



**Fernando Rey Lustres**

**Entrenador Nacional de Balonmano y entrenador de Vela**

## ARTÍCULO TÉCNICO DE BALONMANO

### ¿QUIÉN ENSEÑA AL ENSEÑANTE?

**F**undador y creador del Club Polideportivo Goya con Rafael Florido, creador de la Escuela de Vela del Club de Mar de Almería, monitor polideportivo del ayuntamiento de Almería (primera promoción), máster en dirección y administración de empresa por la UNESCO. ¿Por qué esta introducción?

Yo era simplemente un padre que tenía a mis hijos en un colegio (Colegio Goya) y era aficionado a la vela y tuvo la suerte de ser empleado de telefónica.

Cuando un buen amigo, técnico de la Diputación de Almería, me ofreció escribir un artículo sobre la iniciación en el balonmano en una revista que edita este estamento, me planteé que proponer distintas formas de entrenar sería una más de las múltiples oportunidades que por documentación bibliográfica tenemos a nuestro alcance, posiblemente mejores a las que yo puedo aportar.

Por lo tanto, voy a incidir en el fundamento principal de la iniciación en balonmano y si me lo permiten en cualquier actividad deportiva: "El enseñante".

¿Por qué digo "enseñante" y no entrenador de la categoría que quieran?

He convivido a lo largo de mi trayectoria con personas que posiblemente no eran entrenadores nacionales ni INEF, pero que fueron unos Máster con mayúsculas didácticamente.

Ejemplos como: Miguel Paris en Carboneras, Fernando Montes Onilo en El Ejido, Miguel Moreno en Almería... y tantos otros. Todos simplemente maestros o padres o aficionados.



¿Qué debe saber un enseñante en la iniciación?

Cuando hablo de iniciación, estoy muy de acuerdo en los ciclos que orientan sobre edades; pero por favor, tengamos en cuenta que no solamente se inicia a los 8 o 9 años, sino que también hay quien empieza a los 12 o 14. Cuando un chico o chica empieza hay unas pautas esenciales:

- Enseñarle a moverse:

- Adelante
- Hacia atrás
- Lateralmente...



- Enseñarle que hacer con sus extremidades superiores siempre en contacto con su herramienta (el balón):

- Debe saber cogerlo
- Debe saber que sus brazos tienen distintos puntos de flexión
- Debe saber que no son mancos
- Debe saber que, según lo mueva, tiene una mayor o menor longitud y por lo tanto mayor o menor palanca
- Que, según se oriente, se produce un gesto diferente

- Enseñarle que sus extremidades inferiores deben guardar una total armonía con las superiores:

- Movimientos amplios o cortos según convenga
- Piernas semi-flexionadas, no rígidas y en equilibrio
- Centrarse inicialmente en pierna contraria al brazo ejecutor, más adelante llegaremos a situaciones más complicadas
- Que sepa saltar

- Enseñarle su relación con su compañero u oponente además de su herramienta (el balón):

- A nivel técnico: pase, recepción, etc. y su orientación
- Ejercicios sencillos pero básicos como "pase y va" y otros...
- A nivel de táctica individual
- ¿Dónde está el balón y cuál es su dirección?
- ¿Dónde están mis compañeros?
- ¿Dónde está mi oponente?
- A mi modesto entender, no debe existir táctica colectiva, en estos estadios del aprendizaje

Podríamos seguir avanzando hablando de desplazamientos, trayectorias, bote, etc. Pero la pregunta es: ¿Se hace así?

Estoy convencido de que en un alto porcentaje, por desgracia, no es así. Ves entrenar alevines, haciendo línea (táctica colectiva) sin apenas saber coger el balón y sin que nadie les diga los movimientos que hacen mal.

¿Por qué ocurre esto?

¿Será que el enseñante o monitor de 1º, 2º, 3º grados no sabe enseñarlos?

¿Será que ellos mismos no saben ser espejo?

¿Qué enseñanza práctica se imparte en un curso de entrenador?

¿Se puede hacer un entrenador online?

Tenemos que entender que cuando se quiere difundir o expandir la práctica de una especialidad deportiva, te encuentras que quién la va a impartir ni siquiera es entrenador; puede ser un maestro, el padre

de un alumno, simplemente un aficionado o un jugador con una mínima base.

Que quede claro que también esto está estructurado a través de clubs u otras sociedades.

Pero el principio es el mismo, hay que capacitar u orientar al enseñante de forma adecuada, estableciendo pautas a seguir y que las interioricen adecuadamente, así como que ellos mismos deben saber realizarlas. De lo contrario, sería muy difícil que el alumno entienda lo que le explican.

Mi propuesta es que, para cualquier práctica deportiva, el punto más importante es poner las primeras piedras del edificio; estoy absolutamente convencido de que un trabajo escalonado con los mejores enseñantes debidamente aleccionados es el éxito de tener unas escuelas deportivas de primer nivel.

Es una pena que en España todos deben ser médicos o ingenieros, cuando en cambio nuestras enfermeras (por poner un ejemplo), tienen la mejor cotización a nivel mundial. Que sirva de ejemplo que los especialistas de nivel medio son los que levantan un país.

Una vez que me he salido del artículo en particular, creo que las Diputaciones Provinciales pueden proporcionar hitos que sirvan para la promoción o iniciación en distintos sitios, de acuerdo con su labor a nivel provincial.

Para terminar, considero que la unión de esfuerzos de diputaciones, ayuntamientos, federaciones y clubes en una idea común, darían frutos y una elevación del nivel deportivo que podría llegar a señalarnos como una adecuada referencia

