

La inclusión de la línea de tres puntos en minibasket.

Three-point line's inclusion in mini-basketball.

José Luis Arias Estero

Francisco Manuel Argudo Iturriaga

Universidad Autónoma de Madrid

José Ignacio Alonso Roque

Universidad Católica San Antonio, Murcia

Resumen

El reglamento de Minibasket no ha sufrido modificaciones significativas desde sus inicios. Para la temporada 2005/2006 la Federación Española de Baloncesto propuso unas modificaciones al reglamento, de las cuales destaca una línea de tres puntos con forma rectangular. El objetivo de este trabajo fue analizar la bibliografía con respecto a las modificaciones reglamentarias y a la línea de tres puntos en Minibasket, desde un enfoque formativo para el jugador. Las reglas de los deportes de iniciación y en concreto de Minibasket deben responder a las demandas de los sujetos, sus necesidades y motivaciones con el fin de lograr un aprendizaje óptimo. En este sentido, tras revisar la bibliografía, no se encuentran estudios científicos que se centren en analizar la inclusión de la línea de tres puntos, ni que analicen la posición y distancia a la que se debe situar dicha línea para mejorar el juego en Minibasket. Sin embargo, la inclusión de la línea de tres puntos, en las competiciones de las cuales se ha encontrado referencias, fue todo un éxito. Por lo que son necesarias investigaciones que ayuden a esclarecer las limitaciones que existen a la hora de proponer una línea de tres puntos, adaptada a las necesidades formativas y a las características de los jugadores de Minibasket, para favorecer el lanzamiento y obtener éxito desde posiciones alejadas.

Palabras clave: minibasket; modificación de reglas; línea de tres puntos.

Abstract

Mini-basketball rules do not have been changed in a significant way regarding the original idea. For the season 2005-2006, the Spanish Federation of Basketball proposed some changes in its rules, from which a rectangular three-point line stands out. The aim of this study was to examine the bibliography with respect to the rule modifications and to the three-point line in Mini-basketball from a formative point of view. In sport initiation and in Mini-basketball, rules must improve the skill efficiency, performance, enjoyment and satisfaction to the learners. After review the literature, there are not studies that examine the three-point line's inclusion, and the positions and distances of the three-point line to improve the game in Mini-basketball. However, the three-point line's inclusion was a success everything, in the competitions of which it has been references. So, we consider necessary to carry out researches, which help to clarify the restrictions existing to propose a three-point line adapted to the formative needs and the characteristics of Mini-basketball players, in order to favour the shooting and to achieve success from the long-distance shooting.

Key words: mini-basketball; change in rules; three-point line.

Introducción

El Minibasket, como deporte de equipo en las etapas de iniciación, surgió con el objetivo de que los niños pudieran practicar un baloncesto que les permitiera disfrutar de acuerdo con sus posibilidades (Archer, 1963; Boulois y Touboul, 1987; Federación Internacional de Baloncesto Amateur [FIBA], 2005; Mondoni, Cremonini, De Giorgio y Marcangeli, 1998). Pero desde que se creó, el reglamento de Minibasket no ha sufrido modificaciones significativas con respecto a la idea original. Por lo que son varios los autores que a partir de este fundamento resaltan la idea de que, la reglamentación actual de la competición muestra carencias para la formación del niño que juega a Minibasket y exigen un cambio en el reglamento para que se adecue mejor a las necesidades psicoevolutivas del niño (Giménez y Sáenz-López, 2003; Graça y Oliveira, 1997; Piñar, 2005).

Sensibles a esta necesidad, desde la Federación Española de Baloncesto (FEB) propusieron para la temporada 2005/2006 unas modificaciones al reglamento de Minibasket con el objetivo de encontrar una forma competitiva que se adaptase al niño. De estas modificaciones destaca la inclusión de una línea de tres puntos delimitada por un área con forma rectangular, cuyo objetivo es potenciar el lanzamiento exterior. Ante esta regla los organismos autonómicos han adoptado diferentes estrategias, siendo las más usuales: a) no incluir una línea de tres puntos, b) incluir esta línea tal y como propone la FEB y c) utilizar la línea que delimita el área restringida como línea de tres puntos.

Tras la inclusión de la línea de tres puntos en el reglamento de Minibasket, surgen dos problemas de investigación: a) ¿existe evidencia científica de que la línea de tres puntos en Minibasket incrementa el número de lanzamientos realizados desde el exterior de la zona restringida? y b) ¿existe evidencia científica de que un diseño rectangular de la línea de tres puntos, situado a la distancia que marca la regla oficial, es más adecuado que otro diseño situado a otra distancia?

En función de estos problemas, el objetivo de este trabajo fue analizar la bibliografía con respecto a las modificaciones reglamentarias y a la línea de tres puntos en Minibasket, desde un enfoque formativo para el jugador. Para ello y con el fin de generar una base estable de conocimiento, desde la que se puedan inducir nuevas investigaciones en esta temática (Benito, et al., 2007), se trataron aspectos relacionados con el Minibasket, por ser el deporte sobre el que se han realizado los cambios; las reglas, en cuanto que constituyen el medio para realizar cambios en la dinámica de juego; y el lanzamiento a canasta, ya que ha sido la principal habilidad motriz específica a la que ha afectado el cambio.

El Minibasket

El juego de Minibasket se caracteriza, fundamentalmente, por un desarrollo rápido y desestructurado, en el que no se aprovechan los espacios para moverse con y sin balón y en el que no todos los niños obtienen la posesión del balón. Tanto en defensa como en ataque, el 33% de los desplazamientos se realizan por las posiciones de base, alero alto derecho y pivot alto y a distancias superiores a tres metros (66.7% del total de desplazamientos) (Piñar, 2005).

En ataque, el balón se suele pasar sin intención o con la intención de que lo reciba el mejor del equipo. El cual, normalmente es el que más se dirige hacia canasta para lanzar mediante una técnica estándar o en carrera y desde una distancia inferior a cuatro metros. En la fase de defensa, la atención, aunque fija en su oponente directo, se dirige al jugador con balón, con la intención explícita de robarlo o interceptarlo. Cuando a un niño le roban el balón, es normal también, que vuelva a recuperarlo, fruto de la desorganización predominante de la defensa (Piñar, 2005; Piñar, Alarcón, Vegas, Carreño y Rodríguez, 2002; Piñar, et al., 2003).

La competición

De los ámbitos en que los niños pueden practicar durante la iniciación deportiva destaca la competición. La competición es inherente y determinante en el proceso de formación (Baker, Côté y Abernethy, 2003). La competición es una necesidad innata del ser humano, por lo que negar la competición, es en esencia ocultar una de sus motivaciones. No se debe prohibir la competición en iniciación bajo el pretexto del estrés que genera. Sólo hay que utilizarla de forma educativa, ya que la competición constituye un contexto neutro (Cruz, Boixadós, Torregrosa y Mimbreno, 1996; Lapresa, Arana y Garzón, 2006). Y puesto que el juego real es, por excelencia, la mayor fuente de aprendizaje significativo y global, resulta necesario que los niños practiquen en competición.

La competición debe ser motivante para todos, adaptada y simplificada. Debe favorecer el descubrimiento y por tanto, el aprendizaje, para formar jugadores con amplios bagajes transferibles a diferentes contenidos. Contenidos que posibiliten la evolución de forma cognitivo-motriz, es decir, aprendiendo las habilidades motrices bajo condiciones de toma de decisión (Graça & Oliveira, 1997).

La adaptación de la competición

La adquisición de experiencias formativas, en el contexto de la competición sería más significativa si estuviese adaptada al nivel de desarrollo y a las necesidades formativas de los jugadores (Committee on Sports Medicine and Fitness, 2000; Committee on Sports Medicine and Fitness y Committee on School Health, 2001). Ya que modificando la competición se permite practicar las habilidades motrices y la toma de decisión en situaciones reales y adaptadas a las posibilidades de los niños, sin perder su esencia (Dyson, Griffin y Hastie, 2004; Garoz, 2005; Graça y Oliveira, 1997).

Una manera efectiva de disminuir la dificultad del aprendizaje de las habilidades motrices es adaptando las condiciones de práctica (Rink, 1993). Diferentes autores, como Evans (1980) y Rink (1993), sugieren que los sujetos en la fase de iniciación deportiva, pueden mejorar sus habilidades, rendimientos y su satisfacción cuando practican y juegan en situaciones adaptadas a sus necesidades. Estas adaptaciones o modificaciones se pueden realizar, fundamentalmente, a nivel de los reglamentos de juego, que a su vez condicionarán principalmente, dos dimensiones: la estructural y la funcional.

Teniendo en cuenta estas consideraciones, al Minibasket se le debe dar un enfoque que permita la participación de jugadores de todos los niveles. La competición de Minibasket debe ofrecer al jugador una cantidad de experiencias lo más adaptadas posibles que permitan aumentar su bagaje cognitivo-motriz. Debe ayudar a los jugadores a esforzarse, estimulando su creatividad. Por lo que el objetivo general de la competición sería el de potenciar el aprendizaje individual, fundamentándolo en la situación de un atacante contra un defensor (1x1), puesto **que** permite la realización con el balón y el adversario (Cárdenas, 2006; Cárdenas y Pintor, 2001). A partir de dicho objetivo y considerando las propuestas de Cárdenas (2006) y Cárdenas y Pintor (2001) en etapas de iniciación, a continuación se expone un conjunto de objetivos específicos que se deberían lograr a través de la competición de Minibasket (Tabla 1).

Tabla 1. *Propuesta de objetivos a cumplir en la competición de Minibasket.*

OBJETIVO	POSIBILITA
<p>Evitar una exigencia física elevada. Promover el juego en profundidad y anchura.</p> <p>Promover el juego libre con intención.</p> <p>Posibilitar una base rica de experiencias, similar para todos.</p> <p>Atacar contra defensas individuales y prohibir las ayudas defensivas en el exterior de la zona.</p> <p>Introducir una línea de tres puntos adaptada a las posibilidades físicas y coordinativas de la mayoría de los jugadores.</p> <p>Promover situaciones de 1x1.</p> <p>Fomentar la toma de decisión.</p> <p>Incrementar las posibilidades de lograr encestar.</p> <p>Introducir los medios tácticos colectivos básicos de 2x2: pase y recepción, fijación del impar y bloqueo directo.</p>	<p>Disfrutar con lo que se hace.</p> <p>Abrir espacios para llegar al aro contrario. Que el niño perciba, analice y ejecute en función de las posibilidades del juego, dentro de unos propósitos marcados.</p> <p>Evitar la especialización de los niños.</p> <p>Favorecer las situaciones de 1x1, para facilitar la labor del atacante y conseguir éxito.</p> <p>Aumentar el número de lanzamientos exteriores y favorecer las situaciones de 1x1.</p> <p>Poner en práctica los contenidos individuales. Finalizar con lanzamiento y trabajar la toma de decisión.</p> <p>Desarrollar la capacidad para seleccionar las conductas apropiadas en función del estímulo. Aumentar la autoeficacia y la autoestima.</p> <p>Adquirir conocimientos que les permitan evolucionar cognoscitivamente.</p>

Las reglas

El reglamento está constituido por reglas, las cuales especifican la naturaleza del problema del deporte y determinan las restricciones para su resolución (Gréhaigne, Godbout y Bouthier, 2001). Las reglas condicionan la toma de decisión y las habilidades motrices específicas y dotan al juego de dificultad. Son las que establecen las demandas energéticas (Platanou y Geladas, 2006), las condiciones de juego (Hammond y Hosking, 2005; Remmert, 2003) y las condiciones de los jugadores (Ackland, Schreiner y Kerr, 1997; Carter, Ackland, Kerr y Stapff, 2005).

Las reglas de Minibasket deben responder a las demandas de los sujetos, sus necesidades y motivaciones, de manera que se conviertan en un recurso didáctico. Y a medida que el niño se

desarrolle serán necesarias nuevas reglas (Garoz, 2005; Prusak y Darst, 2000). Aun así, el Minibasket en Europa se gestiona y se juega de diferentes maneras. En España, a pesar de las modificaciones reglamentarias efectuadas, los responsables de cada Comunidad Autónoma y de cada Provincia adoptan aquellas que creen oportunas en función de sus posibilidades y creencias, sin tener en cuenta la evidencia científica. Además, la FEB no define claramente algunas de las reglas. Por lo que de acuerdo con Cárdenas (2006), las adaptaciones del reglamento de Minibasket son insuficientes y deficientes.

Estudios sobre modificación de reglas en edades adultas y en baloncesto

Según Kew (1987), aunque las reglas se cambian con frecuencia poco se sabe de los procesos que impulsan los cambios. No obstante, desde un punto de vista centrado en el rendimiento, la modificación de las reglas se atribuye a cuatro factores principales (Hammond, Hosking y Hole, 1999; Hammond y Hosking, 2005; Williams, Hughes y O'Donoghue, 2005): a) el interés por atraer a deportistas y espectadores, b) la necesidad de mejorar el rendimiento de los jugadores, c) el avance tecnológico y d) las presiones comerciales.

Atendiendo a estos factores, en edades adultas, se observan algunos estudios inmersos en un contexto competitivo. En rugby, Williams, et al. (2005), examinaron una serie de reglas que introdujo el Comité Internacional con el objetivo de mejorar la seguridad, la competición y la continuidad del juego. En squash, Hughes (1995), investigó los cambios en el sistema de puntuación. Desde una perspectiva fisiológica, en waterpolo, Platanou y Geladas (2006), analizaron la diferencia entre jugar cuatro periodos de siete minutos y cuatro periodos de nueve minutos, y en fútbol, Rampinini, et al. (2007), modificaron el tipo de ejercicio, las dimensiones del campo, y las instrucciones del entrenador. En voley playa se ha investigado sobre la calidad y la eficacia de las habilidades motrices específicas comparando campos de juego de 16x8 m. y de 18x9 m. (Giatsis y Papadoupoulo, 2003; Giatsis, Papadoupoulo, Dimitrov y Likesas, 2003; Ronglan y Grydeland, 2006). En el Netball de Nueva Zelanda, se ha estudiado el tiempo, la velocidad y la diversión del juego, tras la modificación de varias reglas (Hammond, et al., 1999; Hammond y Hosking, 2005).

En baloncesto senior, los trabajos centrados en el ámbito competitivo, han estudiado: a) la influencia de las nuevas reglas en los partidos de la máxima categoría femenina de España (Hernández, Gil, Gómez, Serantes y García, 2001), b) la incidencia de la modificación del tiempo de posesión de 30 a 24 segundos sobre el tanteo (Piñar, Ortega, Ortega y Palao, 2004), c) el impacto que la inclusión de la línea de tres puntos tuvo sobre los lanzamientos a canasta en el Campeonato Nacional de Calcuta (D'Silva, Joseph y Kalley, 1988), y sobre la incidencia en el tanteo en la máxima categoría masculina de España (Ortega, Piñar, Ortega y Palao, 2004), d) el tamaño del balón para facilitar su manejo (Husak, Poto y Stein, 1986) y e) desde un punto de vista biomecánico se analizó el efecto de la distancia de lanzamiento (Liu y Burton, 1999; Miller y Bartlett, 1996).

Estudios sobre modificación de reglas en edades de iniciación y en Minibasket

A diferencia de lo que se decía sobre el deporte adulto, en edades de iniciación, con una intención más educativa, las reglas se modifican para (Prusak y Darst, 2000): a) aumentar el

tiempo de práctica, b) aumentar la participación, c) facilitar el trabajo adecuado de las capacidades y d) para aumentar el disfrute con lo que se hace.

De manera que se ha observado la modificación de la forma de participación en voleibol (Buekers y Billiet, 1998), en béisbol (Martens, Rivkin y Bump, 1984), y en softball y béisbol (Rupnow y Engelhorn, 1989), así como la modificación del espacio de juego junto con el número de jugadores en fútbol (Lapresa, et al., 2006). De igual modo, Macpherson, Rothman y Howard (2006), en hockey hielo comprobaron los efectos de introducir la regla del *body checking* a dos rangos de edades diferentes para prevenir las lesiones a consecuencia de esta habilidad del juego (Tabla 2).

Tabla 2. Estudios sobre modificación de reglas en las primeras edades en diferentes deportes.

Autores y año	Objetivo	Deporte y Participantes	Modificaciones	Conclusión
Martens, Rivkin y Bump (1984).	Comparar equipos que juegan con reglas de adultos, con aquellos que juegan con reglas modificadas.	Béisbol. 98 niños de 9-10 años. 182 niños de 11-12 años.	Inclusión de un lanzador adulto.	Mayor continuidad al juego en ataque como en defensa. Aumentan las acciones de ataque y de defensa.
Rupnow y Engelhorn (1989).	Comprobar los efectos de la modificación de reglas sobre la forma de participación.	Softball y béisbol. 8 equipos de niños y 9 equipos de niñas de 9-11 años.	Obligatorio que entren a participar en el juego dos veces.	Aumenta la participación en el juego y el número de posiciones en el que participar.
Buekers y Billiet (1998).	Comprobar el grado de habilidad y el rendimiento en el juego tras diferentes modificaciones	Voleibol. 104 niños/as de tres grupos de edad: 9-10, 11-12 y 13-14.	Forma de sacar. Obligatorio realizar tres toques antes de pasar el balón a campo contrario. Número de jugadores.	Para el grupo de menor edad se necesitan mayor número de modificaciones reglamentarias a fin de favorecer su desarrollo.
Lapresa, Arana y Garzón (2006).	Analizar la utilización del espacio durante la fase ofensiva.	Fútbol. 3 equipos masculinos de 11-12 años.	Tamaño del campo de juego y número de jugadores.	La modalidad de fútbol 9 es más apropiada que la de fútbol 11.
Macpherson, Rothman y Howard (2006).	Comparar las lesiones a causa del <i>body-checking</i> en dos ligas.	Hockey hielo. 4736 niños (10-15 años) que se presentaron con una lesión desde 1995 a 2002.	En Ontario se introduce el <i>body-checking</i> a los 10-11 años. Y en Québec a los 14-15 años.	Se producen más lesiones a causa del <i>body-checking</i> , cuando éste se introduce a más temprana edad.

En baloncesto de iniciación y fuera del contexto de la competición, se investigó el tamaño del balón y la altura de la canasta (Tablas 2a y 2b): a) en función de la implicación del rendimiento sobre el lanzamiento (Esper, 1999; Gabbard y Shea, 1980; Isaacs y Karpman, 1981), b) desde un punto de vista biomecánico (Regimbal, Deller y Plimpton, 1992; Satern, Messier y Keller-McNulty, 1989), c) en cuanto al ámbito de manejo del balón (Burton y Welch, 1990) y d) desde una perspectiva de autoeficacia (Chase, Ewing, Lirgg y George, 1994).

Tabla 2a. Estudios sobre modificación de reglas en las primeras edades en baloncesto (modificado de Piñar, 2005).

Autores y año	Objetivo	Deporte y Participantes	Modificaciones	Conclusión
Gabbard y Shea (1980).	Analizar el rendimiento en el lanzamiento según la altura de la canasta.	Baloncesto. 20 niño/as de 10 años.	Altura de la canasta: 2.43 m.; 2.74 m. y 3.05 m.	Se consigue puntuar más en las canastas situadas a 2.43 m. y 2.74 m., que en las situadas a 3.05 m.
Isaacs y Karpman (1981).	Analizar el rendimiento en el lanzamiento según la altura de la canasta y el tamaño del balón.	Baloncesto. 15 niños/as de 7-9 años.	Altura de la canasta: 2.43 m. y 3.05 m. Tamaño del balón: 567-623.68 g. y 75 cm. y 496-552.8 g. y 72.5 cm.	El rendimiento es mejor en las canastas situadas a 2.43 m.
Satern, Messier y Keller-McNulty (1989).	Analizar el rendimiento del lanzamiento, según el tamaño del balón y la altura de la canasta, desde un punto de vista biomecánico.	Baloncesto. 30 niños de 11-12 años.	Altura de la canasta: 2.60 m. y 3.05 m. Tamaño del balón: 567-623.68 g. y 75 cm., 496-552.8 g. y 72.5 cm. y 467.76-552.8 g. y 70 cm.	Existen diferencias desde un punto de vista biomecánico. La altura de la canasta afecta al rendimiento, pero el tamaño del balón no.
Burton y Welch (1990).	Estudiar el rendimiento en el manejo del balón en función de su tamaño.	Baloncesto. 30 niños y 22 niñas de entre 6 y 7 años.	Tamaño del balón (diámetro): 12.7 cm.; 17.78 cm.; 21.59 cm. y 25.4 cm.	Con un balón de 21.59 cm. se obtiene un mayor rendimiento en el manejo.

Tabla 2b. Estudios sobre modificación de reglas en las primeras edades en baloncesto (modificado de Piñar, 2005).

Autores y año	Objetivo	Deporte y Participantes	Modificaciones	Conclusión
Regimbal, Deller y Plimpton (1992).	Evaluar si las preferencias de balones estaban relacionadas con su habilidad de lanzamiento, la puntuación obtenida y otros factores.	Baloncesto. 23 niñas y 54 niños de 10 años.	Tamaño del balón: 567-623.68 g. y 75 cm. y 496-552.8 g. y 72.5 cm.	Prefieren un balón más pequeño. Las puntuaciones obtenidas no son mejores con el balón pequeño. La técnica de lanzamiento no es la correcta en la mayoría.
Chase, Ewing, Lirgg y George (1994).	Examinar los efectos que las modificaciones en el tamaño del balón y la altura de la canasta tienen sobre el rendimiento y la autoeficacia.	Baloncesto. 34 niñas y 40 niños de 9-12 años.	Altura de la canasta: 2.43 m. y 3.05 m. Tamaño del balón: 538.64 g. y 72.5 cm. y 595.33 g. y 75 cm.	Se anota más en canastas más bajas. La autoeficacia es mayor cuando las canastas están más bajas. La autoeficacia es mayor antes de los lanzamientos.
Esper (1999).	Conocer cuál es el tamaño de balón ideal para encestar más lanzamientos.	Baloncesto. 120 niños y 56 niñas de 13-14 años.	Tamaño del balón: 540 g. y 70 cm., 550 g. y 74 cm., 570 g. y 74 cm. y 600 g. y 78 cm.	El balón que permite aumentar el enceste es el de 550 g. y 74 cm.

En etapas de iniciación y a nivel competitivo son escasos los estudios científicos en Minibasket. Sólo se ha encontrado como estudio de referencia el de Piñar (2005). En éste se modifica una serie de reglas, entre las que se encuentra la inclusión de una línea de tres puntos a cuatro metros del aro. Su conclusión fue que la dinámica del juego desde el punto de vista colectivo e individual difiere, variando el grado y el tipo de participación del niño y aumentando los lanzamientos desde el exterior de la zona restringida (Tabla 3).

Tabla 3. Estudio sobre modificación de reglas en Minibasket.

Autores y año	Objetivo	Deporte y Participantes	Modificaciones	Conclusión
Piñar (2005).	Comprobar en qué medida las modificaciones de las reglas que se proponen contribuyen a mejorar el proceso de formación del jugador cuando práctica en competición.	Minibasket. 48 niños y 44 niñas de 9-11 años.	Tamaño de la pista: 15x10 m. Línea de tiro libre: a 3 m. del aro. Se incluye una línea de 3 puntos a 4 m. del aro. Un jugador debe jugar 2 periodos como máximo y mínimo. En el último periodo se pueden realizar cambios en los 2 últimos minutos. En cada periodo juegan 3 jugadores.	Se incrementa el índice de participación y se disminuye la diferencia de participación. Aumenta el número de lanzamientos desde el exterior del área restringida. Aumenta el número de puntos conseguidos.

Fuera del ámbito del análisis científico, existen diferentes propuestas de modificación del reglamento de Minibasket realizadas por personas con experiencia dedicadas al baloncesto. Además, también existen ensayos de modificaciones llevados a cabo a nivel de las federaciones autonómicas. Entre las propuestas, cabe destacar la de Carrillo (1997), el cual no introduce la línea de tres puntos, pero sí comenta la necesidad de modificar aspectos relacionados con la duración del partido, la alineación de los jugadores, las faltas antideportivas y los tiros libres, después de llevar a cabo experiencias en un torneo. Igualmente Mitjana (1999), tampoco introduce la línea de tres puntos en su propuesta inicial. No obstante esta propuesta se mejora en Mitjana (2007), esta vez sí considerando la línea que delimita el área de la zona restringida como línea de tres puntos.

A nivel de las federaciones autonómicas, entre las que muestran una clara definición del reglamento de Minibasket para la temporada 2007/08, sobresale el que utiliza la Federación Catalana de Baloncesto, que entre otras modificaciones también considera la línea que delimita el área de la zona restringida como línea de tres puntos. En esta misma dirección, la Federación de Baloncesto de la Comunidad Valenciana también utiliza este diseño de la línea de tres puntos para la competición regular. Por otro lado, son casos especiales el de la Federación de las Islas Baleares, que entienden el tiro de tres puntos según la señalización en la pista, el de la Federación Navarra, que permite jugar con hasta tres líneas de tres puntos diferentes y en su defecto sin línea de tres puntos y el de la Federación Extremeña, que también permite jugar con hasta tres líneas

de tres puntos diferentes. De la misma manera, se conoce la existencia de ensayos realizados en varias federaciones autonómicas, como en el caso de la Canaria. Esta Federación se considera la precursora de la línea de tres puntos rectangular, establecida más tarde por la FEB. No obstante, de estos ensayos no se han encontrado o no existen ni propuestas ni resultados documentados.

El lanzamiento a canasta

El lanzamiento a canasta es una de las habilidades motrices específicas de especial importancia en baloncesto y por extensión en Minibasket. Dicha importancia viene determinada por dos aspectos principalmente. El primer aspecto hace referencia a que el reglamento determina que el equipo ganador de un partido es el que consigue más puntos al final del partido. Y la forma fundamental de conseguir puntuar es mediante el lanzamiento. El segundo aspecto se refiere a que el enceste a través del lanzamiento es experimentado por el jugador como un logro. Es por ello que se dice que el lanzamiento es la habilidad motriz específica más motivante (Cárdenas y Pintor, 2001; Rojas, Cepero, Oña y Gutiérrez, 2000).

El lanzamiento a canasta es la habilidad motriz específica que más se relaciona con la consecución del objetivo final del juego de Minibasket. Idea que contrasta con las opiniones de autores, que señalan su importancia en relación a un aumento del bagaje cognitivo-motriz del jugador (Piñar, 2005; Piñar, et al., 2002; Piñar, et al., 2003). A pesar de ello, el lanzamiento desde distancias exteriores parece ser poco practicado en Minibasket. No obstante, en los deportes en los que se exige el lanzamiento de un móvil, se requiere su práctica desde diferentes posiciones y distancias (Maxwell, 2006). Por lo que, en Minibasket, el entrenamiento del lanzamiento a canasta debe ser global y variado, generando situaciones similares a las de competición. No se debe negar al jugador la posibilidad de realizar lanzamientos lejanos al aro por la probabilidad de que falle, sino, que se debe dejar que experimente el enceste desde distancias de fuera de la zona restringida (Piñar, et al., 2002).

El lanzamiento de tres puntos

Según la bibliografía, la inclusión de la línea de tres puntos, en las competiciones de las cuales se ha encontrado referencias, fue todo un éxito por su utilidad (Masin, 2005; Ortega, et al., 2004; Schunk, 1994). En 1976 la línea de tres puntos se introdujo en la National Basketball Association (NBA) (NBA, 2007). La línea de tres vino a subsanar la escasez de puntos que se conseguía y la alta cota de anotación de los jugadores interiores (Masin, 2005). La National Collegiate Athletic Association (NCAA) introdujo la línea de tres puntos en baloncesto en el verano de 1985 (Schunk, 1994). Este tipo de lanzamiento se convirtió en un arma fundamental que le dio más vida y espectacularidad al juego (Schunk, 1994). En la temporada 1984/1985 se introdujo en la Asociación de Clubes de Baloncesto (ACB) la línea de tres puntos. Éste provocó un cambio en el desarrollo del juego (Ortega, et al., 2004).

La aparición del lanzamiento de tres puntos desencadenó el desarrollo de una estructura estratégica, a nivel ofensivo y defensivo en baloncesto (Sampedro y Prieto, 2001). Su importancia es tal, que la línea de tres puntos es un elemento notable en la evolución del baloncesto como se concibe en la actualidad. Según Karipidis, Fotinakis, Taxildaris y Fatouros

(2001) el lanzamiento de tres es una de las claves más influyentes en las victorias, junto con el lanzamiento de dos y el rebote. Para De Rose (2004) los lanzamientos de tres conseguidos se relacionan con los equipos ganadores de Brasil. Mientras que según Fierro (2002), el lanzamiento de tres es una variable relacionada con el éxito en la ACB y en la NBA.

En la ACB se ha observado cómo la inclusión de la línea de tres aumenta los puntos en los equipos perdedores. Además, se disminuyen las diferencias entre equipos de diferente nivel y entre equipos ganadores y perdedores (Ortega, et al., 2004). Lo cual en Minibasket sería favorecedor, en tanto que se verían reducidas las diferencias, a la vez que los jugadores de los equipos de más bajo nivel no se desmotivarían.

Igualmente, la inclusión de la línea de tres puntos permitió desarrollar la cualidad de los jugadores como tiradores y variar los tipos de lanzamiento en baloncesto (Ortega, et al., 2004). Lo que en Minibasket ayudaría a que el jugador con balón no fuese un mero pasador y sí aportase incertidumbre al ataque.

A partir de la existencia de una línea de tres puntos los defensores se sitúan más próximos a los atacantes, lo que implica un aumento de espacios cercanos al aro. A causa de ello, se pueden jugar más 1x1, finalizarlos con mayor eficacia y aumentar el número de pases a los jugadores que estén sin defensa (Maxwell, 2006). En definitiva, este factor favorecería las situaciones de 1x1, el desarrollo de las habilidades motrices específicas y la toma de decisión en Minibasket.

Conclusión

Las diferencias entre los adultos y los niños, en cuanto a la fuerza, la altura y la maduración, son factores que conllevan la necesidad de modificación del reglamento, como elemento condicionante del juego. De este modo, la modificación de los reglamentos de juego se realiza con el fin de satisfacer las necesidades de desarrollo de los niños que se inician a un deporte.

Conscientes de las limitaciones de algunos reglamentos de juego, diferentes autores se han preocupado por su estudio, modificación y posterior análisis. Esto se ha hecho en edades adultas y en las primeras etapas de desarrollo de los individuos, centrándose principalmente en las modificaciones estructurales y/o de los equipamientos. No obstante, muy pocos de estos estudios han tenido como marco de referencia la competición.

Con respecto a la competición de Minibasket, la bibliografía indica que muestra carencias para la formación del jugador, por lo que se estima imprescindible un cambio en el reglamento teniendo en cuenta las características psicoevolutivas de la edad. Este cambio debe orientarse a conseguir: a) una igualdad en el tiempo de participación, b) la realización de defensas individuales, c) promover el juego en profundidad y en anchura y d) la práctica de lanzamientos variados y desde una distancia superior a cuatro metros con posibilidades de obtener éxito.

Centrando la atención sobre el lanzamiento y concretamente en el lanzamiento de tres puntos, en Minibasket no existe evidencia científica de que la inclusión de la línea de tres puntos permita el

aumento de lanzamientos desde el exterior de la zona y por tanto se mejore la formación de los jugadores. Igualmente, tampoco se han encontrado trabajos que se centren en analizar con precisión y que comparen como tal las posibles disposiciones y distancias de dicha línea. Sin embargo, de las investigaciones más relevantes se extrae la importancia de la utilización de la línea de tres puntos desde los primeros estadios y parece haber un acuerdo al respecto. Por lo que, para llenar este vacío, son necesarias investigaciones que ayuden a esclarecer las limitaciones que existen a la hora de proponer una línea de tres puntos, adaptada a las necesidades formativas y a las características de los jugadores de Minibasket, para favorecer el lanzamiento y obtener éxito desde posiciones exteriores.

De forma complementaria y según la revisión bibliográfica realizada, los estudios parecen indicar que más que pretender la inclusión de una línea de tres puntos en Minibasket, o junto con su inclusión, es más importante estudiar el efecto del peso del balón, como estrategia facilitadora del enceste desde posiciones exteriores a la zona restringida. Por lo que las investigaciones al respecto deberían combinar el análisis de ambas variables. En este sentido, se sugiere la realización de estudios basados en el análisis del juego, ya que puede aportar información útil a los responsables de las competiciones para considerar la modificación de las reglas. Por lo que, los estamentos responsables deberían considerar este tipo de estudios y basarse en la evidencia científica antes de modificar los reglamentos.

Agradecimientos

Es necesario agradecer la colaboración de la Doctora María Teresa Anguera en lo referente a la orientación y corrección del trabajo, así como por sus ideas y aportaciones.

Referencias bibliográficas

- Ackland, T. R., Schreiner, A. B. & Kerr, D. A. (1997). Absolute size and proportionality characteristics of World Championship female basketball player. *Journal of Sports Sciences*, 15, 485-490.
- Archer, J. (1963). *Cómo jugar mejor el baloncesto. Manual del minibasket*. Madrid: Club Nacional Hesperia.
- Baker, J., Côté, J. & Abernethy, B. (2003). Learning from the experts: practice activities of expert decision makers in sport. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 74(3), 342-347.
- Benito, P. J., Díaz, V., Calderón, F. J., Peinado, A. B., Martín, C., Álvarez, M. & Pérez, J. (2007). La revisión bibliográfica sistemática en fisiología del ejercicio: recomendaciones prácticas. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 3(6), 1-11.
- Boulois, M. & Touboul, G. (1987). *Le baby basket. Un jeu pour l'enfant*. París: Amphora.
- Buekers, M. J. & Billiet, B. (1998). The influence of game modifications on the quality of youth volleyball. *Coaching and Sport Science Journal*, 3(1), 37-41.
- Burton, A. & Welch, B. (1990). Dribbling performance in first-grade children: effect of ball and hand size and ball-size preferences. *The Physical Educator*, 47, 1.

- Cárdenas, D. (2006). El proceso de formación táctica colectiva en el baloncesto desde la perspectiva constructivista. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 94. Extraído el 21 de Diciembre, 2006 de <http://www.efdeportes.com/efd94/balonces.htm>.
- Cárdenas, D. & Pintor, D. (2001). La iniciación al baloncesto en el medio escolar. En F. Ruiz, A. García & A. J. Casimiro (Eds.), *La iniciación deportiva basada en los deportes colectivos. Nuevas tendencias metodológicas* (pp. 105-143). Madrid: Gymnos.
- Carrillo, A. (1997). Buscando un nuevo minibasket. *Clinic: Revista Técnica de Baloncesto*, 37, 18-21.
- Carter, J. E. L., Ackland, T. R., Kerr, D. A. & Stapff, A. B. (2005). Somatotype and size of elite female basketball players. *Journal of Sports Sciences*, 23(10), 1057-1063.
- Chase, M. A., Ewing, M. E., Lirgg, C. D. & George, T. R. (1994). The effects of equipment modification on children's self-efficacy and basketball shooting performance. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(2), 159-168.
- Committee on Sports Medicine and Fitness (2000). Intensive training and sports specialization in young athletes. *Pediatrics*, 106(1), 154-157.
- Committee on Sports Medicine and Fitness & Committee on School Health (2001). Organized sports for children and preadolescents. *Pediatrics*, 107(6), 1459-1462.
- Cruz, J., Boixadós, M., Torregrosa, M. & 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.
- De Rose, D. (2004). Statistical analysis of basketball performance indicators according to home/away games and winning and losing teams. *Journal of Human Movement Studies*, 47, 327-336.
- Dyson, B., Griffin, L. L. & Hastie, P. (2004). Sport education, tactical games, and cooperative learning: theoretical and pedagogical considerations. *Quest*, 56, 226-240.
- D´Silva, L., Joseph, S. & Kalley, R. (1988). Impact of three-point field goal areas rule on shooting in basketball. *NIS Scientific Journal*, 11(3), 25-32.
- Esper, P. A. (1999). Estudio sobre el tamaño de balón ideal en baloncesto para los jugadores de 13-14 años. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 15. Extraído el 10 de Diciembre, 2001 de <http://www.efdeportes.com/efd15/balonc.htm>.
- Evans, J. (1980). Objectivity and game modification: the next step. *Australian Journal of Health, Physical Education, and Recreation*, 89, 13-17.
- Federación Internacional de Baloncesto Amateur (2005). *Reglas del mini-baloncesto 2005*. Génova: FIBA.
- Fierro, C. (2002). Variables relacionadas con el éxito deportivo en las ligas NBA y ACB de baloncesto. *Revista de Psicología del Deporte*, 11(2), 247-255.
- Gabbard, C. P. & Shea, C. H. (1980). Effects of varied goal height practice on basketball foul shooting performance. *Coach and Athlete*, 42, 10-11.
- Garoz, I. (2005). El desarrollo de la conciencia de regla en los juegos y deportes. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad física y el Deporte*, 20. Extraído el 6 de Febrero, 2007 de <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista20/artconciencia.htm>.

- Giatsis, G. & Papadopoulou, S. (2003). Effects of reduction in dimension of the court on timing characteristics for men's beach volleyball matches. *International Journal of Volleyball Research*, 6(1), 6-9.
- Giatsis, G., Papadopoulou, S. Dimitrov, P. & Likesas, G. (2003). Comparison of beach volleyball team performance parameters after a reduction in the court's dimension. *International Journal of Volleyball Research*, 6(1), 2-5.
- Giménez, F. J. & Sáenz-López, P. (2003). El entrenador de baloncesto en las etapas de iniciación. En A. López, C. Jiménez & R. Aguado (Eds.), *Didáctica del baloncesto en las etapas de formación* (pp. 161-178). Madrid: Editores.
- Graça, A. & Oliveira, J. (1997). *La enseñanza de los juegos deportivos*. Barcelona: Paidotribo.
- Gréhaigne, J. F., Godbout, P. & Bouthier, D. (2001). The teaching and learning of decision making in team sports. *Quest*, 53, 59-76.
- Hammond, J. & Hosking, D. (2005). Effectiveness of rule changes in netball. Communications to the *11th World Congress of Sport Psychology*, Sydney, Australia.
- Hammond, J., Hosking, D. & Hole, C. (1999). An exploratory study of the effectiveness of rule changes in netball. Communications to the Fourth International Conference on Sport, Leisure and Ergonomics. *Journal of Sports Sciences*, 17, 916-917.
- Hernández, J., Gil, G., Gómez, A., Serantes, J. & García, J. (2001). Baloncesto femenino y nuevas reglas de juego. El ritmo de juego, el espacio recorrido y las principales acciones de juego. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 43. Extraído el 21 de Enero, 2002 de <http://www.efdeportes.com/efd43/balonc.htm>.
- Hughes, M. (1995). Using notational analysis to create a more exciting scoring system for squash. In G. Atkinson & T. Reilly (Eds.), *Sport, Leisure and Ergonomics* (pp. 243-247). London: E. & F. N. Spon.
- Husak, W. S., Poto, C. & Stein, G. (1986). The women's smaller basketball. It's influence on performance and attitude. *Journal of Physical Education, Recreation and Dance*, 57(9), 18-26.
- Isaacs, L. D. & Karpman, M. B. (1981). Factors effecting children's basketball shooting performance: a log-linear analysis. *Carnegie School of Physical Education and Human Movement*, 1, 29-32.
- Karipidis, A., Fotinakis, P., Taxildaris, K. & Fatouros, J. (2001). Factors characterizing a successful performance in basketball. *Journal of Human Movement Studies*, 41, 385-397.
- Kew, F. (1987). Contested rules: an explanation of how games change. *International Review for the Sociology of Sport*, 22(2), 124-135.
- Lapresa, D., Arana, J. & Garzón, B. (2006). El fútbol 9 como alternativa al fútbol 11, a partir del estudio de la utilización del espacio de juego. *Apunts: Educación Física y Deportes*, 86, 34-44.
- Liu, S. & Burton, A. W. (1999). Changes in basketball shooting patterns as a function of distance. *Perceptual and Motor Skill*, 89, 831-845.
- Macpherson, A., Rothman, L. & Howard, A. (2006). Body-checking rules and childhood injuries in ice jockey. *Pediatrics*, 117(2), 143-147.

- Martens, R., Rivkin, F. & Bump, L. A. (1984). A field study of traditional and nontraditional children's baseball. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 55(4), 351-355.
- Masin, H. L. (2005). A 3-point shot put... *Coach & Athletic Director*, 79(9), 6.
- Maxwell, T. (2006). A progressive decision options approach to coaching invasion games: basketball as an example. *Journal of Physical Education New Zealand*, 39(1), 58-71.
- Miller, S. & Bartlett, R. (1996). The relationship between basketball shooting kinematics, distance and playing position. *Journal of Sports Sciences*, 14, 243-253.
- Mitjana, J. C. (1999). Nuevo reglamento de minibasket. *Clinic: Revista Técnica de Baloncesto*, 47, 14-15.
- Mitjana, J. C. (2007). Propuesta de un nuevo reglamento de minibasket. *Clinic: Revista Técnica de Baloncesto*, 76, 36-41.
- Mondoni, M., Cremonini, M., De Giorgio, A. & Marcangeli, G. (1998). *Conoscere e insegnare il minibasket*. Roma: Federazione Italiana di Pallacanestro. Comitato Nazionale Minibasket.
- National Basketball Association. (2007). *Wikipedia. La enciclopedia libre*. Extraído el 20 de Junio, 2007 de http://es.wikipedia.org/w/index.php?title=National_Basketball_Association&oldid=9464972.
- Ortega, E., Piñar, M. I., Ortega, V. & Palao, J. M. (2004). Incidencia de la inclusión de la línea de 3 puntos sobre el tanteo en baloncesto y propuesta de modificación en categorías de formación. *Revista Digital: RendimientoDeportivo.com*, 7. Extraído el 20 de Diciembre, 2006 de <http://www.rendimientodeportivo.com/N007/Artic035.htm>.
- 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)*. Granada: Universidad de Granada.
- Piñar, M. I., Alarcón, F., Palao, J. M., Vegas, A., Miranda, M. T. & Cárdenas, D. (2003). Análisis del lanzamiento en el baloncesto de iniciación. En A. Oña & 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., Alarcón, F., Vegas, A., Carreño, F. & Rodríguez, D. (2002). Posiciones y distancias de lanzamiento durante la competición en minibasket. En A. Díaz, P. L. Rodríguez & J. A. Moreno (Coords.), *Actas del III Congreso Internacional de Educación Física e Interculturalidad*. Murcia: Consejería de Educación y Cultura de la Región de Murcia.
- Piñar, M. I., Ortega, E., Ortega, V. & Palao, J. M. (2004). Incidencia de la modificación del tiempo de posesión de 30 a 24 segundos sobre el tanteo en baloncesto y propuesta de modificación en categorías de formación. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 79. Extraído el 6 de Febrero, 2007 de <http://www.efdeportes.com/efd79/balonc.htm>.
- Platanou, T. & Geladas, N. (2006). The influence of game duration and playing position on intensity of exercise during match-play in elite water polo players. *Journal of Sports Sciences*, 24(11), 1173-1181.
- Prusak, K. & Darst, P. W. (2000). Teaching strategies and game modifications to promote maximum participation in middle school physical education. *Teaching Elementary Physical Education*, 11(3), 18-23.

- Rampinini, E., Impellizzeri, F. M., Castagna, C., Abt, G., Chamari, K., Sassi, A., et al. (2007). Factors influencing physiological responses to small-sided soccer games. *Journal of Sports Sciences*, 25(6), 659-666.
- Regimbal, C., Deller, J. & Plimpton, C. (1992). Basketball size as related to children's preference, rated skill and scoring. *Perceptual and Motor Skills*, 75, 867-872.
- Remmert, H. (2003). Analysis of group-tactical offensive behavior in elite basketball on the basis of a process orientated model. *European Journal of Sport Science*, 3(3), 1-12.
- Rink, J. E. (1993). *Teaching physical education for learning*. St. Louis: Mosby.
- Rojas, F. J., Cepero, M., Oña, A. & Gutiérrez, M. (2000). Kinematics adjustments in the basketball jump shot against an opponent. *Ergonomics*, 43, 1651-1660.
- Ronglan, L. T. & Grydeland, J. (2006). The effects of changing the rules and reducing the court dimension on the relative strengths between game actions in top international beach volleyball. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 6(1), 1-12.
- Rupnow, A. & Engelhorn, R. (1989). Effect of substitution rules on player participation in youth softball and baseball. *Journal of Applied Research in Coaching and Athletics*, 4(4), 233-244.
- Sampedro, J. & Prieto, G. (2001). Análisis praxiológico de los desplazamientos del balón entre jugadores en baloncesto: Análisis praxiológico del desplazamiento del balón previo al tiro de tres. En *VI Seminario Internacional de Praxiología Motriz* (pp. 4-6). Madrid: INEF – Universidad Politécnica de Madrid.
- Satern, M. N., Messier, S. P. & Keller-McNulty, S. (1989). The effects of ball size and basket height on the mechanics of the basketball free throw. *Journal of Human Movement Studies*, 16, 123-137.
- Schunk, J. D. (1994). Winning and losing with the 3-point shot. *Scholastic Coach*, 63(6), 70-72.
- Williams, J., Hughes, M. & O'Donoghue, P. (2005). The effect of rule changes on match and ball in play time in rugby union. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 5(3), 1-11.