid: Coordinadores.*
- Ortega, E. Piñar, M.I. y Cárdenas, D. (1999). El estilo de juego de los equipo de baloncesto en las etapas de formación. Granada: Editores.
- Padial, R., Alarcón, F. y Cárdenas, D. (2002). Análisis de diferentes aspectos relacionados con la organización de las tareas en diferentes niveles de competición en baloncesto. En M. Hernández, E. Navarro y A. Lorenzo (Coord.), *Libro de Actas del II Congreso de Ciencias del Deporte.* Madrid: Coordinadores.
- Pierón, M. (1999). Para una enseñanza eficaz de las actividades físico-deportivas. Barcelona: INDE.
- Piñar, M.I. (2005). Incidencia del cambio de un conjunto de reglas de juego sobre algunas de las variables que determinan el proceso de formación de los jugadores de minibasket (9-11 años). [Tesis Doctoral]. Universidad de Granada.
- Piñar, M.I., Alarcón, F., Palao, J.M., Vegas, A., Miranda, M.T. y Cárdenas, D. (2003). Análisis del lanzamiento en el baloncesto de iniciación. En A. Oña y A. Bilbao (Eds.), *Libro de Actas del II Congreso Mundial de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. Deporte y Calidad de Vida* (pp.202-208). Granada: Editores.
- Piñar, M.I. y Cárdenas, D. (2004). El minibasket 3x3 y sus aportaciones al juego del niño durante la competición. En A. López, C. Jiménez y C. López (Eds.), *II Curso de Didáctica del baloncesto en las etapas de formación* (pp. 16-37). Madrid: Editores.
- Roberts, G.C. (1991). Actividad física competitiva para niños: consideraciones de la psicología del deporte. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, V, 5, 2-10.
- Roberts, G.C. (1995). Motivación en el deporte y el ejercicio físico: limitaciones y convergencias conceptuales En G. C. Roberts (Ed.), *Motivación en el Deporte y el Ejercicio* (pp.27-55). Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Roberts, G.C. (2001). *Advances in motivation in sports and exercise.* Cahmpaing, IL: Human Kinetics.
- Ruiz, L.M. (1997). Deporte y Aprendizaje, procesos de adquisición y desarrollo de habilidades. Madrid: Visor Distribuciones S.A.
- Rukavina, P.B. (1998). A coaches intervention to enhance practice, motor time and skill in youth basketball players. [Tesis doctoral]. Arizona State University.
- Sánchez, F. (1999). Bases para una didáctica de la E.F. y el deporte. Madrid: Gymnos.
- Saura, J. (1996). *El entrenador en el deporte escolar.* Lleida: Institut d'Estudis Ilerdencs.
- Taylor, D.L. (2002). Being a good sport: Developing and maintaining positive sport behaviors in youth basketball. [Tesis Doctoral]. San Jose State University.
- Tinberg, C.M. (1993). The relation of practice time to coaches' objectives, players' improvement and level of expertise. [Tesis Doctoral]. Arizona Sate.
- Wein, H. (1995). *Fútbol a la medida del niño.* Madrid: Real Federación Española de Fútbol.
- Weinberg, R.S., Gould, D. (1996). Fundamentos de psicología del deporte y el ejercicio físico. Barcelona: Ariel.