



MONSTER BLOCK TEEN 'S®
. UN GIRO EN LA ENSEÑANZA DEL VOLEIBOL

Prof. José Antonio Fotia

fotiajose@gmail.com

josefotia@fahce.unlp.edu.ar

Profesor Titular de la Universidad Nacional de La Plata, Argentina.

Entrenador de Voleibol Internacional Nivel II

Declarado “Experto en Deporte, Didáctica y Metodología”, por la Comisión Nacional Universitaria Argentina (CONEAU)



Prof. Horacio Enrique Gómez

horaciogomez1313@gmail.com

horacioe.gomez@bue.edu.ar

Entrenador Nacional de Voleibol Nivel II (Argentina).

Secretario Técnico Federación Metropolitana de Voleibol (Buenos Aires, Argentina).



Monster Block Teen's®. Un giro en la enseñanza del voleibol

Hay dos caminos para iniciar a niños y niñas en el voleibol: a través de la enseñanza de las técnicas o a través de juegos motores con finalidades tácticas. Hay solo uno que les resulta interesante, y es a través del juego y del ataque. A partir de estas ideas surge Monster Block Teen's® (en adelante, MBT) (Fotia-Gómez: 2014), cuyo objetivo es aprender voleibol desde formas jugadas, con un contenido central que responde a su lógica interna: el ataque.

MBT es una propuesta de enseñanza del voleibol a través de unidades didácticas de juegos modificados (simplificados), que responden al objetivo principal de su lógica interna, es decir conseguir puntos a través del ataque, especialmente del remate (Fotia, 2015).

LAS FORMAS DE JUEGO EN MBT. HACIA UNA PROPUESTA INCLUSIVA



MBT puede jugarse con tres formas de organización estratégica, cada una a su vez con varias posibilidades en la forma de jugar. En todas y, como hemos dicho antes, siendo el voleibol un deporte de cooperación y oposición, se juega *dos versus dos* y el objetivo es hacer que la pelota toque el campo contrario mediante el ataque, lanzando o golpeándola, según elecciones y posibilidades individuales.



Tal intencionalidad didáctica busca manipular la complejidad de acuerdo a los distintos niveles de dificultad objetiva (Famose 1992), ya que como ya expresamos antes, cada niño o niña parte de edades motrices diferentes. El objetivo permanente es favorecer la comprensión de la lógica del voleibol y la adquisición de tácticas y técnicas básicas del ataque, en un camino didáctico que va desde el juego hacia las partes. Un aspecto central de dicha lógica es la característica de la estructura del voleibol: cada acción forma parte de un encadenamiento temporal y secuencial de situaciones. Traducido esto a la enseñanza, significa que debe evitarse la ejercitación de gestos aislados, y, por ello en MBT las posibilidades de juego propuestas constituyen un verdadero bagaje de ejercicios de síntesis de las situaciones que caracterizan al voleibol, y que, desde el comienzo, enseñan la transición entre los fundamentos.

Primera forma de juego

https://www.youtube.com/watch?v=k6rzJN9O1_A

Se inicia con un ataque con salto sin carrera (lanzamiento con una o dos manos, toque o golpe). Quien defiende el ataque en el otro campo, debe hacerlo con toma de la pelota *antes del contacto con el piso*. Si lo logra, se acerca a la red y ataca. El equipo que realizó el ataque hace la transición a la defensa, y sigue la secuencia. Si la verticalización de los saltos está medianamente consolidada, se incluye el bloqueo.

Segunda forma de juego

<https://www.youtube.com/watch?v=uvUjICY4nF4>

Quien defiende, le pasa (arma) la pelota con lanzamiento o golpe de manos altas a su compañero o compañera, quien ejecutará el ataque. Como en la forma anterior, siempre que la verticalización de los saltos esté medianamente estabilizada, se puede considerar incluir el bloqueo. Atacar desde el pase de otro/a y no desde el lanzamiento propio se constituye en un



atractor para el surgimiento de los pasos de la carrera, un contenido valioso a ser enseñado en el camino didáctico al remate.

Tercera forma de juego

https://youtu.be/6ggVFmCTK_A

Quien defiende, toma la pelota y se la pasa a su compañero o compañera, quien arma para el ataque. El armado puede hacerse con golpe de manos altas o con lanzamiento si el golpe de manos altas de armado no está aún consolidado. Al igual que en las formas de juego anteriores y, de acuerdo a las elecciones y posibilidades individuales, puede jugarse con bloqueo y con carrera para rematar.

MONSTER BLOCK TEEN'S Y LA PEDAGOGÍA NO LINEAL: LA AUTO ESTRUCTURACIÓN TÉCNICA

En MBT los jugadores son los protagonistas principales. Exploran, descubren y se autoorganizan para encontrar las soluciones a los problemas planteados por las situaciones del juego, siempre aleatorias. El aprendizaje surge así en primer término, en una situación didáctica conformada por las interacciones de los y las participantes (y sus posibilidades corporales y motrices, afectivas, cognitivas), con el contexto de juego (tipo de superficie, espacio disponible, zonas libres fuera del campo de juego, etc.) y la tarea planteada (reglas, objetivos, cantidad de jugadores, etc.), (Torrents, 2015). En segundo lugar, en situaciones *adidácticas* (Brousseau, 1997), en las cuales se plantean problemas a resolver sin intervención del entrenador/a. Desde esta perspectiva, se aleja de tareas cerradas, repeticiones en bloque y situaciones analíticas.

En este marco, hemos podido comprobar empíricamente en un registro longitudinal, que, con pocas informaciones -o ninguna- *referidas al objetivo final de las acciones*, niños y niñas descubren en las situaciones de juego aspectos mecánicos y coordinativos de las técnicas del voleibol, consideradas aun hoy como de gran complejidad. Las imágenes 1, 2 y 3 muestran solo algunos ejemplos:



Fig. 1. Adopción de la posición de defensa de una alumna de 5° grado en comparación con una jugadora de la selección de Italia



Fig. 2. Técnica de bloqueo construida autónomamente por una alumna de 6° grado de escuela primaria



Fig. 3. Postura para el armado en comparación de una alumna de 5° grado de escuela primaria con una jugadora profesional en los juegos olímpicos Londres 2012.

Auto estructuración y biomecánica del brazo de ataque

Los modelos técnicos circulantes respecto a la carga del brazo de ataque en voleibol (a la vez, cada uno de ellos con alguna variante en cuanto a la relación con de la altura del hombro respecto a la muñeca) son “arco y flecha - bow and arrow-” (Fig. 4 y 5), “chasquido - snap-” y “rotador o circular -back swing-”. De acuerdo a lo anteriormente expresado, en la trilogía jugador/a, contexto de juego y tarea, hemos encontrado que niños y niñas estructuran su gestualidad técnica en mayor número alrededor de las dos últimas, es decir chasquido y brazo circular. Según las investigaciones de Seminati, Marzaric, Vacondio, Minettia (2015) y de Giatsis, Markus, Hatzimanouil, Dieckmann, Stergiou (2021), existen algunos indicadores de que ambas mecánicas del brazo de ataque son las más seguras en cuanto a la prevención de lesiones crónicas del hombro. Esto podría indicar que la propia construcción de la gestualidad técnica comprende incluso las adaptaciones necesarias para la protección de las articulaciones del hombro.

Carga del brazo de ataque *arco y flecha* (figs. 4 y 5)



Fig. 4. Es asombroso el resultado de la comparación entre la mecánica del brazo de ataque (arco y flecha) entre una alumna de 5° grado de escuela primaria y una jugadora rusa en los JJOO de Río 2016



Fig. 5. Alumno de 5° grado de escuela primaria en comparación de la mecánica de brazo (arco y flecha) con una jugadora profesional.

Carga del brazo de ataque *chasquido* (fig. 6)

Cuando el brazo encargado del golpe prepara su acción de contacto con la pelota, se mueve hacia atrás, la muñeca se posiciona a la altura del hombro y la mano se abre.



Fig. 6. Técnica de brazo de ataque chasquido

Carga del brazo de ataque *circular* (fig. 7)

Cuando el brazo encargado del golpe prepara su acción de contacto con la pelota, la muñeca se posiciona debajo de la altura del hombro y el codo describe un movimiento circular hacia la extensión del brazo para el golpe.



Fig. 7. Técnica de brazo de ataque circular



Palabras finales

Monster Block Teen's significa un giro, hacia formas jugadas, basadas en el fundamento del voleibol que motiva para la práctica y le da sentido: el ataque. Por ello resulta tan interesante y motivador¹.

Es divertido, inclusivo y rico en los aspectos motrices y comprensivos (Bunker, D., Thorpe, R, 1983). Desde su aparición como alternativa a la iniciación tradicional al voleibol, hemos constatado una gran afluencia de niñas y de niños a diferentes clubes de voleibol.

Al fin y al cabo, ya lo decía Rousseau: “La infancia tiene sus propias maneras de ver, pensar y sentir; nada hay más insensato que pretender sustituirlas por las nuestras.”

Referencias Bibliográficas

- Brousseau, G. (1997). *Theory of Didactical Situations in Mathematics*. Kluwer Academic Publishers.
- Bunker, D.J. Thorpe, R.D. (1983). "A model for the teaching of games in secondary schools". En *Bulletin of Physical Education* 19, (1) pp. 5-9.
- Famose J. Pierre. (1992) *Aprendizaje Motor y Dificultad de la Tarea*. Barcelona: Paidotribo.
- Fotia J. (2012) Voleibol, lógica interna e iniciación. *Revista Acción Motriz*, (10), 76-83. Recuperado de: http://www.accionmotriz.com/autores_ver.php?id=78
- Fotia J., Gómez H. (2014) *Monster Block Teen's*. *Revista Volley Attack*, (17), 23-27. Recuperado de: <https://www.volleyattack.com.ar/blog/monster-block-teens>
- Giatsis G., Tilp M., Hatzimanouil D., Dieckmann C., Stergiou A., (2021). *Beach volleyball spike arm swing techniques of Olympics and world championships winners (1996–2019) reveal gender differences*. Recuperado de: <https://journals.sagepub.com/doi/abs/10.1177/17479541211024151>

¹ Puede verse Monster Block Teen's en acción en YouTube, Facebook e Instagram



- Seminati, Marzari, Vacondio, Minetti (2015). *Shoulder 3D range of motion and humerus rotation in two volleyball spike techniques: injury prevention and performance*. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Elena-Seminati/publication/279854106_Shoulder_3D_range_of_motion_and_humerus_rotation_in_two_volleyball_spike_techniques_injury_prevention_and_performance/links/559c585f08ae0035df247e16/Shoulder-3D-range-of-motion-and-humerus-rotation-in-two-volleyball-spike-techniques-injury-prevention-and-performance.pdf?origin=publication_detail
- Torrents C. (2005). *La teoría de los sistemas dinámicos y el entrenamiento deportivo*. Tesis Doctoral, recuperado de: <https://core.ac.uk/download/pdf/16212542.pdf> . Universidad de Lleida, España.

Apéndice

Los autores han sido distinguidos por la Legislatura de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires (Argentina, 2019), “Por la Creación y Difusión de la Propuesta Didáctica para la Enseñanza del Voleibol denominada Monster Block Teen´s”.