

# Estrategias metodológicas para la enseñanza del **Subproyecto Béisbol**

**Rafael Méndez Valbuena**



UNELLEZ

Ediciones de la Universidad Ezequiel Zamora  
Colección **Docencia Universitaria**





---

**Rafael Méndez Valbuena †**

(1948 - 2018)

Natural de Cabimas, Edo. Zulia. Prof. asociado a dedicación exclusiva. Lcdo. en Educación (ULA, Mérida). Magíster en Ciencias de la Educación Superior Mención Planificación del Deporte, UNELLEZ. Jefe del Sub-programa Deporte. Jefe del Proyecto Deporte. Jefe de los Sub-proyectos Béisbol, Baloncesto. Representante de la UNELLEZ en el Instituto Regional del Deporte IRDEB. Delegado Operacional del Béisbol y el comité de los IV Juegos Nacionales Juveniles (JUDENABA). Trabajos presentados: *Propuestas para generar Políticas en la Administración de los Recursos Humanos en el IRDEB, Incidencia del estado Nutricional en la Capacidad Aeróbica de los Estudiantes del Liceo Bolivariano 25 de mayo cohorte 2007-2008 del Municipio Barinas.*

**AUTORIDADES  
UNIVERSITARIAS**

**Prof. Alberto Quintero**  
Rector

**Prof. Óscar Hurtado**  
Secretaría General

**Prof. (E). Heriberto Rivero**  
Vicerrector de Servicios

**Prof(a). (E). Yajaira Pujol**  
Vicerrectora de Planificación  
y Desarrollo Social

**Prof. Héctor Montes**  
Vicerrector de Producción Agrícola

**Prof. Wilmer Salazar**  
Vicerrector de Infraestructura  
y Procesos Industriales

**Prof(a). Marys Orama**  
Vicerrectora de Planificación  
y Desarrollo Regional

**Prof(a). Zoleida Lovera**  
Gerente de la Fundación Editorial  
Universidad Ezequiel Zamora

*Estrategias metodológicas para la  
enseñanza del Sub-proyecto Béisbol*

© Rafael Méndez Valbuena, 2020

Diseño de portada:  
**Gustavo Quintana**

Maquetación:  
**Yolimar Pérez**

Reservados todos los derechos

Depósito Legal: BA2021000040  
ISBN: 978-980-248-232-0



**UNELLEZ**  
UNIVERSIDAD NACIONAL EXPERIMENTAL  
DE LOS LLANOS OCCIDENTALES  
EZEQUIEL ZAMORA  
*La Universidad que Siembra*



ISBN: 978-980-248-232-0



*A mi esposa  
A mis hijos*

*La culminación exitosa de este libro ha sido posible gracias al apoyo recibido de varias personas, ellas son:  
El Profesor José Rafael Padilla, por su invaluable ayuda teórica y humana durante el proceso de elaboración del texto.*

*A la Profesora Alis Toro, quien fue la inspiradora y verdadera docente, quien apoyó decididamente a las ilustraciones técnicas de los diferentes capítulos del presente texto.*

*Al entrenador y amigo Charles Addcox, alias «Carlos Escot» por su valiosa colaboración y las observaciones realizadas, así como su aporte desinteresado a las correcciones de estilo.*

# Índice

<b>Dedicatoria</b> .....	4
<b>Agradecimientos</b> .....	5
<b>Prólogo</b> .....	11
<b>Introducción</b> .....	13
<b>Capítulo 1 - El método como técnica, estilo y estrategia de enseñanza en la práctica</b>	
1.1. Clasificación de los métodos de enseñanza .....	16
1.1.1. El método como técnica de enseñanza .....	17
1.1.2. El método como estilo de enseñanza .....	17
1.1.3. El método como estrategia de enseñanza en la práctica ...	18
1.2. Resumen del capítulo I .....	19
1.3. Actividades de aprendizaje .....	20
1.4. Referencias bibliográficas .....	20
<b>Capítulo 2 - Técnica de agarre, lanzamiento, recepción y fildeo de una pelota de Béisbol</b>	
2.1. Agarre y manejo de la pelota de Béisbol .....	23
2.2. Técnica del lanzamiento de una pelota de Béisbol .....	25
2.2.1. Tipos de lanzamientos de una pelota de Béisbol .....	27
2.3. Técnica de la recepción de una pelota de Béisbol .....	28
2.4. Técnica del fildeo de una pelota de Béisbol .....	30
2.5. Estrategias metodológicas para la enseñanza de la técnica de agarre, lanzamiento, recepción y fildeo de una pelota de Béisbol ...	37
2.6. Resumen del capítulo II .....	50
2.7. Actividades de aprendizaje .....	50
2.8. Referencias bibliográficas .....	50

### Capítulo 3 - Fundamentos técnicos del receptor, infielders, outfielders y lanzador

3.1. Fundamentos técnicos del receptor . . . . .	53
3.1.1. Posiciones del receptor . . . . .	54
3.1.2. Bloqueo de lanzamientos piconazos . . . . .	58
3.1.3. Lanzamiento a las bases . . . . .	61
3.1.4. Fildeo de foul flies . . . . .	64
3.1.5. <i>Outs</i> forzado y tocado en <i>home</i> . . . . .	64
3.1.6. Fildeo de toques de bolas . . . . .	66
3.1.7. Asistencias . . . . .	67
3.1.8. Estrategias metodológicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos del receptor . . . . .	69
3.2. Fundamentos técnicos de la segunda base . . . . .	75
3.2.1. Fildeo de los batazos de rollies y tiros a primera base . . . . .	75
3.2.2. Iniciación del doble <i>play</i> . . . . .	75
3.2.3. Culminación del doble <i>play</i> por segunda base . . . . .	77
3.2.4. Cubrir la segunda base con tiros del receptor . . . . .	79
3.2.5. Cubrir la segunda base con tiros del <i>outfielder</i> . . . . .	80
3.2.6. Cubriendo la primera base . . . . .	81
3.2.7. Relevos y corte . . . . .	81
3.2.8. Fildeo de flies . . . . .	82
3.2.9. Asistencias . . . . .	82
3.2.10. Recomendaciones . . . . .	83
3.3. Fundamentos técnicos del torpedero . . . . .	83
3.3.1. Posición en el campo . . . . .	84
3.3.2. Fildeo de los batazos de rollies y tiros a primera base . . . . .	84
3.3.3. Iniciación del doble <i>play</i> . . . . .	85
3.3.4. Culminación del doble <i>play</i> por segunda base . . . . .	87
3.3.5. Cubrir la segunda base con tiros del receptor . . . . .	89
3.3.6. Cubrir la segunda base con tiros del <i>outfielder</i> . . . . .	89
3.3.7. Cubriendo la tercera base . . . . .	89
3.3.8. Marcador y relevo . . . . .	89
3.3.9. Fildeo de flies . . . . .	90
3.3.10. Asistencias . . . . .	90
3.3.11. Recomendaciones . . . . .	90
3.4. Fundamentos técnicos de la tercera base . . . . .	91
3.4.1. Colocación . . . . .	92

3.4.2. Fildeo de rollies y tiros a las bases . . . . .	92
3.4.3. Fildeo de toques de bola y tiros a primera base . . . . .	93
3.4.4. Cubrir la tercera base . . . . .	93
3.4.5. Marcador y relevo . . . . .	93
3.4.6. Fildeo de flies . . . . .	94
3.5. Fundamentos técnicos de la primera base . . . . .	94
3.5.1. Posición de fildeo . . . . .	94
3.5.2. Formas de cuidar y tocar al corredor en primera base . . . . .	94
3.5.3. Fildeo de toques de bolas . . . . .	95
3.5.4. Fildeo de flies . . . . .	96
3.5.5. Formas de cuidar al corredor embazado . . . . .	96
3.5.6. Tocar al corredor . . . . .	96
3.5.7. Tiros al lanzador quien cubre la primera base . . . . .	96
3.5.8. Tiros a segunda base . . . . .	96
3.5.9. <i>Outs</i> en primera base sin asistencia . . . . .	97
3.5.10. Jugadas de relevo y corte . . . . .	97
3.6. Estrategias metodológicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos de los <i>infielders</i> . . . . .	98
3.7. Fundamentos técnicos de los jardineros . . . . .	104
3.7.1. Posiciones defensivas . . . . .	104
3.7.2. Posición de fildeo . . . . .	105
3.7.3. Fildeo de batazos flies . . . . .	105
3.7.4. Fildeo de los batazos de rollies . . . . .	106
3.7.5. Lanzamientos a las bases . . . . .	106
3.7.6. Asistencias . . . . .	107
3.8. Fundamentos técnicos del lanzador . . . . .	107
3.8.1. Formas de agarre de la pelota . . . . .	108
3.8.2. Tipos de posiciones . . . . .	111
3.8.3. Fases del lanzamiento de frente . . . . .	112
3.8.4. Lanzamiento de lado ( <i>set</i> ) . . . . .	116
3.8.5. Virajes ( <i>salidas</i> ) a las bases . . . . .	116
3.8.6. Convertirse en infield . . . . .	122
3.8.7. Formas de cubrir la primera base . . . . .	123
3.8.8. Formas de cubrir el <i>home plate</i> con <i>wild pitch</i> o <i>passed ball</i> . . . . .	125
3.8.9. Fildeo de toques de bolas . . . . .	125
3.8.10. <i>Rundown</i> ( <i>tira-tira</i> o <i>corre-corre</i> ) . . . . .	128
3.8.11. Asistencias . . . . .	128

3.8.12. Estrategias metodológicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos del lanzador . . . . .	130
3.9. Resumen del capítulo III . . . . .	136
3.10. Actividades de aprendizaje . . . . .	136
3.11. Referencias bibliográficas . . . . .	136

**Capítulo 4 - Fundamentos técnicos del bateo, toque de bola y corring de bases**

4.1. Pasos a seguir para perfeccionar el bateo . . . . .	139
4.1.1. Selección del bate . . . . .	139
4.1.2. Agarre del bate . . . . .	139
4.1.3. Parada postura listo para batear . . . . .	140
4.1.4. Posición en el cajón de bateo . . . . .	141
4.1.5. <i>Ready</i> posición (Figura 204) . . . . .	141
4.1.6. Acción en <i>home</i> . . . . .	142
4.1.7. Errores más comunes al momento de batear . . . . .	145
4.1.8. Recomendaciones para mejorar el bateo . . . . .	146
4.2. El toque de bola . . . . .	146
4.2.1. Toque de sacrificio . . . . .	146
4.2.2. Toque de sorpresa . . . . .	148
4.2.3. Recomendaciones para el toque . . . . .	148
4.3. Estrategias metodológicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos del bateador . . . . .	150
4.4. Resumen del capítulo IV . . . . .	157
4.5. Actividades de aprendizaje . . . . .	157
4.6. Referencias bibliográficas . . . . .	157

**Capítulo 5 - Anotación de un juego de Béisbol**

5.1. Características de la hoja de anotación . . . . .	159
5.2. De la simbología . . . . .	163
5.2.1. Jugadores a la defensiva . . . . .	163
5.2.2. De la simbología simple . . . . .	163
5.2.3. Simbología de los extravases (concretos) . . . . .	167
5.2.4. Otros símbolos . . . . .	176
5.2.5. De los símbolos convencionales . . . . .	178
5.3. De la sustitución de jugadores . . . . .	180
5.3.1. Bateadores emergentes . . . . .	180

5.3.2. Cambio de lanzadores . . . . .	181
5.3.3. De los corredores emergentes . . . . .	181
5.3.4. De los cambios internos . . . . .	182
5.4. De las fórmulas para calcular los averages . . . . .	182
5.4.1. Promedio de bateo . . . . .	183
5.4.2. Promedio de fildeo . . . . .	183
5.4.3. Efectividad del lanzador . . . . .	183
5.5. Recomendaciones generales para el anotador . . . . .	184
5.6. Resumen del capítulo IV . . . . .	185
5.7. Actividades de aprendizaje . . . . .	185
5.8. Referencias bibliográficas . . . . .	185

# Prólogo

El juego de Béisbol es el juego nacional de Venezuela y de los Estados Unidos donde fue inventado por Abner Doubleday en el año 1839. No hay mejor emoción que ver jugadores de las grandes ligas ejercer sus movimientos y jugadas con una agilidad que deja el fanático con la boca abierta. El gran torpedero Venezolano Omar Vizquel es el mejor ejemplo o igual es Miguel Cabrera en el bateo.

Hay pocos juegos que tiene el dinámico y desafío tan grande como cuando un bateador confronta a un lanzador lanzando un objeto de 74 milímetros de diámetro desde una distancia de un poco más de 18 metros a una velocidad de más que 145 kph y el bateador tiene que pegar este pequeño objeto con un palo redondo de 66,3 milímetros. Por muchos años, el Venezolano Miguel Cabrera es un gran ejemplo y ha sido uno de los más destacados en perfeccionar las técnicas de bateo.

Las técnicas del juego de Béisbol tal como el fildeo y el bateo no solamente son complicados pero son bastante difíciles para enseñar, comprender y aplicar en el campo de juego. Junto con la teoría es necesario horas tras horas de práctica para poder ejercer en un juego las muchas técnicas requeridas. Igualmente, es complicada la tarea de escribir un libro/guía con el objeto de presentar los aspectos técnicos del juego de Béisbol en una forma clara, comprensible y efectiva para que el lector realmente pueda aplicarlas en el campo de juego.

*Estrategias metodológicas para la enseñanza del subproyecto Béisbol*, escrito por Rafael Méndez, presenta los fundamentos básicos del juego de Béisbol posición por posición en un formato claro, detallado e ilustrado. Sus muchos años como jugador, coach, manager e instructor es evidente en las páginas donde el descifra movimiento por movimiento las técnicas de cada posición. Para que el

lector realmente tenga la práctica necesaria para tener mejor posibilidad de aplicar las técnicas, el autor incluye después de cada capítulo las estrategias y ejercicios de enseñanza ilustrados.

Hay pocas personas envueltas en el deporte que puede comparar con el entusiasmo, pasión y amor por el Béisbol como Rafael Méndez. Él mismo dice: «yo nací para jugar Béisbol». Él fue un *infielder* destacado por su estilo único, forma técnicamente correcta e instintos para el juego. Ver Rafael cogiendo un rollies es un libro en sí.

Conocí a Rafael Méndez en la Universidad de Los Andes (ULA) cuando me encargue del equipo del dicho instituto en el año 1978. Tan pronto verlo jugar, yo sabía que él iba a ser el centro de cualquier equipo que yo formaría. Y así fue representando el estado Mérida en varios campeonatos estatales y nacionales.

Esta obra por Rafael Méndez no es solamente para estudiantes universitarios aunque el enfoque es así, pero también sirve para jugadores aficionados, entrenadores e instructores de cualquier nivel. Agárrelo, léalo, estúdielo y úsalo cada vez que entra al campo de ese gran juego de Béisbol «Suerte»!

**Charles Addcox Alias «Carlos Escot»**

Jugador de los Orioles de Baltimore de las ligas menores  
Entrenador del Instituto Nacional de Deportes de Venezuela  
Entrenador Principal de la Universidad de los Andes Mérida, Venezuela

# Introducción

Nadie se imagina cuanta alegría y satisfacción logra una persona al saber que ha hecho realidad un proyecto que tuvo en su mente por mucho tiempo. Quizás esta complacencia se deba a que tenía algo pendiente con el Béisbol, por todos los beneficios que he logrado con su práctica, especialmente en los estudios y en mi actividad como docente.

Este deporte me ha permitido conocer mucha gente, la mayoría de ellas ligadas al Béisbol, como son entrenadores, manager, coachs, dirigentes deportivos. Le he dedicado mucho tiempo a esta disciplina deportiva, especialmente como jugador, lo que me ha permitido obtener el conocimiento necesario para atreverme a redactar unas líneas sobre este complicado pero interesante deporte.

La difusión que le ha dado la televisión le ha permitido al Béisbol, ir ganando cada día más adeptos y fanáticos. Los campeonatos mundiales de Béisbol organizados por la MLB con la incorporación de los jugadores de las ligas profesionales de cada país, le ha permitido a muchas naciones incorporarse a su práctica.

En el Béisbol todo es fascinante. En Venezuela es considerado el deporte nacional por excelencia, todos disfrutamos de este pasatiempo, quizás se deba a su dinamismo y la posibilidad de discusión que produce este juego. Todos nos consideramos manager, especialmente cuando vemos un juego Caracas- Magallanes, los dos equipos más populares del país.

El Béisbol es uno de los deportes más complejos que se conocen dentro de la estructura deportiva. Por esta complejidad es que se debe enseñar en forma sistemática, organizada y científica. Por tal motivo, en su enseñanza se debe utilizar una metodología que se adapte a las diferentes situaciones de apren-

dizaje, que tome en cuenta las diferencias individuales, porque en el Béisbol es necesario consolidar las destrezas físicas y psíquicas para lograr el dominio necesario y enfrentar con éxitos las diferentes situaciones de juego.

El presente libro texto provee los fundamentos teórico-prácticos referidos al Béisbol. El mismo está diseñado para cubrir los objetivos de aprendizaje del subproyecto Béisbol, el cual se encuentra incorporado en el V semestre del plan curricular de la Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación, adscrita al Programa Ciencias de la Educación de la UNELLEZ.

El libro se encuentra estructurado por cinco capítulos que abarcan los módulos que componen el subproyecto. Para cada uno de estos capítulos se detallan: los objetivos, desarrollo de los fundamentos técnicos de la posición, resumen, actividades de aprendizaje y las referencias. En el primer capítulo, se despliega el método como técnica, estilo y estrategia de enseñanza en la práctica. En el segundo, se trabaja sobre la técnica de agarre, lanzamiento, recepción y fildeo de una pelota de Béisbol.

Los fundamentos técnicos del receptor, infielders, outfielders y lanzador son abordados en el tercer capítulo. Para el cuarto capítulo los fundamentos técnicos del bateo, toque de bola y corring de bases toman el protagonismo. Finalmente, el quinto capítulo se pasea por los fundamentos de anotación de un juego de Béisbol.

## Capítulo I

# El método como técnica, estilo y estrategia de enseñanza en la práctica



El Béisbol es uno de los deporte más complejos que se conocen en el ámbito de la estructura de movimiento deportiva, por esta complejidad es que se debe enseñar en forma sistemática, organizada y científica. En tal sentido, la enseñanza de los elementos técnicos que componen las diversas áreas del juego implica la incorporación de metodologías que se adapten a las diferentes situaciones de aprendizaje, que consideren las particularidades individuales, ya que se hace necesario consolidar los elementos técnicos y les permita enfrentar con éxito las diferentes situaciones que se presentan en el juego.

Según el diccionario de la Real Academia Española de la Lengua (REAL, 2014) define el método como «modo de decir o hacer con orden». Sobre la anterior definición, es importante destacar que en el ámbito educativo el método es entendido como el procedimiento o el modo de realizar la conducción del proceso de enseñanza, en función de los propósitos u objetivos de aprendizaje. Es decir, permite tener una visión global del proceso de aprendizaje, permitiendo al docente guiar todas sus acciones dentro de una línea pedagógica preestablecida, conduciendo a la formación integral de los estudiantes.

### **1.1. Clasificación de los métodos de enseñanza**

Está bien definido que los métodos de enseñanza conducen a conseguir y alcanzar el aprendizaje en los estudiantes, por medio de los objetivos de enseñanza. Este camino se concreta sobre la base de las diversas técnicas, estilos y estrategias de enseñanzas, aplicadas en la práctica o un recurso didáctico. Dentro del ámbito de la educación física existen diversas tendencias y autores para clasificar los métodos de enseñanza. Por ejemplo, el Manual del Docente de Educación Física Básica (1987) señala los métodos en la educación física: según la relación docente-alumno; método directivo o comando, no directivo o indirecto y el mixto; en cuanto a la presentación de los contenidos se emplean los métodos global o total, fraccionado y el combinado.

Por otra parte, Millán (1994) menciona que los métodos más utilizados en la educación física son: directo, el indirecto o una combinación de ambos; el método total, el método parcial. Asimismo, establece una variante del método parcial: método de la parte pura, método de la parte progresiva y el método de la parte repetitiva. De igual forma, Hernández (2012) hace una clasificación atendiendo al método como: *técnica de enseñanza, como estilo de enseñanza y como estrategia en la práctica*. En función de esta clasificación se desarrollará el presente capítulo.

### **1.1.1. El método como técnica de enseñanza**

La técnica de enseñanza se refiere a la forma como el educador físico transmite el elemento técnico que pretende enseñar, por medio de la interacción de tipo comunicativo y de la manera en que los estudiantes deben realizar un determinado gesto técnico. Sobre este particular, Sánchez (2004) afirma que «el método se concreta mediante las técnicas y que estas tienen como objeto la comunicación didáctica, es decir, los comportamientos del profesor relacionados con la forma de ofrecer la información, la presentación de las tareas y actividades, y todas aquellas reacciones del profesor referidas a la actuación y ejecución de los discentes» (p. 580).

En tal sentido, los objetivos concretos que se buscan con la técnica de la enseñanza, según Navarrete (2010) son:

- Forma de dirigir la atención hacia la actividad.
- Forma de motivar y mantener el interés de los alumnos.
- Forma de presentar el modelo.
- Forma de proporcionar la retroalimentación.

Existen dos modelos de técnica de enseñanza:

- La instrucción directa, basada en el modelo.
- La técnica de enseñanza, por indagación.

Cada una de las técnicas de enseñanza mencionadas anteriormente cuentan con sus características distintivas, en el caso de la instrucción directa: el docente asume el rol de ser protagonista en el proceso de enseñanza, por su parte el estudiante mantiene un rol pasivo, su organización es más formal y por ende la individualización presenta limitancias. En el caso de la técnica de enseñanza por indagación: el estudiante actúa como protagonista de su propio aprendizaje y su organización es menos formal.

### **1.1.2. El método como estilo de enseñanza**

El estilo de enseñanza representa la forma en cómo el docente ejerce su accionar de enseñanza. Sobre este particular, Mosston y Ashworth (1996) ofrecen una visión de estilo de enseñanza «referida a la relación que en todo proceso de enseñanza-aprendizaje se establece entre el profesor y el alumno» (p. 29).

A lo que Delgado (1996) agrega «el estilo de enseñanza es una forma peculiar de interaccionar con los alumnos y que se manifiesta tanto en las decisiones preactivas, como durante las decisiones interactivas y en las decisiones posactivas» (p. 141).

La clasificación de los estilos de enseñanza la ofrece Mosston (1982) modificada posteriormente por Mosston y Ashworth (1993) y la planteada por Delgado (1991) las cuales son:

- *Según Mosston (1982 y 1993)*: mando directo, enseñanza basada en la tarea, enseñanza recíproca, autoevaluación, inclusión, descubrimiento guiado, resolución de problemas, programa individualizado, alumnos iniciados, autoenseñanza, libre exploración.

- *Según Delgado (1991)*: estilos tradicionales (mando directo, modificación de mando directo y asignación de tareas); estilos individualizadores (trabajos por grupos, programas individuales y enseñanza programada); estilos participativos (enseñanza recíproca, grupos reducidos y microenseñanza); estilos socializadores; estilos cognoscitivos (descubrimiento guiado, resolución de problemas) y estilos creativos.

### **1.1.3. El método como estrategia de enseñanza en la práctica**

La estrategia en la práctica puede ser conceptualizada como la manera particular que tiene el docente de abordar los diversos ejercicios o drilles que se encuentran estructurando el conjunto de progresiones metodológicas de enseñanza de una habilidad motriz. Sobre este particular, Delgado (1993) denomina estrategia en la práctica a la forma de presentar la actividad o tarea. Asimismo, Bañuelos (1986) diferencia tres tipos de estrategias de enseñanzas en la práctica:

- *Estrategia en la práctica global*: en este tipo se presenta la actividad de forma completa. Esta estrategia se subdivide en: *global pura* (el ejercicio o tarea motriz se realiza totalmente); *global polarizando la atención* (la tarea se ejecuta igual que en la anterior pero enfocándose en un aspecto en concreto) y *global modificando la situación real* (las condiciones de ejecución se modifican).

- *Estrategia en la práctica analítica*: en este tipo de estrategia la técnica se descompone en varias partes y el proceso de enseñanza se ejecuta por separado.

Bañuelos (op. cit.) cita tres tipos: *analítica pura* (la tarea se descompone en partes y la ejecución comienza por la que el docente considere la más importante); *analítica secuencial* (igualmente que la anterior la tarea se descompone en partes y la ejecución comenzaría con la secuencia uno, a continuación la segunda, la tercera y así sucesivamente, hasta que se hayan asimilado cada uno de los componentes y proceder a la realización global) y *analítica progresiva* (igualmente la tarea se fracciona en partes, la ejecución iniciará con un elemento y hasta tanto no se haya dominado se pasará al siguiente, hasta la ejecución total de la tarea).

- *Estrategia en la práctica mixta*: consiste en la combinación de las estrategias global y analítica; pudiendo ser global-analítica-global.

Una vez revisada la literatura referente a las diversas variantes que existen acerca de la clasificación de los métodos y la experiencia del autor por más de 25 años en la enseñanza de los fundamentos técnicos del Béisbol, tanto en estudiantes iniciantes como de alto rendimiento, sumado a la diversidad de edades atendidas durante todo el accionar pedagógico, se ha asumido como metodología el *método de estrategia en la práctica analítica* en todas sus variantes.

De igual forma, se ha tomado el método propuesto por la profesora Millán (1994) el cual ha denominado *método fragmentario*, concibiendo este como «el efecto de la granada, cuando siendo un todo, se fragmenta en muchas partes para cumplir su cometido de manera simultánea; es decir, se caracteriza por separar un gesto o todo en tantas partes, como lo permitan tanto la biomecánica como la técnica deportiva» (p. 20). Sumado al método como *técnica de enseñanza de instrucción directa* y con la combinación de los diversos estilos de enseñanza.

## **1.2. Resumen del capítulo I**

En el presente capítulo I se analizaron los tópicos referentes a los diversos elementos que componen el método como técnica, estilo y estrategia de enseñanza en la práctica; considerados estos como fundamentales en el accionar pedagógico de todo docente. En el caso de la enseñanza del Béisbol, el autor del presente trabajo considera la propuesta de la profesora Hadassa Millán (1994) como referente para ser considerado en el desarrollo del presente texto.

### **1.3. Actividades de aprendizaje**

Se le pide a los estudiantes, en grupos, que realicen una indagación acerca de:

- Las formas de enseñanza del Béisbol en las diversas etapas de formación.
- Cuál método es el más empleado por los entrenadores durante dicho proceso de enseñanza.
- Cómo es el accionar de los deportistas con el empleo de dichos métodos.

### **1.4. Referencias bibliográficas**

Delgado, M. (1993). Las Tareas en la Educación Física para Enseñanza Primaria. En A.A.VV. Fundamentos de Educación Física para Enseñanza Primaria. Vol. 1. INDE, Barcelona.

Delgado, M. (1996). Aplicaciones de los Estilos de Enseñanza a la EF en la Enseñanza Primaria Obligatoria. Estrategias Metodológicas para el Aprendizaje de los Contenidos de la Educación Física Escolar. Universidad de Granada.

Ministerio de Educación (1987). Programa de Estudio y Manual del Docente. Asignatura: Educación Física y Deporte. (1era ed.). Aragua: Grabados Nacionales.

Millán, H. (1994). El Voleibol. Una propuesta metodológica para la enseñanza de los fundamentos técnicos. Trabajo de ascenso no publicado. Unelz-VPDS.

Mosston, M. (1982). La enseñanza de la Educación Física. Buenos Aires, Paidós.

Mosston, M. y Ashworth, S. (1993). La enseñanza de la Educación Física, la reforma de los estilos de enseñanza. Barcelona, España, Editorial Hispano Europea.

Mosston, M. y Ashworth, S. (1996). La enseñanza de la Educación Física.

Barcelona, España, Editorial Hispano Europea S.A.

Navarrete, R. (2010). La educación física y su metodología. Las formas de enseñar educación física. Portaldeportivo La Revista, 3(16), 1-27.

Real Academia Española de la Lengua (2014). Diccionario de la lengua española. Madrid, España.

Sánchez, B. (1986). Bases para una didáctica de la E.F y el deporte. Madrid, España: Gymnos.

## Capítulo II

### Técnica de agarre, lanzamiento, recepción y fildeo de una pelota de Béisbol



En estos momentos el Béisbol cuenta con una amplia literatura que aborda los fundamentos técnicos, los cuales han generado cantidades de manuales que permiten a los entrenadores contar con herramientas necesarias para abordar el mejoramiento del rendimiento específico en sus atletas. Indudablemente, cada entrenador dispone de sus particularidades individuales acerca de la forma de enseñanza de dichos fundamentos técnicos, partiendo del conocimiento de las características distintivas en cada uno de sus educando. Esto denota el poder seleccionar los medios y métodos de educación más idóneos a las características anteriormente mencionadas, buscando la ansiada efectividad competitiva.

En el Béisbol, por su naturaleza, la mayor parte del tiempo de una práctica efectiva se dedica al perfeccionamiento de las habilidades fundamentales de lanzamiento y recepción de la pelota, lo que asegura el éxito del estudiante en el dominio de esta disciplina. Todo estudiante debe dominar los fundamentos básicos de carácter general, estando entre estos: agarre de la pelota, recepción y fildeo, contenidos contemplados en el contenido programático del subproyecto Béisbol.

Por lo tanto, al concluir el módulo II, el estudiante ejecutará las progresiones metodológicas recomendadas para lanzar y recibir la pelota como fundamento para mantenerla en una situación de juego. Determinará por escrito los artículos del reglamento. De forma específica el estudiante podrá:

- Efectuar los diferentes tipos de lanzamientos de acuerdo con las técnicas desarrolladas en clase.
- Realizará los diferentes movimientos para recibir la pelota según las explicaciones recibidas en clase.
- Realizar y coordinar los movimientos para fildear de frente, hacia ambos lados y atrás.
- Analizar los artículos 3 y 4 del reglamento oficial del Béisbol.
- Demostrar hábitos cónsonos a la carrera como puntualidad, asistencia, colaboración, presentación como complemento a su formación pedagógica.

### **2.1. Agarre y manejo de la pelota de Béisbol**

Lo primero que ha de tenerse en cuenta a la hora de realizar lanzamientos es la

forma de colocar los dedos sobre la pelota, lo cual ha de ser siempre igual, garantizando con esto un lanzamiento efectivo. Para el agarre han de considerarse las individualidades del tamaño de la mano de los estudiantes, puesto que la misma establecerá si se requieren dos o tres dedos para sostener la pelota.

Esto se particulariza en las categorías infantiles, donde se podrá emplear el agarre de tres costuras hasta que sus manos crezcan y le permitan obtener un mejor control de la pelota. A continuación se describe el agarre de cuatro costuras:

- *Colocación de los dedos índice y medio:* se colocan el dedo índice y medio por las costuras más anchas ligeramente separados, de forma transversal y que las primeras y terceras falanges hagan contacto con las costuras, obteniendo lo que se denomina el contacto de cuatro costuras (Figura 1). La pelota debe sostenerse siempre con los dedos y no con la palma de la mano, siendo dicho agarre firme pero no rígido.

- *Colocación del dedo pulgar:* el dedo pulgar debe colocarse por debajo entre los dedos índice y medio, descansando la pelota en la parte ósea y los restantes en la parte inferior externa (Figura 2).

- *Colocación de la palma de mano con respecto a la pelota:* para que la muñeca tenga la suficiente flexibilidad al momento de realizar el lanzamiento debe existir una ligera separación de aproximadamente un dedo de ancho entre la palma de la mano y la pelota (Figura 2).



Figura 1. Agarre de la pelota cuatro costuras.



Figura 2. Colocación del dedo pulgar en la pelota.

## 2.2. Técnica del lanzamiento de una pelota de Béisbol

Para la enseñanza de la mecánica del lanzamiento, se puede dividir en las siguientes cinco fases, según la Asociación de Entrenadores de Béisbol de Canadá (2005) y modificadas por el autor del presente texto:

- *Paso previo o pivote*: la mecánica del lanzamiento suele empezar con la realización de un pequeño paso previo con la pierna del mismo lado de la mano que lanza, en una posición perpendicular hacia el objetivo del lanzamiento. En esta fase la pelota permanece adentro del guante a la altura del pecho y la vista orientada hacia el objetivo del lanzamiento.

- *Dar un paso, rotación de cadera/hombro y salida del brazo de lanzar*: se realiza un paso corto (aproximadamente el ancho de la cadera) hacia el objetivo con el pie de la mano que ejecuta el lanzamiento. En esta fase y al unísono del paso se gira la cadera y el hombro de la mano enguantada, de forma tal que el mismo quede perpendicular al objetivo (Figura 3). De igual manera, la mano de lanzar se separa del guante en un movimiento descendente con el antebrazo ligeramente flexionado y la pelota mirando hacia el piso.

- *Posición de armado*: mención especial debe hacerse a la forma correcta que debe estar ubicado el brazo, el antebrazo y la mano de lanzar en la posición de armado, así como la mano del guante. El brazo debe estar ubicado, como mínimo, al nivel del hombro, el antebrazo formando un ángulo de mínimo 90° con respecto al brazo y la mano, señalando hacia atrás con los dedos por encima de la pelota. Es importante recordar que esta posición debe asumirse una vez que el pie que da el paso toma contacto con el suelo. Por su parte, el codo de la mano del guante debe estar ligeramente flexionado, con la palma del guante apuntando hacia el cuerpo (Figura 4).



Figura 3. Paso previo o pivote.



Figura 4. Posición de armado.

- *Acción del lanzamiento:* el brazo en la acción del lanzamiento comienza su recorrido llevando la pelota hacia el sitio donde ésta se suelta, estando esta posición como mínimo a nivel del hombro. El codo del brazo de lanzar debe dirigirse hacia adelante antes que el antebrazo y la mano, en una posición por encima del hombro. En el caso de la muñeca, cuando el brazo se impulsa hacia adelante, la misma debe estar por debajo de la pelota (Figura 5). Al llegar este recorrido hasta aproximadamente donde se suelta la pelota, a la altura de la cara, con el antebrazo paralelo al suelo y la muñeca realiza una flexión con fuerza, imprimiendo un latigazo. Es importante resaltar que la pelota debe salir con la yema de los dedos índice y medio (Figura 6).

- *Acompañamiento después del lanzamiento:* una vez soltada la pelota, se produce un acompañamiento y la extensión total del brazo, antebrazo y mano, en donde ésta última continúa su recorrido hasta la cadera opuesta. La pierna trasera se levanta ligeramente hasta terminar en línea con el pie adelantado (Figura 7).



Figura 5. Posición de la muñeca en el lanzamiento.



Figura 6. Salida de la pelota con los dedos medio e índice.



Figura 7. Acompañamiento.

### 2.2.1. Tipos de lanzamientos de una pelota de Béisbol

En función de la distancia que se quiera alcanzar con el lanzamiento, se pueden emplear tres tipos:

- *Lanzamiento por encima del brazo*: se debe utilizar para lanzamientos de largas distancias (Figura 8).

- *Lanzamiento tres cuartos (3/4)*: se recomienda cuando las distancias no son muy largas y la situación específica amerita soltar rápidamente la pelota (Figura 9).

- *Lanzamiento por debajo del brazo*: es utilizado cuando las distancias son muy cortas, tal es el caso con los batazos cortos que se producen en el infield (Figura 10).



Figura 8. Lanzamiento por encima del brazo.      Figura 9. Lanzamiento tres cuartos (3/4).



Figura 10. Lanzamiento por debajo del brazo.

### **2.3. Técnica de la recepción de una pelota de Béisbol.**

La recepción es uno de los fundamentos técnicos que más se debe repetir hasta lograr que el estudiante, una vez aprendido, automatice la forma correcta de recibir una pelota. Lógicamente, esto requiere la utilización de guantes adecuados en función a las características de cada estudiante, como por ejemplo, la longitud de su mano. Para la adquisición de la técnica de la recepción de la pelota, han de considerarse los siguientes elementos:

- *Colocación inicial para recibir*: el estudiante debe colocarse de frente a la pelota, las piernas paralelas separadas aproximadamente al ancho de los hombros,

flexionando ligeramente las rodillas, garantizando mantener el cuerpo en una posición de equilibrio, con la vista puesta en el recorrido de la pelota (Figura 14).

- *Recepción de la pelota*: la recepción de la pelota va depender de la ubicación de su trayectoria. *En el caso de la ubicación de frente y por encima de la cintura* (Figura 15) debe colocarse el guante con los dedos apuntando hacia arriba.



Figura 14. Colocación inicial para recibir la pelota.



Figura 15. Recepción de la pelota de frente y por encima de la cintura.

Si el lanzamiento es de frente y por debajo de la cintura (Figura 16) el guante debe colocarse con los dedos mirando hacia el suelo. Si el lanzamiento es ligeramente retirado del cuerpo y hacia los lados (Figura 17) deberá extenderse el brazo hacia el lugar de la trayectoria de la pelota.



Figura 16. Colocación con lanzamiento frente y por debajo de la cintura.



Figura 17. Colocación con lanzamiento retirado del cuerpo y hacia los lados.

Si el lanzamiento es retirado del cuerpo deberá dar un pequeño paso hacia la derecha o izquierda, en el caso que lo amerite. Si el lanzamiento es muy retirado del cuerpo ha de procederse de la siguiente manera: si es hacia el lado opuesto de la mano enguantada, cruzar la pierna del lado del guante por delante del cuerpo y fildear la pelota con una sola mano (Figura 18). En el caso contrario, proceder de forma inversa (Figura 19).



Figura 18. Colocación con lanzamiento retirado del cuerpo y por lado opuesto de la mano enguantada.



Figura 19. Colocación con lanzamiento retirado del cuerpo y por lado de la mano enguantada.

## 2.4. Técnica del fildeo de una pelota de Béisbol.

Uno de los aspectos fundamentales del juego de Béisbol es la defensa, por eso, se debe establecer una metodología que facilite el proceso de aprendizaje y consolidación de dichos elementos técnicos. Todos los estudiantes deben saber fildear correctamente los batazos, ya sean estos de *rollies* o de *flies*. A continuación se describen los elementos técnicos de los mismos:

- *Fildeo de rollies*: para poder perfeccionar el fildeo de *rollies* es necesario la práctica de repeticiones de este fundamento técnico. Los jugadores deben habituarse a leer los *rollies*, especialmente la velocidad con que los mismos salen del bate y se dirigen a su cuerpo, así como el bote que traen. Se recomienda, en la medida de las posibilidades, colocarse de frente a la pelota, atacarla y fildearla con las dos manos para completar la jugada. La técnica del fildeo de *rollies* se puede descomponer en las siguientes fases:

\* *Posición inicial*: esta posición es la que se adopta antes de cada lanzamiento. Es importante destacar que el fildeador debe asumir una posición cómoda, la cual es denominada por muchos como posición atlética; considerándose que los pies deben estar separados como mínimo al ancho de los hombros, el peso de los pies distribuidos en ambas piernas y hacia la punta, las rodillas ligeramente flexionadas, las manos ubicadas al frente del cuerpo con las palmas enfrentadas y la vista puesta en el bateador (Figura 20). Debe señalarse que el cuerpo debe tener una posición balanceada que le permita obtener una mayor reacción para fildear los batazos.

\* *Posición de romper la inercia o paso hacia adelante*: justo cuando el lanzador se apresta a realizar el lanzamiento deben darse unos cuantos pasos en dirección hacia el bateador, esto con el objetivo de mantener el cuerpo en movimiento y le permita una mejor arrancada cuando la pelota sea conectada (Figura 21).



Figura 20. Posición inicial para el fildeo de rollies.



Figura 21. Posición de romper la inercia para el fildeo de rollies.

\* *Posición de fildeo*: la posición de fildeo va depender de la ubicación del batazo. En el caso de los rollies de frente (Figura 22) se considera: la vista puesta en la pelota, los codos flexionados con la punta de los dedos mirando hacia abajo, flexionar las rodillas, con los pies separados al ancho de los hombros o un poco más, el pie izquierdo más adelantado que el derecho, fildear la pelota con las dos manos y tratar que la pelota haga contacto con la parte de atrás del guante, permitiendo que la misma salte a la mano de lanzar.

Cuando los batazos son hacia los lados, por ejemplo, *hacia su izquierda (mano del guante)* (Figura 23) debe darse un paso de cruce con el pie que se encuentra más lejos de la pelota, manteniendo los brazos próximos al cuerpo y ubicarse de frente a la pelota para fildear con las dos manos (mientras que el *rollies* lo permita). De no ser posible ubicarse de frente al *rollies* deberá fildearlo con una sola mano.



Figura 22. Fildeo de rollies de frente.



Figura 23. Fildeo de rollies hacia la mano del guante.

Si el *rollies* es *hacia su derecha (mano contraria a la enguantada)* (Figura 24 y 25) igualmente debe darse el paso de cruce con el pie más lejos de la pelota e igualmente tratar de fildear con las dos manos. De no ser posible colocarse de frente, el fildeador deberá: colocar el guante de revés a la altura del pie izquierdo, las rodillas y el tronco flexionados, el codo del guante flexionado y la vista cerca del guante. Por otra parte, mención especial debe hacerse con los batazos de *machucones lentos hacia adelante* y en los cuales el fildeador debe partirle a la pelota en carrera y fildearla con una sola mano (Figura 26) o con ambas manos (Figura 27).



Figura 24. Fildeo de rollies hacia la mano contraria a la enguantada (opción a).



Figura 25. Fildeo de rollies hacia la mano contraria a la enguantada (opción b).



Figura 26. Fildeo de machucos lentos hacia adelante con una mano.



Figura 27. Fildeo de machucos lentos hacia adelante con las dos manos.

Indistintamente al tipo de rollies el manual de la Mayor League Baseball (MLB) (2017) destaca que es importante recordar algunas técnicas:

- Cuerpo siempre abajo, manteniendo el peso en la parte delantera del cuerpo.
- Las manos relajadas y las rodillas ligeramente flexionadas.
- El peso en la parte delantera del cuerpo.
- La vista fija en la pelota desde que sale del bate.

- Se deben separar los codos del cuerpo para evitar perder movilidad por el contacto de los codos con el cuerpo y tener mayor facilidad para el fildeo.

- Siempre el peso del cuerpo debe estar balanceado en las dos piernas.

\* *Posición de lanzamiento:* la posición de lanzamiento va depender de la ubicación del batazo. *En el caso que sean de frente,* se da un paso con el pie de la mano que lanza (pie derecho) hacia el objetivo del lanzamiento y luego el pie de la mano del guante (pie izquierdo) da un paso hacia el mismo objetivo. Es importante resaltar que el hombro izquierdo quede también en dirección al objetivo (Figura 28) y que el brazo de lanzar se saque directamente hacia atrás, es decir, que su recorrido sea corto, además de mantener la vista fija hacia el objetivo. Cuando sea el caso de los batazos *hacia la izquierda (mano del guante)* el fildeador deberá realizar un movimiento rápido y explosivo, colocando el pie derecho por detrás del izquierdo para girar las caderas y hombros en dirección al tiro (Figura 29).



Figura 28. Lanzamiento con fildeo de rollies de frente.



Figura 29. Lanzamiento con fildeo de rollies hacia la mano del guante.

Por su parte, si el rollies es hacia su derecha (mano contraria a la enguantada) luego de fildear la pelota puede: frenar el movimiento apoyando el borde interno del pie derecho y realiza el lanzamiento por encima del brazo en forma simultánea (Figura 30). También, después de fildear la pelota, continuar dando un paso con el pie derecho y alineando los hombros en dirección al objetivo de lanzamiento para realizar el tiro por encima del brazo (Figura 31).



Figura 30. Lanzamiento con fildeo de rollies hacia la mano contraria a la enguantada.



Figura 31. Lanzamiento con fildeo de rollies hacia la mano contraria a la enguantada.

En los batazos machucones lentos hacia adelante, el fildeador puede, en dependencia de las características del corredor y del rebote de la pelota, lanzar por debajo, por el lado o por encima del brazo (Figura 32).

\* *Posición de culminación o seguimiento del lanzamiento*: una vez realizada el lanzamiento, en cualquiera de sus variantes, el fildeador deberá continuar su movimiento en la dirección del lanzamiento (Figura 33).



Figura 32. Lanzamiento con fildeo de batazos machucones lentos hacia adelante.



Figura 33. Posición de culminación o seguimiento del lanzamiento.

- Fildeo de flies o globos: el fildeador debe tener en cuenta ciertos elementos a considerar para fildear la pelota: estar atento a salir en la dirección que lleve la pelota en la punta de los pies con los brazos flexionados, asumir una posición cómoda a la hora de atrapar la pelota, colocarse debajo de la pelota con las rodillas ligeramente flexionadas, mantener la vista en la pelota, intentar fildearla por el lado del brazo que lanza. Si el fildeo es por encima de la cabeza (Figura 34) se deben unir los dedos pulgares y cuando sea hacia los lados con una sola mano sea hacia los lados con una sola mano (Figura 35). En el caso de que el fildeo sea hacia adelante se deberá fildear con una sola mano (Figura 36).



Figura 34. Fildeo de flies con dos manos por encima de la cabeza.



Figura 35. Fildeo de flies con una sola mano.



Figura 36. Lanzamiento por debajo del brazo.

## 2.5. Estrategias metodológicas para la enseñanza de la técnica de agarre, lanzamiento, recepción y fildeo de una pelota de Béisbol

### Estrategia metodológica 1

**Nombre:** Familiarización con la pelota.

**Objetivo (s):** Desarrollar en los estudiantes la familiarización con la pelota de Béisbol.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol.

**Organización:** Previa explicación del docente, los estudiantes se colocarán en pareja enfrentados con una separación de aproximadamente tres metros.

**Desarrollo:** Cada pareja debe tener una pelota en sus manos y realiza el siguiente ejercicio: el compañero le lanza la pelota por debajo del brazo y posteriormente se desplaza lateralmente.



Figura 37. Inicio del ejercicio.

Posteriormente, el compañero le lanza la pelota por debajo del brazo y se van desplazando, lateralmente, hasta llegar a la línea de llegada.



Figura 38. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones, con sus variantes de desplazamientos.

## Estrategia metodológica 2

**Nombre:** Agarre y familiarización con la pelota.

**Objetivo (s):** Desarrollar en los estudiantes la técnica correcta de agarrar la pelota de Béisbol.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol.

**Organización:** Previa explicación del docente, los estudiantes se colocarán en pareja enfrentados con una separación de aproximadamente tres metros.

**Desarrollo:** Cada pareja debe tener una pelota en sus manos y realiza: cinco repeticiones con el agarre correcto mirando el agarre de la pelota.



Figura 39. Sin mirar el agarre.

Posteriormente, el compañero le lanza la pelota por debajo del brazo y realizará la técnica del agarre correcto de la pelota en diez repeticiones sin mirar el agarre de la pelota.



Figura 40. Mirando el agarre.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

### Estrategia metodológica 3

**Nombre:** Automatizar el agarre y la extensión del codo.

**Objetivo (s):** Mejorar el agarre de la pelota de Béisbol y la extensión del codo en el lanzamiento.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol.

**Organización:** Los estudiantes se en dos filas enfrentadas entre sí, en parejas.

**Desarrollo:** Uno de los estudiantes se colocará en posición decúbito dorsal, con las piernas flexionadas. El codo de la mano de lanzar debe descansar o apoyarse sobre la mano contraria. Una vez verificado el agarre correcto de la pelota hará el lanzamiento a su compañero que se encuentra parado al frente.



Figura 41. Inicio del ejercicio.



Figura 42. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 4

**Nombre:** Automatizar la extensión del codo durante el lanzamiento.

**Objetivo (s):** Mejorar la extensión del codo en el lanzamiento.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol.

**Organización:** Los estudiantes se en dos filas enfrentadas entre sí, en parejas.

**Desarrollo:** Uno de los estudiantes se colocara en posición de sentado, con las poernas cruzadas el codo de la mano de lanzar debe descansar o apoyarse sobre la mano contraría. Una vez verificado el agarre correcto de la pelota hará el lanzamiento a su compañero que se encuentra parado al frente.



Figura 43. Inicio del ejercicio.



Figura 44. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 5

**Nombre:** Ejercicio isokinético.

**Objetivo (s):** Desarrollar la fuerza isométrica del antebrazo.

**Materiales:** Estudiantes.

**Organización:** Los estudiantes se colocarán en columnas de dos.

**Desarrollo:** El estudiante que lanza se coloca con la rodilla de la mano que ejecuta el lanzamiento en el suelo, el otro pie extendido hacia adelante. La mano que lanza extendida hacia arriba; el codo ligeramente encima del hombro, la mano detrás de la cabeza. El compañero colocado por detrás, aplicará resistencia contra la mano que lanza, venciendo la resistencia opuesta por el compañero, hasta terminar el movimiento completo del lanzamiento.



Figura 45. Inicio del ejercicio.



Figura 46. Culminación del ejercicio.

**Carga:** La acción deberá durar entre 12 a 20 segundos. En total se pueden realizar entre 5 y 10 repeticiones.

## Estrategia metodológica 6

**Nombre:** Técnica del lanzamiento.

**Objetivo (s):** Aprender los movimientos corporales para el lanzamiento adecuado de una pelota de Béisbol.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol.

**Organización:** Los estudiantes formarán dos filas enfrentadas entre sí, con una separación de aproximadamente tres metros.

**Desarrollo:** Por parejas, se arrodillarán sobre su rodilla de la mano de lanzar, con el cuerpo de frente al compañero, sosteniendo la pelota con la mano de lanzar. Desde esa posición colocará el brazo a la altura del hombro y paralelo al piso, la mano sobre el mismo eje del antebrazo y flexionada hacia atrás. Desde esa posición, realizará el lanzamiento.



Figura 47. Inicio del ejercicio.



Figura 48. Culminación del ejercicio.

**Carga:** La acción deberá durar entre 12 a 20 segundos. En total se pueden realizar entre 5 y 10 repeticiones.

## Estrategia metodológica 7

**Nombre:** Mejora tu mecánica de lanzamiento.

**Objetivo (s):** Desarrollar la mecánica del lanzamiento de una pelota de Béisbol desde la posición de pie sin dar el paso.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol, guantes.

**Organización:** Los estudiantes formarán dos filas enfrentadas entre sí, con una separación de aproximadamente tres metros.

**Desarrollo:** Por parejas, los estudiantes se colocarán en filas enfrentadas, con una separación entre sí de 3 metros. Ambos, se deben colocar con las piernas separadas un poco más ancho que la anchura de los hombros y con el cuerpo enfrentado al compañero. A la señal del docente el estudiante que tiene la pelota en su mano realiza un lanzamiento girando el pie y el cuerpo apuntando al compañero con el hombro delantero. Desde esa posición, realizará el lanzamiento.



Figura 49. Inicio del ejercicio.



Figura 50. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 8

**Nombre:** Imitación de fildeo de rollies con la pelota estática.

**Objetivo (s):** Iniciar la mecánica del fildeo de rollies con una pelota estática.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol, guantes, silbato.

**Organización:** Los estudiantes formarán dos columnas paralelas entre sí, con una separación de aproximadamente dos metros.

**Desarrollo:** Por parejas, los estudiantes se colocarán en columnas paralelas entre sí, con una separación de mínimo dos metros. Ambos, se deben colocar en la posición inicial de fildeo. A la señal del docente los estudiantes saldrán a fildear la pelota que se encuentra adelante, considerando los criterios técnicos manejados en clase.



Figura 51. Inicio del ejercicio.



Figura 52. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 9

**Nombre:** Fildeo de rollies.

**Objetivo (s):** Mejorar la mecánica del fildeo de rollies sin guantes.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol.

**Organización:** Los estudiantes organizarán dos filas enfrentadas entre sí en parejas.

**Desarrollo:** Por parejas, los estudiantes se colocarán en filas enfrentadas en parejas, con una separación de mínimo dos metros. Ambos, se deben colocar en la posición inicial de fildeo. A la señal del docente uno de los estudiantes le lanzará por debajo del brazo y rastrero una pelota de Béisbol a su compañero la cual debe fildear con los fundamentos técnicos establecidos.



Figura 53. Inicio del ejercicio.



Figura 54. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 10

**Nombre:** Desplazamiento para el fildeo de rollies.

**Objetivo (s):** Mejorar el desplazamiento lateral para el fildeo de rollies.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol o softball, guantes o conos, silbato.

**Organización:** Los estudiantes se ubicarán en pareja.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en parejas, cada uno ubicado en una esquina con una separación de aproximadamente cinco metros. A la señal del docente ambos estudiantes a la vez se lanzan de forma rastrera y suave una pelota de Béisbol al lado opuesto donde se ubica su compañero, el cual debe fildear de frente con ambas manos.



Figura 55. Inicio del ejercicio.



Figura 56. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 11

**Nombre:** Fildeo de rollies y lanzamiento.

**Objetivo (s):** Realizar el fildeo de rollies de frente con lanzamiento.

**Materiales:** Pelotas de Béisbol o softball, guantes o conos, silbato.

**Organización:** Los estudiantes se ubicarán en tríos.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en tríos, con una separación de cinco metros aproximadamente cada uno. A la señal del docente uno de los estudiantes lanzará por debajo del brazo un rollie a uno de los compañeros, quien deberá fildear con ambas manos y lanzar hacia el tercer compañero quien se encuentra ubicado en línea con el que lanzó la pelota. Se puede realizar la variante de lanzar hacia ambos lados los rollies.



Figura 57. Inicio del ejercicio.



Figura 58. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 12

**Nombre:** Fildeo de flies en parejas.

**Objetivo (s):** Realizar el fildeo de flies en parejas.

**Materiales:** Pelotas, guantes, conos, silbato.

**Organización:** En parejas enfrentadas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en parejas enfrentadas. Uno de los estudiantes lanzará la pelota por debajo del brazo hacia arriba, el otro compañero deberá fildear la misma con ambas manos colocadas por encima de la cabeza. Se puede realizar la variante en movimiento lateral y luego cambian de roles.



Figura 59. Inicio del ejercicio.



Figura 60. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 13

**Nombre:** Fildeo de flies con desplazamiento.

**Objetivo (s):** Fildear pelotas de flies con desplazamiento lateral y hacia atrás.

**Materiales:** Pelotas, silbatos, guantes, conos.

**Organización:** En columna enfrentada al docente.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en columna enfrentada al docente, quien a la señal lanzará por encima del brazo un flie. Los estudiantes se desplazarán a buscar la pelota empleando el paso de cruce y fildearán con ambas manos o una sola, en dependencia del *fly*. Se emplean la variante lanzando la pelota hacia el otro lado del fildeador.



Figura 61. Inicio del ejercicio.



Figura 62. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## **2.6. Resumen del capítulo II**

En el capítulo II se desarrollaron los fundamentos técnicos de agarre de una pelota, lanzamiento, recepción y fildeo de una pelota de Béisbol. Asimismo, se proponen una serie de estrategias metodológicas grupales e individuales que mejoran el accionar de aprendizaje en los estudiantes, productos estas de la experiencia del autor del presente texto.

## **2.7. Actividades de aprendizaje**

Los estudiantes en parejas procederán a realizar las siguientes actividades:

- Planificar y ejecutar tres ejercicios de acondicionamiento especial con la pelota de Béisbol.
- Ejecutar dos estrategias (o ejercicios) de acondicionamiento del brazo en parejas.
- Realizar y ejecutar dos estrategias (o ejercicios) en parejas o grupales para la enseñanza de los fundamentos técnicos del fildeo de rollies y flies.

## **2.8. Referencias bibliográficas**

Asociación de Entrenadores de Béisbol de Canadá (2005). *Cursos de Formación de Béisbol*. España: Real federación Española de Béisbol y Sófbol.

Mayor League Baseball (2017). *Manual para Entrenadores*.

# Capítulo III

## Fundamentos técnicos del receptor, infielders, outfielders y lanzador



Al concluir el módulo III, el estudiante ejecutará los fundamentos técnicos básicos de las posiciones del receptor, lanzador, primera base, además, fildeará desde el cuadro interior y exterior, de acuerdo a las técnicas desarrolladas en clase, demostrar hábitos cónsonos a la carrera profesional. De forma específica el estudiante deberá:

\* Ejecutar los movimientos que realiza el receptor de acuerdo a las técnicas desarrolladas en clase para:

- Colocarse los aperos.
- Dar las señas.
- Recibir los tiros.
- Lanzamientos a las bases.
- Otros fundamentos.

\* Realizar los movimientos que ejecuta el lanzador de acuerdo con los fundamentos técnicos dado en clase para:

- Entrar en caja sin corredor en base, con corredor en base.
- Fildeo de toque.
- Asistencia a las bases.
- Otros fundamentos.

\* Ejecutar los movimientos técnicos desarrollados en clase que realiza el primera bases para:

- Colocarse en el terreno.
- Recibir los lanzamientos.
- Cuidar el corredor.

- Otros fundamentos.

\* Efectuar el fildeo desde el cuadro interior y exterior de acuerdo a los fundamentos enseñados en clase para el:

- Fildeo de rastreros.
- Fildeo en línea.
- Fildeo de globos.
- Tiros a las bases.
- Ser hombre corte, relevo.
- Otros fundamentos.

### **3.1. Fundamentos técnicos del receptor**

El receptor es una de las posiciones más exigentes del Béisbol. Es el único jugador que tiene a sus compañeros de frente, lo que permite establecer una visión más general del juego. Para poder desempeñarse con éxito en esta posición, el receptor, debe ser inteligente, buenos reflejos, y sobre todo poder conducir y dirigir al lanzador. De igual forma, estos componentes se hacen efectivos en la medida en que el resto de los compañeros cumplan a cabalidad sus funciones. El Manual para Entrenadores de la Major League Baseball (MLB, 2017) resume que esta posición debe contar con:

- Es una parte fundamental de la línea defensiva de un equipo.
- Es una posición de una gran exigencia física.
- Se define al receptor como un entrenador dentro del terreno de juego.
- Tiene una gran responsabilidad en el juego.
- Tiene todo el terreno y todos los jugadores dentro de su ángulo de visión.
- Una de las exigencias que se pide a un receptor es su capacidad de liderazgo.

Uno de los aspectos importantes en la receptoría son los implementos de protección, los cuales deben estar ajustados a su cuerpo, lo que evitaría lesiones y libertad de movimiento. Los mismos deben ser colocados en la siguiente secuencia:

- Lo primero que debe colocarse es el protector testicular (copa).
- Las chingalas o rodilleras: colocará una rodilla en el suelo y la otra estirada, comenzando de abajo hacia arriba, tratando que la trabillera estén por el lado de afuera, para evitar que se traben, después se procede de hacer la misma operación con la otra pierna. Revisar que queden bien ajustadas y permitan libremente el movimiento del receptor.
- Después viene el peto, el cual debe estar bien sujeto con las correas.
- La careta, que conjuntamente con el casco, protegen la parte de la cara y la cabeza, debe estar bien ajustada para que no se mueva y lo suficientemente suelto como para podérsela quietar rápidamente.
- Por último la mascota, implemento muy personal que le permita un adecuado manejo de los lanzamientos.

### **3.1.1. Posiciones del receptor**

Básicamente, existen tres posiciones en la receptoría:

- Posición de dar las señas.
- Posición para recibir sin corredores en base.
- Posición para recibir con corredores en base.

*Posición de dar las señas* (Figura 63): se requieren los siguientes elementos técnicos:

- Colocar los pies de tal forma que formen una V y los talones despegados del suelo. La posición de balance se encuentre en la parte delantera de los pies.
- La rodilla derecha dirigida hacia la posición de segunda base y la izquierda hacia la posición del torpedero.

- Rodillas y muslos deben estar al mismo nivel, para evitar mostrar las señas a los coaches de base.
- La muñeca izquierda en contacto con la rodilla en su parte exterior y con la mascota tapando las señas del coach de tercera base.
- El pecho se coloca ligeramente inclinado hacia adelante.
- Las señas se dan con la mano derecha.



Figura 63. Posición de dar las señas.

*Posición para recibir sin corredores en base (Figura 64):* esta posición se emplea cuando no hay corredores en base y debe ser cómoda para el receptor. En el momento de recibir los lanzamientos se recomiendan los siguientes elementos:

- Los pies deben estar separados un poco más que la anchura de los hombros y paralelos entre ellos; de igual forma ligeramente abiertos.
- El peso del cuerpo debe estar distribuido equitativamente y sobre la parte interior de los pies.
- Los glúteos un poco más bajos que ambas rodillas.

- La mascota ubicarse a la altura de las rodillas con el brazo ligeramente flexionado, los dedos mirando hacia la primera base y con el codo por delante de las rodillas.
- Proteger la mano de lanzar colocándola en la parte posterior del pie y de forma cerrada.
- Tronco ligeramente inclinado hacia adelante.



Figura 64. Posición para recibir sin corredores en base.

Para la recepción del lanzamiento es fundamental:

- La vista puesta en el lanzamiento, sin parpadear cuando el bateador realice el swing.
- Coger la pelota con la mascota y con el codo ligeramente flexionado.
- Amortiguar ligeramente el lanzamiento, con los dedos relajados.
- Girar la mascota o mascoteo hacia la zona de strikes, esto a favor de las manecillas del reloj (Figuras 65, 66 y 67).



Figura 65. Mascoteo con lanzamientos aden- tro.



Figura 66. Mascoteo con lanzamientos ba- jos.



Figura 67. Mascoteo con lanzamientos afue- ra.

*Posición para recibir con corredores en base (Figura 68):* una vez el receptor da las señas debe estar listo para recibir el lanzamiento, ubicándose hacia la zona donde se pide el lanzamiento. Los puntos claves en esta posición son:

- Las piernas deben estar abiertas un poco más que la anchura de los hombros.
- El pie izquierdo un poco adelantado con respecto al derecho, pudiendo ali- nearse la punta del pie derecho con el talón izquierdo.
- Colocar los glúteos en una posición, mínima, a la altura de las rodillas.

- Distribuir el peso del cuerpo en ambas piernas y en la punta, con los talones sin hacer contacto con la tierra.
- El codo izquierdo debe estar por delante de las rodillas, formando un ángulo de aproximadamente 90° y la mascota a la altura de la rodilla.
- Recordar que la mano de lanzar se debe situar cerrada detrás de la mascota, con el dedo pulgar entre los dedos.



Figura 68. Posición para recibir con corredores en base.

### 3.1.2. Bloqueo de lanzamientos piconazos

Una de las herramientas fundamentales con las cuales debe contar un buen receptor es la habilidad de poder bloquear piconazos contra el suelo. En este sentido, la MLB (2017) considera que «una de las habilidades que se le demanda a un receptor es la capacidad de bloquear lanzamientos desviados para evitar que los corredores avancen a la próxima base. La meta número uno del bloqueo es que el lanzamiento permanezca en frente del receptor» (p. 81).

De lo anterior, se desprende que una de las metas del receptor es poder bloquear este tipo de lanzamientos y no garrarla.

Básicamente, existen dos tipos de bloqueos, en función de la ubicación:

- Bloqueo en el centro

- Bloqueos laterales

Los bloqueos en el centro (Figura 69): los puntos claves en este tipo de bloqueo son:

- Arrodillarse con el cuerpo de frente a la pelota, recordando que lo primero a mover será la mascota.

- Mover los pies hacia la parte trasera.

- Las rodillas deben quedar separadas aproximadamente al ancho de los hombros, con los pies apuntando hacia afuera.

- Inclinar el cuerpo ligeramente hacia delante de forma relajada.

- La mascota y la mano libre se deben colocar entre las rodillas (tapando el hueco).

- Los codos deben ubicarse cercanos a las caderas de forma relajada.

- Colocar la barbilla hacia abajo cercana al pecho.



Figura 69. Bloqueo en el centro.

- Los hombros funcionan como guías para enviarla al frente del cuerpo.
- Tener los ojos siempre en la pelota.
- Una vez bloqueada la pelota mantenerse preparados lanzar a cualquier base.

Bloqueos laterales (Figura 70 y 71): los criterios técnicos a seguir son:



Figura 70. Bloqueo lateral (a).



Figura 71. Bloqueo lateral (b).

- Impulsarse con los pies y la pierna contraria hacia donde se dirige el piconazo.
- Deslizar las rodilleras hacia abajo, cubriendo el hueco formado entre ambas piernas, evitando con esto que la pelota pase por debajo.
- Alinear el tronco y los hombros en dirección hacia abajo y arqueados hacia la pelota.
- Recordar que en los lanzamientos quebrados (curvas) la pelota pica hacia el lado contrario.

Finalmente, el manual de la MLB (2017) recomienda los siguientes aspectos:

- Anticipar los lanzamientos en el suelo (especialmente los lanzamientos rompientes), pero sin dejar de confiar en su habilidad para reaccionar.
- Conocer la mecánica del lanzador y sus tendencias ayudará a tener una mejor anticipación de que en dirección o movimiento esto ocurrirá.

- Limpiar constantemente el área frente al plato de forma que se reducen las posibilidades de que la bola tenga un mal rebote.
- La tierra suave o mojada puede causar que la pelota de Béisbol salte, la concentración es importante para mantenerse abajo.
- Una vez la pelota ha sido bloqueada el receptor debe recuperarse lo más pronto posible y recoger la pelota.

### 3.1.3. Lanzamiento a las bases

El lanzamiento a las bases se convierte en una de las herramientas básicas que debe tener todo receptor de calidad, puesto que el robo es uno de los fundamentos empleados a la ofensiva para hacer carreras, por lo que debe contrarrestarse a la defensiva. Existen diversos criterios acerca de la mecánica para el lanzamiento a las bases, sin embargo, en este texto se considerará la planteada por la MLB (2017) en donde esboza que «hay 3 aspectos que deben cubrirse a la hora de hablar de lanzamientos hacia las bases los cuales son: la transferencia del lanzamiento, movimiento de pies y acción de lanzar» (p. 84). Sobre la base de la misma se realizará el siguiente fundamento.

*Transferencia del lanzamiento (Figura 72):* se recomienda lo siguiente:



Figura 72. Transferencia del lanzamiento.

- El paso de transferencia de la pelota de la mascota a la mano debe ser fluido y de forma rápida.

- La transferencia debe realizarse en el centro del cuerpo, por lo que la mano debe encontrarse en un punto entre la mascota y el pecho.
- Al momento de realizar la transferencia la mascota debe girarse y mirar al pecho (no lanzarse la pelota) con los dedos encima de la pelota.
- El codo debe quedar flexionado a la altura del hombro, formando una L.

*Movimiento de pies (Figura 73 y 74):* sobre este aspecto, los elementos didácticos necesarios son:

- Dar el primer paso con el pie derecho (pie que pivotea) antes que llegue el lanzamiento a la mascota. El paso debe ser corto, rápido y rasante.



Figura 73. Movimientos de pies.



Figura 74. Posición de armado.

- Las piernas deben estar semiflexionadas.
- El paso del pie izquierdo debe darse en dirección a la base de lanzamiento.
- Si el lanzamiento es hacia los lados, debe dar un pequeño paso lateral.

Mención especial se destaca con los tiro hacia la tercera base, dependiendo de la ubicación del lanzamiento. Si es hacia adentro (Figura 75), con bateador derecho, se utiliza la técnica de reemplazar, es decir, el pie derecho reemplaza al izquierdo en dirección hacia la tercera base, con el hombro izquierdo alineado

también. Si el lanzamiento es hacia afuera (Figura 76) se efectúa un paso lateral con la pierna derecha y se alinea el cuerpo hacia la tercera base.



Figura 75. Movimientos hacia tercera base con lanzamientos adentro.



Figura 76. Movimientos hacia tercera base con lanzamientos afuera.

*Acción de lanzar (Figura 77):* al respecto se recomienda lo siguiente:

- El peso del cuerpo se debe encontrar en la pierna trasera.
- El hombro izquierdo se encontrará cerrado.
- La salida del brazo debe ser corta.



Figura 77. Transferencia del lanzamiento.

### 3.1.4. Fildeo de foul flies (Figuras 78 y 79)

El fildear los batazos de foul flies se convierten en uno de los fundamentos más difíciles que un receptor debe aprender, por lo que asimilar de forma correcta la técnica apropiada es importante. En primer término, ubicar donde está el fly (la ubicación del lanzamiento nos puede servir de guía) y salir de forma rápida al encuentro con el mismo, desplazándose en la punta de los pies. Una vez se sepa dónde está la pelota, quitarse la careta y lanzarla en dirección contraria a la pelota, para posteriormente proceder a fildearla con las dos manos ligeramente por encima de la cabeza.



Figura 78. Lanzamiento de la careta al lado contrario del fly.



Figura 79. Captura del fly con ambas manos.

### 3.1.5. Outs forzado y tocado en home

Para el out forzado en home es necesario que el receptor se ubique delante del home en una posición atlética y señalando, con ambas manos, el blanco hacia donde se debe dirigir el tiro (Figura 80). Seguidamente, cuando el tiro es de frente, se pisa el home con la pierna derecha (Figura 81) y se mueve el tronco en dirección hacia la primera base, alejándose de la línea de carrera del corredor (Figuras 82 y 83). En los tiros ubicados por la línea de la tercera base, el receptor debe pisar el home con la pierna izquierda y realizar un giro con dirección a primera base.

Respecto al out tocado en home, esta ha cambiado a raíz de la modificación de la regla, tal como lo señala el manual de la MLB (2017) «a menos que el receptor esté en posesión de la pelota, no puede bloquear la vía del corredor cuando

está tratando de anotar. Si, a juicio del árbitro, el receptor, sin la posesión de la bola, bloquea la vía del corredor, el árbitro declara 'safe' al corredor» (Regla 7.3) (p. 91). Por lo tanto, el receptor debe ajustar la posición en función de la modificación del reglamento.



Figura 80. Posición de recibir el tiro.



Figura 81. Posición de pisar el home.



Figura 82. Posición de listo para lanzar a primera base.



Figura 83. Giro del cuerpo con tiros hacia la mano izquierda.

Ubicarse delante del home en una posición atlética, con los pies separados un poco más que el ancho de los hombros (Figura 84) y pasar la mascota de abajo hacia arriba para tocar al corredor (Figura 85).



Figura 84. Posición de esperar el lanzamiento.

Figura 85. Tocando al corredor.

### 3.1.6. Fildeo de toques de bolas

Para el fildeo de toques de bolas va a depender de la ubicación y el lugar por donde se produce el mismo. En los toques dirigidos hacia la primera base (Figuras 86 y 87) el receptor debe partir a la pelota de forma explosiva y buscar un ángulo adecuado para producir un buen tiro; fildear la pelota con las dos manos (lo que se conoce con el nombre de barrer) y alinearse en posición baja de tiro hacia la primera base.

En los toques por los lados de la tercera base, si el mismo es corto, le entra dando un semicírculo a la pelota y lanza, pero si es largo, se recomienda entrarle de frente u acto seguido realizar un giro que lo posicione en tiro a primera base (Figuras 88 y 89).



Figura 86. Fildeo de toques por primera base.



Figura 87. Posición de lanzamiento con el toque por primera base.



Figura 88. Fildeo de toque por tercera base.



Figura 89. lanzamiento tercera base con Posición el toque de por tercera base.

### 3.1.7. Asistencias

En los batazos producidos por el infield (segunda base y torpedero cargado hacia su mano izquierda) sin corredores en base, el receptor debe hacer la asistencia detrás de la primera base (Figura 90) y colocarse en posición en línea con el tiro. También, hará asistencia en tercera base con los toques producidos por esta base, dirige y orienta el lanzamiento y luego corre fuertemente a la base (Figura 91). Por otra parte, en los piconazos que se le van al receptor, con corredor en tercera base, debe partirle corriendo a la pelota, deslizarse y desde la posición de arrodillado lanzar a home (Figuras 92 y 93).



Figura 90. Asistencia detrás de primera base.



Figura 91. Asistencia a tercera base.



Figura 92. Deslizamiento para búsqueda de lanzamientos en piconazos que se le escapan.



Figura 93. Lanzamiento en piconazos que se le escapan.

### 3.1.8. Estrategias metodológicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos del receptor

#### Estrategia metodológica 1

**Nombre:** Recibir lanzamientos sin la mascota.

**Objetivo (s):** Facilitar el proceso de recibir los lanzamientos y masco-tear hacia la zona de *strikes*.

**Materiales:** Pelotas, aperos.

**Organización:** En parejas enfrentadas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubi-carán en pareja separa-dos aproximadamen-te a dos metros. El com-pañero que se encuen-tra al frente le lanzará pelotas por debajo del brazo en las diversas direcciones, el receptor fildeará la pelota con una sola y realizará la imitación de llevar los lanzamientos hacia la zona de *strike*. Al com-pletar las repeticiones señaladas por el docen-te intercambiaran los roles.



Figura 94. Inicio del ejercicio.



Figura 95. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 2

**Nombre:** Reaccionar ante una pelota soltada desde arriba de la cabeza.

**Objetivo (s):** Desarrollar la reacción simple y compleja.

**Materiales:** Pelotas, aperos.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en pareja, con uno de los compañeros colocado detrás de la posición de recibir del receptor. A la señal del docente el compañero deja caer la pelota desde arriba hacia las diversas direcciones de la zona de strike. El receptor debe tratar de fildear la pelota con una sola mano y realizar el mascoteo hacia la zona de strike. Al completar las repeticiones señaladas por el docente intercambiarán los roles.



Figura 96. Inicio del ejercicio.



Figura 97. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

### Estrategia metodológica 3

**Nombre:** Traer el picheo hacia la zona de strike.

**Objetivo (s):** Desarrollar la habilidad en el receptor del mascotear los lanzamientos en las diversas zonas.

**Materiales:** Pelotas, aperos, macotas.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Una vez con formadas las parejas, uno de los estudiantes adoptará la posición de receptor y el otros se ubicará por la línea de tercera o primera base. A la señala del docente el compañero le lanzará la pelota al receptor a media velocidad y este recibirá y realizará el proceso de traer el lanzamiento hacia la zona de strike, en función de donde se encuentre el lanzamiento realizado. Al completar las repeticiones señaladas por el docente intercambiarán los roles.



Figura 98. Inicio del ejercicio.



Figura 99. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 4

**Nombre:** Imitación de bloqueo de piconazos.

**Objetivo (s):** Trabajar la imitación de los piconazos en las diversas direcciones.

**Materiales:** Pelotas, aperos, macotas, bate.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Una vez con formadas las parejas, uno de los estudiantes adoptará la posición de receptor y el otros se ubicará de frente a él con un bate en la mano. A la señal del docente el compañero que se encuentra con el bate en la mano realizará movimientos con el bate en las diferentes direcciones, las cuales el receptor debe seguir e imitar el bloqueo de un lanzamiento en dicha dirección. Al completar las repeticiones señaladas por el docente intercambiarán los roles.



Figura 100. Inicio del ejercicio.



Figura 101. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 5

**Nombre:** Fildeo de toques de bolas.

**Objetivo (s):** Realizar el fildeo de toques de bolas en todas las direcciones con lanzamientos a las bases.

**Materiales:** Pelotas, aperos, macotas.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** El receptor se ubica en su posición de cuclillas y el compañero detrás de este con pelotas en sus manos. A la señal del docente el compañero que se encuentra con las pelotas en las manos lanzará rastrero por debajo de las piernas del receptor una de las pelotas que hace la imitación de un toque de bola. El receptor saldrá en busca de la pelota y lanzará a la base indicada por el docente. Al completar las repeticiones señaladas por el docente intercambiarán los roles.



Figura 102. Inicio del ejercicio.



Figura 103. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 6

**Nombre:** Bloque de pelotas estáticas.

**Objetivo (s):** Practicar el bloqueo de pelotas estáticas.

**Materiales:** Pelotas, aperos, macotas.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** Con una pelota colocada en el suelo el receptor a la señal determinada por el docente realizará imitación de bloqueos de los piconazos. Realiza el desplazamiento en sentido a favor de las agujas del reloj.



Figura 104. Inicio del ejercicio.



Figura 105. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 4 y 5 vueltas.

## **3.2. Fundamentos técnicos de la segunda base**

Esta es una de las posiciones consideradas como la línea central de un equipo de Béisbol. Dentro de las cualidades que debe reunir se tiene que debe ser rápido, con buenas manos, con agilidad tanto mental como corporal y un buen brazo. A estos atributos la Fundación Urbano Lugo Jr. en su texto (2009) añade lo siguiente «el jugador que se desempeñe en esta posición, tiene que ser muy rápido en sus desplazamientos hacia ambos lados del terreno. Debe tener gran habilidad para realizar lanzamientos con rapidez y precisión desde cualquier posición, además de contar con un brazo poderoso, cualidad de gran importancia para completar el doble *play*» (p. 37).

### **3.2.1. Fildeo de los batazos de rollies y tiros a primera base**

La técnica del fildeo de rollies fue desarrollada en el capítulo II, sin embargo, es necesario hacer mención especial específica a los diversos rollies que se puede conseguir. En los *rollings hacia su izquierda*, es recomendable partirle a la pelota formando un ángulo con el jardín derecho para tratar de colocarse de frente a la pelota (cuando lo permita) y lanzar por tres cuartos de brazo a la primera base. En los *rollies hacia su derecha*, debe llegarle rápido a la pelota para ubicarse de frente (si es posible), afinar el pie de apoyo fuertemente y girar el cuerpo para dar un paso con el pie izquierdo para lanzar a primera base por encima del brazo.

En los *rollies lentos hacia adelante*, salir a fildearlos en la carrera y con las dos manos lanzar por debajo del brazo. Si el *rollies es extremadamente lento*, debe fildear la pelota con la mano limpia y lanzar por debajo del brazo en la carrera. Claro está, va ser en dependencia de las características del bateador-corredor.

### **3.2.2. Iniciación del doble play**

Para iniciar el doble *play* desde la segunda base va a depender de la dirección del rollies, de la fortaleza del mismo, de la habilidad que tenga el jugador, así como la velocidad del corredor, entre otros factores. En función de la ubicación del rollies los tiros para la iniciación del doble *play* pueden ser:

- *Tiros a media distancia (5-6 metros)*: debe fildear la pelota con ambas manos (Figura 106), con el pie izquierdo ligeramente adelantado. Realiza un giro del cuerpo, sin levantarse, y lanza a tres cuartos del brazo (Figura 107).



Figura 106. Fildeo de rollies a media distancia para iniciar el doble play.



Figura 107. Tiros a media distancia para iniciar el doble play.

- *Tiros cerca de la base:* en estos batazos se fildea la pelota con ambas manos (Figura 108) (si el rollies lo permite) y se lanza (bombea) la pelota por un lado del brazo, utilizando el movimiento con el antebrazo y la muñeca (Figura 109).



Figura 108. Fildeo con ambas manos.



Figura 109. Lanzamiento de la pelota por el lado del brazo.

- *Tiros largos llegando o no a la pelota de frente:* en estos batazos si llega a la pelota de frente gira el cuerpo hacia la segunda base y seguidamente lanza por tres cuartos de brazo. Si el rollies no le permite llegar de frente, debe fildear con una sola mano (Figura 110), girar el cuerpo hacia la segunda base por la mano del guante y lanzar a tres cuartos de brazo (Figura 111).



Figura 110. Fildeo de rollies con una sola mano.



Figura 111. Lanzamiento hacia segunda base con giro por La mano del guante.

### 3.2.3. Culminación del doble play por segunda base

En esta jugada de culminación del doble *play* es recomendable que el jugador llegue a la segunda base con tiempo y en dirección al tiro (Figura 112).

Asimismo, al momento de llegar a la base disminuir la velocidad y con los brazos al frente del cuerpo, haciéndole el blanco al compañero.

Si el tiro es *encima de la base o hacia adentro* debe realizar la siguiente secuencia en tres tiempos:

- *Primer tiempo*: pisar la base con el pie izquierdo y recibir con las dos manos (Figura 113).

- *Segundo tiempo*: plantar el pie derecho.

- *Tercer tiempo*: dar el paso con el pie izquierdo hacia la primera base (Figura 114).



Figura 112. Acercamiento a la base con tiempo.



Figura 113. Primer tiempo.



Figura 114. Segundo y tercer tiempo.

Si el tiro es *abierto en dirección al outfielder* fildear la pelota con ambas manos, pisar la base con el pie izquierdo (Figura 115) dar el paso con dicho pie (Figura 116) y soltar la pelota con el movimiento corto del brazo de lanzar. En ocasiones, donde el segunda base llega tarde a la base o tiene al corredor encima de él debe realizarse el pivot saltando de forma acrobática y lanzar la pelota en el aire (Figura 117).



Figura 115. Pisar la base con el pie izquierdo en tiros hacia desviados hacia el outfielder.



Figura 116. Dar el paso con el pie izquierdo.



Figura 117. Saltar por encima del corredor en forma acrobática.

### 3.2.4. Cubrir la segunda base con tiros del receptor

Generalmente, la segunda base es el encargado de cubrir la base en los intentos de robo cuando se encuentra en turno un bateador derecho y en los tiros del receptor para el *out* forzado. En esta última debe hacer la jugada como si fuera la primera base. En los tiros del receptor para *tocar al corredor con robo de base* se le recomienda llegar con tiempo a la base, colocarse la base entre los pies y esperar el tiro con las rodillas flexionadas. Si el tiro llega con tiempo colocar el guante delante de la base y permitir que el corredor se toque solo. En el caso que la pelota y el corredor llegan al mismo tiempo se debe hacer un movimiento con el guante de abajo hacia arriba (Figura 118).



Figura 118. Tocar al corredor en robo de base.

### 3.2.5. Cubrir la segunda base con tiros del outfielder

Para cubrir la base en los tiros de los *outfielders* va depender de la ubicación del bateador y del tiro. En los tiros provenientes del *left field* debe colocarse de frente a la dirección del tiro, con el pie izquierdo en contacto con la esquina de la base más cerca del *right field* y el pie derecho en el lado de la base más cerca del *left field*. En los tiros del *center field* de igual forma tratar de ubicarse de frente al tiro. Y en los tiros del *right field* se debe colocar el cuerpo de frente al tiro con las bases entre las piernas (Figura 119).



Figura 119. Cubrir la segunda base con tiros del outfielder.

### 3.2.6. Cubriendo la primera base

En los toques de bola y en los casos que la primera base deba abandonar es necesario que la segunda base cubra la primera base, pisando la almohadilla en el borde interno con el pie izquierdo (Figura 120). En los casos que el tiro sea hacia afuera, cambia el juego de piernas y pisaría la base en el borde externo con la primera derecha. También cubre la primera base cuando este sirve de marcador en los tiros de los *outfielders* (*center field* y *right field*).



Figura 120. Cubrir la primera base con toque de bola.

### 3.2.7. Relevos y corte

En los batazos de hit directamente hacia el *right field* y hacia el *center field* la segunda base sirve de relevo: se coloca en línea con la pelota y la base, con ambas manos extendidas hacia arriba y espera la indicación del torpedero sobre qué hacer (Figura 121). También, se convierte en relevo principal en batazos extravases, internándose para recibir el tiro y colocándose en dirección a la tercera base o el *home*.



Figura 121. Ubicación para los tiros de relevo.

### **3.2.8. Fildeo de flies**

La segunda base es el responsable de fildear todos los batazos cortos de flies que se encuentren en su posición, así como los flies detrás de la primera base y en territorio de foul. Siempre, en estos batazos la segunda base debe partir a fildear y escuchar a los jardineros cuando pidan la pelota, puesto que ellos vienen de frente.

### **3.2.9. Asistencias**

- Asistir detrás de la primera base cuando haya un batazo de rollies hacia este.
- Va detrás de la primera base en los tiros de la tercera base, en los rollies que se producen por el lado derecho del torpedero y en los rollies directamente hacia el lanzador sin nadie en bases.
- Con los tiros realizados por el receptor hacia la primera base, asiste detrás de esta base.
- Detrás de la segunda base en el caso de los tiros del receptor y el torpedero es quien entra a la base.

- Detrás del lanzador cuando el receptor le devuelve la pelota con hombres en base.
- También asiste en primera base cuando este sale a fildear un fly con hombre en primera base.

### **3.2.10. Recomendaciones**

- Pensar antes de que ocurra la jugada cual debe ser su rol.
- Anticiparse a la jugada.
- Antes de que el lanzador realice el lanzamiento romper la inercia y estar listo para desplazarse hacia cualquier dirección.
- Recordar siempre si los corredores pisan la base.
- Mantenerse en constante comunicación con el torpedero.
- Avisar a la primera base ante la posibilidad de poder llegar de frente a los rollies que se producen hacia su izquierda.
- Tratar de fildear los rollies de frente al cuerpo.
- Tener siempre presente la situación del juego como *outs*, *inning*, *score*, entre otros.
- Animar constantemente al lanzador.
- Tener presente la posición(es) de los corredores.
- Considerar como batea el bateador.
- Estar al tanto de la cuenta del bateador y el lanzamiento pedido por el receptor.

### **3.3. Fundamentos técnicos del torpedero**

Conjuntamente con la segunda base, el receptor y el *center field* se consideran

como la línea central de un equipo de Béisbol. El jugador que ocupe esta posición debe contar con rapidez de piernas, buen brazo, buenas manos, agilidad, entre otros. Reynaldo (2006) resalta acerca del jugador en esta posición «tiene que ser muy rápido, capaz de cubrir más terreno que cualquier otro jugador. Debe tener brazos poderosos que le permitan tirar desde lo profundo de su posición, en el borde de la hierba hacia su lado derecho» (p. 176).

Todas las anteriores cualidades son las que debe reunir un jugador de esta posición, a lo cual se le pudiera agregar las características antropométricas como la estatura. De un tiempo para acá se les pide a los jugadores de esta posición que tengan, además de las mencionadas cualidades, la característica de contar con una buena estatura, que le permita cubrir más terreno y poder fildear batazos de línea por encima de su cabeza.

### **3.3.1. Posición en el campo**

La posición que adopte el torpedero en el campo dependerá de diversos factores: características y tipo de bateador, posición de los corredores, número de outs, el score, el inning, la cuenta en el bateador, tipo de lanzamiento, características del lanzador, entre otras. Así, por ejemplo, con corredor en primera base su posición puede variar, bien sea por esperar un toque de sacrificio o una jugada de batear y correr, ubicándose cargado hacia la base. En el caso de las características del bateador, si estos se caracterizan por que sus conexiones mayormente son conectadas hacia el left field será necesario jugar un poco más cargado hacia la tercera base. Pueden existir todas las combinaciones posibles para la ubicación del torpedero.

### **3.3.2. Fildeo de los batazos de rollies y tiros a primera base**

El fundamento técnico del fildeo de rollies fue desarrollada en el capítulo II, sin embargo, se hará especial mención a dos de los batazos más difíciles que debe fildear. En los batazos de rollies hacia su derecha (hueco) debe moverse tan pronto para tratar de fildear la pelota con dos manos, de no ser posible la fildea con el guante de revés apoyando su cuerpo en la pierna derecha y dando, al unísono, el paso con la pierna izquierda. En los batazos lentos hacia adelante sale en busca de la pelota con velocidad y trata de fildearla con dos manos, de ser posible, hacer el tiro por debajo (en dependencia del tiempo que disponga para el mismo) del brazo en el momento en que el pie derecho hace contacto con el terreno.

### 3.3.3. Iniciación del doble play

En función de la ubicación del rollies los tiros para la iniciación del doble play pueden ser:

- *Tiros a media distancia:* en los rollies que se producen de frente o un poco hacia su derecha debe partirle y colocarse en una posición que lo posiciona de frente a la pelota, gira un poco el cuerpo en dirección a la segunda base (Figura 122), planta firmemente el pie derecho y lanza por tres-cuarto de brazo (Figura 123).

- *Tiros cerca de la base:* en los rollies que se conectan hacia la izquierda del torpedero (mano enguantada) fildea la pelota con dos manos (Figura 124), lanza por debajo del brazo. Es recomendable mantener la mano enguantada alejada de la pelota al momento de lanzar y evitar esconder la misma (Figura 125).



Figura 122. Fildeo de rollies a media distancia para iniciar el doble *play*.



Figura 123. Lanzamiento de la pelota a media distancia para iniciar el doble *play*.



Figura 124. Fildeo de rollies a corta distancia para iniciar el doble *play*.



Figura 125. Lanzamiento de la pelota a corta distancia para iniciar el doble *play*.

- *Tiros largos no llegando a la pelota de frente en el hueco*: en estos rollies que se producen en lo profundo del hueco y donde no se le posibilidad al torpedero fildearlos de frente, los mismos se deben fildear de lado con una sola mano (Figura 126), girar el cuerpo, dar el paso con la pierna derecha y lanzar por encima del brazo o a tres-cuartos (Figura 127).



Figura 126. Fildeo de rollies a en el hueco para iniciar el doble *play*.



Figura 127. Lanzamiento de la pelota en el hueco para iniciar el doble *play*.

### 3.3.4. Culminación del doble play por segunda base

En esta jugada de culminación del doble play es recomendable que el jugador llegue a la segunda base con tiempo y en dirección al tiro, haciéndole blanco al compañero con ambas manos al frente del cuerpo. En dependencia de la ubicación del tiro pueden ser:

- *Por fuera*: pisar la punta de la base que da hacia el right field con el pie derecho (Figura 128), dar un paso con el pie izquierdo fuera de la línea del corredor y con el cuerpo alineado en dirección hacia la primera base (Figura 129).

- *Por dentro*: este pivót se emplea en los tiros que son enviados por la primera base que se encuentra jugando por delante de la línea del corredor, con los tiros hacia esa dirección realizados por la segunda base y los que realiza el lanzador. Pisa la base en el borde interno con el pie izquierdo (Figura 130) gira el cuerpo que quede en dirección a primera base y al unísono da el paso con el pie izquierdo para lanzar (Figura 131).



Figura 128. Pisar la base por fuera para culminación del doble *play*.



Figura 129. Tiro hacia primera base al pisar por fuera.



Figura 130. Pisar la base por dentro para culminación del doble *play*.



Figura 131. Tiro hacia primera base al pisar por dentro.

- Sin asistencia: en esta jugada el torpedero fildea la pelota muy cerca de la base y realiza el doble *play* sin asistencia. Pisa la base y realiza el tiro a primera base, evitando que el corredor lo choque debe saltar por encima de este (Figura 132).



Figura 132. Salto por encima del corredor al completar el doble *play* sin ayuda.

### **3.3.5. Cubrir la segunda base con tiros del receptor**

En este fundamento se refiere al mismo desarrollo en el apartado para la segunda base (ver cubrir la segunda base con tiros del receptor y out forzado). En los outs forzados pisar la base como si fuera una primera base.

### **3.3.6. Cubrir la segunda base con tiros del outfielder**

En los batazos sencillos conectados hacia el *right field* y el *center field* con los que pasan por el lado de segunda base el torpedero debe cubrir la segunda base.

### **3.3.7. Cubriendo la tercera base**

El torpedero cubre la tercera base cuando: se producen flíes por la tercera base y hay hombre en la misma, con rollies hacia la mano del guante de la tercera base y hay un corredor en segunda, con batazos lentos hacia adelante por la tercera base. De igual forma, con los toques de bola largos por tercera base y haya un corredor en segunda base ante la posibilidad de un posible *out* en esta base. También cubre esta base en los casos que la tercera base actúa como relevos de tiros del *left field*.

### **3.3.8. Marcador y relevo**

En los batazos de hit hacia el *left field* el torpedero sirve de marcador del tiro hacia la segunda base (Figura 133). Asimismo, actúa de cortador en todos los tiros de los *outfielders* hacia la tercera base (Figura 134). Debe ubicarse en línea recta con el *outfielder* que realiza el tiro y la base, levantar los brazos para marcar el blanco de tiro y colocarse de medio lado en posición de tiro una vez el *outfielder* suelta la pelota. En esta jugada el torpedero debe escuchar las indicaciones de la segunda base y la tercera base, es decir, si deja pasar la pelota o relevar el tiro.



Figura 133. Ubicación para los tiros de relevo hacia segunda base desde el *left field*.



Figura 134. Ubicación para los tiros de relevo hacia la tercera base desde el *center field*.

### 3.3.9. Fildeo de flies

El torpedero es el encargado de fildear todos los batazos de flies conectados hacia su posición, detrás de la segunda base y el área del lanzador. De igual forma los flies que se producen detrás de la tercera base, tanto en territorio de foul, como en territorio bueno.

### 3.3.10. Asistencias

- Asiste detrás de la tercera base en los rollies conectados hacia su izquierda.
- Detrás de la tercera base en el caso de los tiros del receptor a esta base.
- Detrás de la segunda base en el caso de los tiros del receptor y la segunda base es quien entra a la base.
- Se mueve detrás del lanzador cuando el receptor le devuelve la pelota con hombres en base.

### 3.3.11. Recomendaciones

- El torpedero debe tener una compenetración profunda con la segunda base, tanto en la comunicación verbal como no verbal.

- Coordinar con la segunda base quien entrará en los tiros del receptor en robo y en las jugadas de doble play con rollies hacia el lanzador.
- Pensar antes de que ocurra la jugada cual debe ser su rol.
- Anticiparse a la jugada.
- Antes de que el lanzador realice el lanzamiento romper la inercia y estar listo para desplazarse hacia cualquier dirección.
- Recordar siempre si los corredores pisan la base.
- Avisar a la tercera base ante la posibilidad de poder llegar de frente a los rollies que se producen hacia su derecha.
- Tratar de fildear los rollies de frente al cuerpo.
- Tener siempre presente la situación del juego como *outs*, *inning*, *score*, entre otros.
- Ante la posibilidad de toque de bola con corredores en primera y segunda base debe mantener al corredor lo más cerca de la segunda base.
- Animar constantemente al lanzador y a todos sus compañeros
- Ser un líder.

### **3.4. Fundamentos técnicos de la tercera base**

El jugador que desempeña esta posición tiene cumplir con la cualidad de ser rápido en sus movimientos hacia diferentes lados para fildear los rollies, conjuntamente con un brazo fuerte que le permita hacer los diferentes tiros. La Fundación Urbano Lugo Jr. en su texto (2009) añade que «un buen tercera base tiene que ser un fildeador agresivo, dispuesto a bloquear con el cuerpo los batazos duros conectados por su posición y tener la agilidad necesaria para recuperar a tiempo la pelota y realizar el out en primera, para fildear los rollies en todas direcciones y especialmente los batazos lentos delante del home y los toques de bola por el área de tercera Base» (p. 50).

No es casualidad que a esta posición se le denomine en el argot beisbolístico la esquina caliente, puesto que por allí salen los batazos con mayor potencia, por lo que este debe reaccionar rápidamente para poder llegarle a los batazos que se encuentran por su territorio. Asimismo, debe tener fortaleza y coraje para bloquear la pelota con su cuerpo cuando estos sean muy potentes.

### **3.4.1. Colocación**

La colocación de la tercera base depende básicamente de las características del bateador de turno. Si es un bateador derecho que batea hacia mano (haldador de pelotas) la tercera base debe jugar profundo y cercano a la línea de *foul*. Si es un bateador izquierdo que su característica principal es conectar batazos hacia el centro del terreno y hacia el lado opuesto la tercera base se separa de la línea de *foul*, considerando, el número de *outs*, el conteo en el bateador, la entrada que se juega, entre otros.

Si la situación del partido se plantea para que el equipo rival ordene un toque de bola, con la primera base ocupada, la tercera base se debe colocar delante de la almohadilla o por el borde de la hierba y al percatarse que el bateador deja caer su batear para tocar sale corriendo en busca del toque. En la situación de toque de bola con corredores en primera y segunda base la tercera base debe decidir de forma rápida cuando salir en busca del toque o quedarse en la almohadilla para realizar el *out* forzado. En las postrimerías del partido hay que cuidar la línea, evitando con esto los posibles extrabases.

### **3.4.2. Fildeo de rollies y tiros a las bases**

Tal como se mencionó en los apartados de la segunda base y el torpedero, la tercera base debe adoptar una posición cómoda (posición atlética) de espera antes del lanzamiento del lanzador y cuando este se aproxime a soltar la pelota deberá romper la inercia del movimiento realizando uno o dos pasos hacia adelante. Los diferentes tiros que realiza la tercera base dependerán de la ubicación del bateazo, a continuación se describen:

- *Tiros a primera base*: en los batazos conectados hacia su izquierda (mano del guante) se mueve para tratar de colocarse de frente a la pelota, de no lograrlo la fildeará con una sola mano y traerá el pie derecho detrás del izquierdo o lo arrastra y da el paso hacia la primera base con el pie izquierdo, lanzando la pelota a tres cuartos de brazo. Si el bateazo se produce cercano a la línea de *foul*

y lo fildea profundo fildea con el guante de revés y lanza por encima del brazo. En los batazos de rollies lentos hacia adelante la tercera base debe fildear los batazos con dos manos, dar un paso corto hacia adelante con el pie derecho y lanzar por debajo del brazo en la carrera

- *Tiros a segunda base*: en los batazos de rollies con posibilidades para iniciar el doble *play* o un *out* forzado por la segunda base, si el batazo es de frente o hacia su derecha dará un paso de arrastre con el derecho y con el izquierdo el paso en dirección a la segunda base y lanza por encima del brazo

- *Tiros a home*: para los tiros a *home* dependerá de la fortaleza del batazo, si es lento realizará el tiro en la carrera y por debajo del brazo, y si es fuerte lanzará por encima del brazo al receptor.

### **3.4.3. Fildeo de toques de bola y tiros a primera base**

Con corredor en primera base es la tercera base el responsable de fildear los toques de bola por los lados de su posición y que no pueden ser fildeados por el receptor y el lanzador. Si el toque es lento y existe premura de lanzar a la primera base debe fildear con las dos manos y lanzar por debajo del brazo justo en el instante en que el pie derecho hace contacto con el piso. Una vez lanzado debe continuar su corrido hacia el *home*

### **3.4.4. Cubrir la tercera base**

- *En los outs tocados*: cuando los tiros vienen del receptor la tercera base se coloca la almohadilla en el medio de los pies y si el tiro proviene del área de los jardineros se debe colocar en un punto que le haga referencia al *outfielder* hacia el lado contrario de la línea del corredor.

- *En los outs forzados*: en esta jugada coloca sus talones en contacto con la base y pisa la almohadilla como si fuera una primera base.

### **3.4.5. Marcador y relevo**

Con corredor en segunda base y con batazo de *hit* hacia el *left field* la tercera base tiene la responsabilidad de realizar la función de marcar el tiro, situándose en dirección al *home plate* y en línea con el tiro. Dicha posición debe ser de espaldas al *home*, con sus brazos colocados arriba y haciendo blanco al tirador.

Al acercarse el tiro coloca el pie derecho un poco más adelantado que el izquierdo y en espera de la indicación que le señale el receptor de lo que debe hacer (cortar el tiro, relevar el tiro, dejarlo pasar o cortar y lanzar a otra base).

#### **3.4.6. Fildeo de flies**

La primera tercera base es el responsable de fildear todos los batazos de flies que se producen por el área de su posición y los ubicados en la zona de *foul*. Recordar que de tener ubicado la pelota pedir la misma al receptor con un fuerte tono de voz. Asimismo, debe partírla con agresividad al *fly* y no confiarse en el receptor.

### **3.5. Fundamentos técnicos de la primera base**

En el Béisbol la técnica cada día adquiere más importancia. La primera base o la inicial no escapan a esa renovación constante de esta especialidad. El inicialista debe poseer ciertas características como lo son ser preferiblemente de estatura alta, flexible de amplitud de apertura de piernas, habilidad para recibir los tiros de diferentes características. El inicialista puede ser zurdo o derecho, aunque las condiciones naturales de las primeras bases zurdas tienen mayor número de ventajas para defender esta posición, como pueden ser: al momento de tocar al corredor en los virajes del lanzador, en el fildeo de toques de bolas, en la iniciación del doble *play* por la segunda base, entre otras.

#### **3.5.1. Posición de fildeo**

La posición en el terreno de juego de la primera base de diversas circunstancias o factores, entre los cuales se pueden mencionar: situación del juego, cantidad de corredores en base, características del bateador y el lanzador, cantidad de *outs*, el *score*, entre otras. Así la posición que ocupa puede ser profunda, a medio terreno, por dentro, cargado hacia la base o separado de esta, entre otras.

#### **3.5.2. Formas de cuidar y tocar al corredor en primera base**

Una vez se produce el batazo y se percata que la pelota la puede fildear cualquier compañero del cuadro, la primera base se traslada rápidamente a la base y ubicarse delante de esta, de frente al tiro, con los pies separados en ligero contacto con la base a nivel de los talones. En función de la dirección del tiro la primera base realizará el estiramiento para recibir la pelota, siendo estos los siguientes:

- *Tiros de frente*: en los tiros de frente o buenos *la primera base derecha* pisará la base en el borde delantero con el pie derecho y dará un paso con el izquierdo. En el caso de las *primeras bases zurdas* realizarán estos movimientos empleando el pie contrario.

- *Tiros hacia su derecha*: en estos tiros si *la primera base es derecha* coloca su pie derecho en el borde de la base más próximo al tiro y su pie izquierdo lo debe cruzar por delante. De ser *zurdo* el inicialista coloca su izquierdo en el borde la base y da el paso con el izquierdo en dirección al tiro.

- *Tiros hacia su izquierda*: para estos tiros y si el *inicialista es derecho* coloca su pie en el borde de la base y se da el paso con el pie izquierdo. Si es *zurdo* pisa la base con el pie izquierdo y realiza un paso de cruce con el derecho en dirección al tiro.

- *Tiros desde el área de home en territorio fair*: en los tiros provenientes del área de home debe colocar el pie izquierdo en contacto con el borde interno de la base y el pie derecho separado lo suficiente como para hacerle el blanco al tirador.

- *Tiros del área de home en territorio de foul*: para estos tiros en territorio de foul provenientes del receptor, pisa la base con el pie derecho por fuera y el izquierdo estirado en territorio de *foul*.

- *Tiros abiertos*: para estos tiros los inicialistas deben abandonar la base y tocar el corredor si lo tiene cerca, sino, regresa y pisa la base.

- *Tiros de piconazos*: debe ubicarse en dirección a la pelota y ubicar el mascotín en posición adecuada para levantar el piconazo. El cuerpo debe mantenerse agachado y con la vista puesta en la pelota.

### **3.5.3. Fildeo de toques de bolas**

Las primeras bases son los responsables de fildear los toques de bolas que se ubican en dirección a su posición y que el lanzador está imposibilitado de hacerlo.

- *Primera base derecho*: si *la primera base es derecha* con los tiros a segunda base adelanta la pierna derecha y gira en la misma con dirección a la base. Con los tiros a tercera base lo tiene de frente.

- *Primera base zurdo*: para el jugador de esta mano le parte la bola por el lado izquierdo de la misma y efectuar el tiro a cualquier base.

#### **3.5.4. Fildeo de flies**

La primera base es el responsable de fildear todos los batazos de flies que se producen por su posición y los ubicados en la zona de *foul*. Recordar que de tener ubicado la pelota pedir la misma al receptor con un fuerte tono de voz.

#### **3.5.5. Formas de cuidar al corredor embazado**

La primera base debe cuidar el corredor en el caso que haya corredor en esta base o en primera y tercera base; y la segunda se encuentre desocupada. Con corredores en primera y segunda base o bases llenas la primera base juega por detrás del corredor. Se ubica delante de la base con el pie derecho en contacto con la base en su parte cercana al *home* o un poco en dirección al lanzador. El izquierdo ubicarlo cercano a la línea de *foul*.

#### **3.5.6. Tocar al corredor**

Al momento en que el lanzador realiza la virada a la base la primera lleva el mascotín hacia abajo en dirección donde el corredor buscará regresar a la base (generalmente en la parte de la base que da hacia el right field). Si el lanzador lanza hacia *home* la primera base debe salir inmediatamente hacia su lado derecho y ganar terreno ante un posible batazo en esta dirección.

#### **3.5.7. Tiros al lanzador quien cubre la primera base**

- *Fildeo de rollies profundos*: en los batazos profundos fildeados por la primera base este debe lanzarle al lanzador por encima del brazo.

- *Fildeo de rollies cerca de la base*: para este tipo de batazos cerca de la base debe enviarle la pelota al lanzador por debajo del brazo antes que este llegue a la base.

#### **3.5.8. Tiros a segunda base**

Para este tipo de jugada la primera base debe tratar de dirigir el tiro hacia la base y que el mismo no golpee al corredor. Lo anterior depende de la ubicación en que se fildee la pelota, a saber:

- *Fildeo de rollies delante de la línea de base*: la pelota es fildeada por delante de la línea de base, el tiro se dirige hacia la parte interna de la base (la ubicada en dirección al montículo).

- *Fildeo de rollies detrás de la línea de base*: si la pelota es fildeada por detrás de la línea de base el tiro debe dirigirse por fuera, es decir, el lado de la base que da hacia el right field.

En uno u otro tipo de fildeo, los fildeadores *derechos* para ejecutar el tiro deben girar su cuerpo con un pequeño salto en dirección a la base y lanzar. En el caso de los zurdos dan un paso directo hacia la segunda base y lanzan la pelota.

### **3.5.9. Outs en primera base sin asistencia**

En los batazos por posición y que considere necesario realizar la jugada sin asistencia debe indicárselo al lanzador de forma verbal, pisa la base en su parte más cercana al terreno fair y regresa al terreno evitando con esto colisionar con el corredor.

### **3.5.10. Jugadas de relevo y corte**

La primera base sirve de relevo en los siguientes tiros de los *outfielders al home*:

- *Tiros a home del center field*: con corredor en segunda base y se produce un batazo de hit hacia el center *field* la primera base es el encargado de realizar la jugada de marcador, moviéndose en dirección hacia el montículo y colocándose de espaldas al *home*, con los brazos arriba haciendo blanco al tirador. Al acercarse la pelota a su posición éste coloca el pie izquierdo (para los zurdos) o pie derecho (para los derechos) más adelantado que el otro.

- *Tiros a home del right field*: con corredor en segunda y batazo producido en dirección al *right field* la primera base sirve de marcador. La ubicación debe ser en dirección hacia el home de espaldas a este, haciendo el blanco.

La decisión de su accionar ante el tiro dependerá de la indicación que le dé el receptor: si releva el tiro, cortarlo, corte y lance a una determinada base, corte el tiro para quedarse con la pelota o dejarla pasar ante una posible jugada en home. Es importante que exista una clara comunicación ante esta jugada entre el receptor y la primera base.

### 3.6. Estrategias metodológicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos de los infielders

#### Estrategia metodológica 1

**Nombre:** Fildeo de *rollies* con una mano.

**Objetivo (s):** Practicar el fildeo de *rollies* con una mano.

**Materiales:** Pelotas, guantes, silbato.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Este drill se realizará en pareja. Uno de los compañeros se colocará arrodillado colocando la mano no enguantada detrás del cuerpo. A la señal del docente el compañero le lanzará la pelota de forma rastre- ra y por debajo del bra- zo, la cual debe fildear con una sola mano y la vista cerca de la pelota. Al completar las repeti- ciones señaladas por el docente intercambia- rán los roles.



Figura 135. Inicio del ejercicio.



Figura 136. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 2

**Nombre:** Reacción de fildeo de *rollies*.

**Objetivo (s):** Practicar la reacción ante el fildeo de *rollies*.

**Materiales:** Pelotas, guantes, silbato.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en parejas. El fildeador se colocará de espaldas al compañero encargado de lanzarle la pelota de forma rastrera por debajo del brazo. El fildeador debe reaccionar hacia la dirección del *rollies* y fildear con dos manos. Al completar las repeticiones señaladas por el docente intercambiarán los roles.



Figura 137. Inicio del ejercicio.



Figura 138. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

### Estrategia metodológica 3

**Nombre:** Reacción ante la imitación de *rollies* hacia los lados.

**Objetivo (s):** Reaccionar ante la imitación de *rollies* hacia ambos lados.

**Materiales:** Guantes, silbato.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en parejas. El compañero que se encuentra de frente al fildeador realizará señalizaciones con su mano hacia el lado donde debe moverse el fildeador, quien realizará la imitación del fildeo respetando el criterio técnico. Al completar las repeticiones señaladas por el docente intercambiarán los roles.



Figura 139. Inicio del ejercicio.



Figura 140. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 4

**Nombre:** Realizar *outs* tocados en la segunda base.

**Objetivo (s):** Efectuar la mecánica de poner *outs* tocados al corredor con robo de bases.

**Materiales:** Guantes, silbato.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en parejas. El compañero que se encuentra de frente al fildeador le indicará con una señal verbal el momento en que el torpedero o la segunda base inicien la carrera hacia la base. Al unísono el compañero le lanzará la pelota al fildeador quien agarra y realiza el barrido del guante imitando el tocar al corredor. Al completar las repeticiones señaladas por el docente intercambiarán los roles.



Figura 141. Inicio del ejercicio.



Figura 142. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 5

**Nombre:** Realizar *outs* forzado en la segunda base.

**Objetivo (s):** Efectuar la mecánica de poner *outs* forzado al corredor.

**Materiales:** Guantes, silbato.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en parejas. El compañero que se encuentra de frente al fildeador le indicará con una señal verbal el momento en que la segunda base inicie la carrera hacia la base. Al unísono el compañero le lanzará la pelota al fildeador quien agarra y realiza el *out* forzado en la segunda base, con imitación para el culminar el doble play. Al completar las repeticiones señaladas por el docente intercambiarán los roles.



Figura 143. Inicio del ejercicio.



Figura 144. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

## Estrategia metodológica 6

**Nombre:** Realizar outs forzado en la segunda base.

**Objetivo (s):** Efectuar la mecánica de poner outs forzado al corredor.

**Materiales:** Guantes, silbato.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán en parejas. El compañero que se encuentra de frente al fildeador le indicará con una señal verbal el momento en que el torpedero inicie la carrera hacia la base. Al unísono el compañero le lanzará la pelota al fildeador quien agarra y realiza el out forzado en la segunda base, con imitación para el culminar el doble play. Al completar las repeticiones señaladas por el docente intercambiarán los roles.



Figura 145. Inicio del ejercicio.



Figura 146. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

### 3.7. Fundamentos técnicos de los jardineros

Los jugadores que se desempeñan en esta posición deben poseer buenas manos para poder fildear los batazos de flíes, brazos poderosos para lanzar a las bases desde distancias largas, ser agresivos para atacar la pelota, entre otras. Sobre las características que debe reunir cada uno de los jardineros la Fundación Urbano Lugo Jr. en su texto (2009) destaca lo siguiente:

- *Jardinero izquierdo*: seguro en el fildeo de rollies, brazo aceptable, que sea derecho y agresivo para fildear líneas que se muevan hacia la línea de foul.

- *Jardinero central*: es quien mejor fildea, brazo poderoso, rápidos desplazamientos, sentido de colocación y buen instinto para jugar.

- *Jardinero derecho*: el mejor brazo por los tiros que debe realizar a tercera, buen fildeador hacia la línea de foul y que sea zurdo, ya que le facilita el tiro hacia el lado derecho del terreno.

#### 3.7.1. Posiciones defensivas

Las diversas posiciones que ocupan los jardineros a la defensiva dependerán de diversos factores, a saber:

- *Mano del bateador*: si el bateador es derecho el jardinero izquierdo juega profundo y un poco cargado a la línea de foul. El jardinero central cargado un poco hacia el jardinero izquierdo y el derecho hacia el central. Con bateador zurdo es todo lo contrario a lo anteriormente descrito.

- *Características del bateador*: con los bateadores de fuerza deben jugar profundo, con los bateadores que se caracterizan por batear por mano deben cuidar la línea de foul y jugar en la posición normal con los bateadores que conectan por todas las zonas del terreno.

- *Situación del juego*: con el conteo de bolas y *strikes* por debajo en la cuenta del lanzador los jardineros deben jugar más profundo. Si el bateador tiene la tendencia a recortar su swing en el conteo de dos *strikes* se ubicarán un adelantado.

- *Características del lanzador*: los lanzadores que dependen de picheos quebrados y los bateadores halan la bola. Si el lanzador es de velocidad se debe

observar si los bateadores generalmente le conectan por el centro o hacia la mano contraria.

- *La posición del viento*: esta es una de las características mayormente olvidada por los jardineros. Si el viento golpea su espalda debe jugar un poco más cerca a los infielders y si golpea directamente hacia su cara debe jugar más profundo de lo normal.

### **3.7.2. Posición de fildeo**

La posición que deben adoptar los jardineros antes de fildear los batazos son las siguientes:

- *Posición de descanso*: en esta posición deben estar relajados con el cuerpo ligeramente erguido hacia adelante y los brazos relajados hacia abajo.

- *Ready posición*: acto seguido que el lanzador empieza a realizar el lanzamiento hacia el *home plate* los jardineros deberían colocar su cuerpo en una posición atlética con las rodillas ligeramente flexionadas y sus manos colocadas enfrente del cuerpo. Una vez que la pelota se encuentra cerca del bateador el jardinero debe estar en una posición cómoda que le permita poder desplazarse hacia cualquier lugar en que se produzca el batazo.

### **3.7.3. Fildeo de batazos flies**

- *Debajo de la pelota*: se recomienda que se coloque siempre debajo de la pelota lo más rápido posible, al colocarse debajo de ella fildearla con las dos manos uniendo los dedos pulgares y en dirección a la mano de lanzar.

- *Hacia los lados*: en los batazos hacia los lados debe salir a partírselo rápidamente dando el primer paso con el pie de cruce y tratar de ubicarse debajo de la bola, si lo logra fildea con las dos manos, si no con una sola mano.

- *Hacia adelante*: si no logra colocarse debajo de la pelota y debe fildear delante de él se recomienda fildear con una sola mano colocando el guante con la punta de los dedos mirando hacia abajo.

- *Hacia atrás*: en este tipo de batazos debe partírsele a la pelota corriendo en la punta de los pies y realizando un giro por la mano donde viene el batazo y

se mira la pelota por encima del hombro que corresponde. Si tiene tiempo suficiente se coloca de frente a la pelota para fildearla y si no es posible se fildea por encima del hombro.

- *Próximos a la cerca:* debe partirle rápido a la pelota y ubicarse cercano a la cerca y colocar su brazo libre en contacto con la misma, para evitar chocar y colisionar con la misma. Si la pelota rebota en la cerca debe colocarse de frente a esta en una posición que le permita coger rápido el rebote, dependiendo de las características de dicha cerca.

#### **3.7.4. Fildeo de los batazos de rollies**

- *Bloqueo:* cuando los batazos vienen hacia el jardinero con mucha fuerza, rasantes y sin corredores en primera base, este debe bloquear la pelota colocando la rodilla del lado de lanzar en contacto con el suelo, con el tronco ligeramente inclinado hacia adelante y cubrir el espacio entre ambas piernas con el guante y la mano de lanzar.

- *Semibloqueo:* en esta técnica el jardinero le parte a buscar el batazo hacia adelante y coloca la pierna enguantada más adelantada que la otra, flexionando la rodilla pero sin tocar el suelo.

- *Barrido de la pelota:* para esta técnica es necesario que el jardinero ataque la pelota lo más rápido posible y al acercarse a la pelota disminuir la velocidad para tener control del cuerpo. La pelota deberá fildearla con la mano del guante delante del pie adelantado y la palma de la mano mirando hacia abajo.

#### **3.7.5. Lanzamientos a las bases**

Una vez fildeada la pelota los jardineros deben lanzar por encima del brazo y con el agarre de cuatro costuras puesto en la pelota de forma cómoda para permitir mayor fluidez en el tiro a la muñeca. Siempre se les recomienda realizar los tiros a los cortadores apuntado con el hombro de la mano enguantada hacia el objetivo del lanzamiento. Algunas de las recomendaciones que da el Manual para Entrenadores de la MLB (2017) son:

- Lanzamientos del jardín izquierdo a tercera o segunda, si la distancia lo permite debe ser de aire. Al tirar al plato el lanzamiento debe ser a la altura que el hombre corte pueda manejar en caso de corte.

- Lanzamientos del jardín central a segunda, si la distancia lo permite debe ser de aire. Lanzamientos a tercera y el plato, el lanzamiento debe ser a la altura que el hombre corte pueda manejarlo en caso de corte.

- Lanzamientos del jardín derecho a segunda, si la distancia lo permite debe ser de aire.

- Al tirar no dar más de dos pasos antes de soltar la pelota, el ángulo del brazo tiene que estar hacia arriba, nunca lanzar en un ángulo menor a  $\frac{3}{4}$ .

### **3.7.6. Asistencias**

Los jardineros deben asistir en línea a las bases en todas las jugadas que se producen en estas. Siendo así, los jardineros derechos asisten detrás de la primera base en todos los tiros que se producen desde área del receptor, con los tiros de la tercera base con los rollies o toques que se producen hacia adelante, entre otras. El jardinero central asiste detrás de la segunda base en todos los intentos de outs que se producen en dicha base. Los jardineros izquierdos, por su parte, asisten detrás de segunda base con los intentos de outs que se producen desde el lado derecho del terreno (los tiros para doble play de la primera base y la segunda base), con los todos los tiros que se producen hacia la tercera base, entre otras.

### **3.8. Fundamentos técnicos del lanzador**

Para ser un buen lanzador hay que tener un conjunto de condiciones, como lo son: fortaleza física, resistencia, buenos movimientos, confianza en sí mismo; las cuales pondrá a prueba en el momento de lanzar. El Manual para Entrenadores de la MLB (2017) también destaca que el lanzador «debe demostrar que tiene seguridad y confianza en él, agresivo para demostrarle al bateador que está listo para el desafío» (p. 100).

Todos estos atributos hacen que el lanzador sea y tal como lo señala Reynaldo (2006) «muchas personas estiman, entre ellas yo, que el pitcher representa entre 60 y 70% de la capacidad defensiva de un equipo de pelota y que junto con el receptor conforma el dúo de mayor actividad en cada desafío» (p. 197).

Los anteriores aspectos hacen de la posición del lanzador como una de las de

mayor importancia en el juego de pelota, por lo que este debe tener una preparación específica de alto nivel con su *coachs* de picheo.

### 3.8.1. Formas de agarre de la pelota

El agarre de la pelota debe ser de forma individual, puesto que este dependerá de las características particulares de cada lanzador. Así, los lanzadores con manos y dedos pequeños emplearán un agarre específico a sus características. Se les recomienda no ahogar la pelota. A continuación se especifican los distintos agarres de la pelota, recordando que para peloteros iniciantes es recomendable los agarres para la recta y el cambio:

- *De la recta*: situar el índice y el del medio encima de la pelota, bien sea dos o cuatro costuras. El dedo pulgar se coloca debajo, sirviendo de soporte, y la pelota descansando en la parte ósea. Recordar dejar un espacio entre la pelota y la palma de la mano, permitiendo con esto una mayor velocidad y flexibilidad de la muñeca para el latigazo final (Figura 147).



Figura 147. Agarre de la recta.

- *Del cambio*: se colocan los dedos índice, medio y anular encima de la pelota separado. El índice y pulgar forman un cero (Figura 148) y la pelota cerca de la palma de la mano.



Figura 148. Garre del cambio.

- *De la curva*: en este tipo de lanzamiento el dedo del medio se coloca se sitúa del lado de una de las costuras, unido al dedo índice (Figura 149). Lo más importante en este agarre es la rotación que se le pueda brindar a la muñeca para permitir que la pelota realice el movimiento de curva esperado. No enseñar este agarre ni lanzamiento a los lanzadores jóvenes.



Figura 149. Agarre de la curva.

- *Del slider*: para este lanzamiento la tendencia es la de una recta que llegando al home se cae y aleja a los bateadores derechos y se acerca para los zurdos. Su agarre es fundamentalmente muy parecido al de la curva solo que los dedos índice y del medio se colocan encima de uno de los extremos de la costura (Figura 150) ejerciendo mayor presión con el dedo índice.



Figura 150. Agarre del slider.

- *Del tenedor o (forkball)*: la pelota se debe sostener entre el dedo índice y del medio (Figura 151) con el dedo pulgar ubicado por debajo y estirado, siendo este último el que realiza el impulso de la pelota.



Figura 151. Garre del tenedor.

- *Del nudillo o knuckleball*: su agarre se efectúa con dos o tres dedos en la punta y apoyándose en las uñas, o en su defecto con los nudillos (Figura 152).



Figura 152. Agarre del nudillo.

- *Agarre del sinker o screwball*: en este agarre se deja un espacio separado por fuera de la pelota, con los dedos índice y del medio ligeramente separados (Figura 153).



Figura 153. Agarre del sinker.

### 3.8.2. Tipos de posiciones

Las posiciones, según reglamentación, son dos:

- *De frente (wind-up)*: se adopta esta posición sin corredores en base o con bases llenas. Debe hacer contacto con la Cuadro de lanzar (Figura 154), al menos, con uno de sus pies (derecho para los lanzadores de esta mano e izquierdo para los zurdos).

- *De lado (set)*: se emplea cuando existen uno o más corredores en bases. Se apoya el pie de pivot en el borde más cercano al home plate (Figura 155). Los pies separados un poco mayor a la anchura de los hombros.



Figura 154. Posición de frente.



Figura 155. Posición de lado.

### 3.8.3. Fases del lanzamiento de frente

Si bien se ha considerado dividir la estructura del lanzamiento en fases, es necesario mencionar, que durante la acción del gesto técnico las mismas se producen de forma continuada como una unidad. El proceso de dividir por fases es meramente didáctico y hacerlo más comprensible al lector. A continuación se describirá las fases del lanzamiento de frente:

- *Fase apoyo de pie de pivot*: en esta fase el lanzador se colocará de frente al bateador (Figura 156) con uno o ambos pies haciendo contacto con la Cuadro de lanzar en su parte más próxima al *home*, adoptando una posición cómoda. Existen dos técnicas para trasladar el peso del cuerpo a la pierna de pivot: el balanceo y el paso hacia atrás o un lado. En el *balanceo* se cambia el peso del cuerpo hacia la pierna libre, produce un balanceo y el pie de pivot empieza a girar. *El paso hacia atrás o un lado* (Figura 157) se da un ligero paso hacia atrás o hacia un lado con la pierna libre.

Se debe mantener la cabeza sobre el pie de pivot y evitar irse demasiado hacia atrás o hacia un lado. Con respecto a las manos existen las tendencias de: llevarlas por encima de la cabeza, ubicarlas al frente del cuerpo y balanceo de bajada-subida. El uso de cualquiera dependerá de la comodidad del lanzador.



Figura 156. Posición de frente.



Figura 157. Transferencia del peso del cuerpo a la pierna libre.

- *Fase de equilibrio*: una vez el lanzador de su paso corto hacia atrás o hacia un lado, el pie de pivot realiza gira a  $90^\circ$  cuadrado a *home*) colocándose delante de la Cuadro y haciendo contacto el borde externo del pie. De igual forma el cuerpo rota en dirección hacia el *home*, con todo el peso del cuerpo en la pierna de pivot y los hombros horizontales cuadrados hacia el *home*. La pierna libre se trae flexionada hasta una altura mínima de la cintura y con el pie apuntando hacia abajo, facilitando el aterrizaje con la punta del pie (Figura 158). Las manos deben estar relajadas cerca del cuerpo, a la altura del centro de gravedad.



Figura 158. Posición de equilibrio.

- *Fase de armado o posición en "T"*: el siguiente movimiento del lanzador es dar el paso con la pierna libre en dirección hacia el home con un movimiento explosivo. El pie libre debe permanecer cerrado, es decir, no girarlo hasta tanto no se haya llegado al aterrizaje y hacerlo con la planta del pie. La pierna se flexiona ligeramente. El largo del paso debe darse en función de las características antropométricas del lanzador y con la extensión necesaria que le permita siempre una mayor comodidad. Al unísono de dar el paso las manos se separan, apuntando los dedos pulgares hacia los muslos y la palma de la mano que lanza hacia abajo con los dedos encima de la pelota (Figura 159).

El recorrido del brazo en esta posición es: abajo, atrás (en línea con el plano del tronco) y arriba. Existe también la tendencia en algunos lanzadores de tener la salida del brazo corta. Las caderas en esta fase aún deben permanecer cerradas. La pelota debe señalar hacia la segunda base con los dedos encima de esta. La mano del guante se recomienda que señale hacia el cuerpo, con el codo flexionado, mínimo a la altura del hombro (Figura 160). Como punto importante de destacar es que la postura T es la última que adopta el lanzador antes que su brazo empiece la acción hacia adelante.



Figura 159. Posición de salida de la pelota del guante.



Figura 160. Posición de armado.

- Fase de punto de soltar la pelota: comienza con la rotación del pie de pivote, las caderas y el tronco. En el momento en que el tronco se encuentra rotando hacia el frente, comienza la extensión del codo (con una altura como mínimo a la altura del hombro), seguido de una rotación interna del brazo (Figura 161). En el momento de traer el codo hacia adelante la mano del guante se mueve en dirección entre el tronco y la cadera en posición flexionada. La pelota se

suelta aproximadamente delante del hombro de la mano que lanza y un poco más adelante del área de la viscera de la gorra (Figura 162).



Figura 161. Extensión del codo.



Figura 162. Punto de soltar la pelota.

- *Fase de culminación del movimiento:* una vez soltada la pelota el cuerpo debe seguir un movimiento fluido de culminación. Así el brazo de lanzar continua su extensión total fluida, culminando su trayectoria por el lado del tronco de la mano enguantada. La pierna de pivot se levanta y se trae hacia adelante en una posición al mismo nivel de la otra pierna (Figura 163). El lanzador debe adoptar una posición de fildeo una vez completa las fases del lanzamiento, puesto que debe defender el juego como cualquier jugador de posición.



Figura 163. Posición de culminación del movimiento.

### **3.8.4. Lanzamiento de lado (set)**

Desde el punto de vista técnico el estilo de lado se utiliza cuando el lanzador tiene corredores en las bases, con la finalidad de cuidar a los mismos. El lanzador colocará su pie de pivot haciendo contacto con la Cuadro de lanzar. El otro pie enfrente del cajón, las manos juntas con la pelota dentro del guante. Al comenzar su recorrido realizará una pausa de por lo menos un segundo. En esta posición el guante debería ubicarse al frente del cuerpo y por encima de la cintura.

En el momento de trasladarse hacia el home el pie más adelantado dará un paso hacia el receptor, de forma rasante y con los movimientos explosivos, disminuyendo el menor tiempo posible. Es importante recordar la terminación del movimiento, el guante debe estar cerca hacia adelante en una posición de listos para fildear cualquier batazo que se produzca por su posición.

### **3.8.5. Virajes (salidas) a las bases**

Este fundamento se realiza de forma explosiva y buscando sorprender al corredor que se encuentra en cualquiera de las bases. Las viradas a las distintas bases pueden ser:

- *A primera base:* en el caso de los *lanzadores derechos* se pueden emplear dos métodos: el directo y el de transposición de los pies. *En el primero*, el lanzador asume la posición de set, realiza un giro rápido del tronco y la pierna guía directo hacia la primera base. *En el segundo*, asume la posición de set (Figura 164), realiza el movimiento del pie de contacto con la goma hacia el lado derecho (Figura 165) (que da hacia la tercera base) de la Cuadro de lanzar y acto seguido da el paso con el pie izquierdo en dirección hacia la primera base y efectúa el tiro (Figura 166). Recordar que es obligatorio soltar la pelota.

En el caso de ser los lanzadores zurdos, hace contacto con la tabla de lanzar con el pie izquierdo (Figura 167) haciendo la pariendo reglamentaria, eleva su rodilla derecha (Figura 168) como mínimo a la altura de la cintura y la punta del pie en dirección hacia la primera base. Al momento que se desciende la pierna derecha puede guiar está en dirección a la primera base (Figura 169) o hacia el *home plate*.



Figura 164. Posición de set.



Figura 165. Movimiento del pie de contacto con la goma.



Figura 166. Tiro a la primera base.



Figura 167. Posición de set en el lanzador zurdo.



Figura 168. Elevación de la pierna derecha en el lanzador zurdo.



Figura 169. Guía de la pierna libre hacia primera base en el lanzador zurdo.

- A *segunda base*: para realizar esta jugada con éxitos debe existir una total coordinación entre el lanzador y el torpedero o la segunda base, encargados de entrar. Para Reynaldo (2006) existen seis métodos, tanto para lanzadores derechos como zurdos, de virarse a segunda base:

1. *Directo*: realiza un giro rápido del tronco ( $180^\circ$ ) por el lado de la mano del guante y eleva el talón del pie de contacto, dirige el pie guía hacia la base y lanza.

2. *Transposición de los pies*: adopta la posición de lado, seguido coloca el pie de contacto junto al pie delantero (Figuras 170 y 171) gira el tronco y da el paso con el pie delantero hacia la segunda base (Figura 172).



Figura 170. Colocación del pie de contacto junto al libre.



Figura 171. Colocación del pie de contacto junto al libre.



Figura 172. Tiro a segunda base.

3. *Con la elevación de la rodilla:* en este método el lanzador asume la posición de set (Figura 173) subiendo la rodilla a nivel de la cintura, descende extendida la pierna libre y flexiona la de pivot (Figura 174) con el cuerpo en equilibrio, al aterrizar dirige la pierna libre hacia la segunda base (por la mano del guante), realiza el paso con esta pierna y lanza (Figura 175).



Figura 173. Posición de set en la salida hacia segunda base con elevación de la rodilla.



Figura 174. Equilibrio en la posición de inicio de aterrizaje en la salida hacia segunda base con elevación de la rodilla.



Figura 175. Tiro hacia segunda base girando por el lado del guante.

4. *En contra del movimiento del guante*: para este método el lanzador gira rápidamente por el lado de la mano del guante, eleva el talón del pie de contacto y dirige su pie libre a la segunda base, al unísono suelta la bola por el lado del brazo.

5. *Contando*: es una de las jugadas tácticas entre el torpedero y el lanzador, el primero le indica con el brazo del guante su ida hacia la base, el lanzador voltea la cabeza hacia el *home* y cuenta 1, 2, 3 y al 4 se vira a la base. La segunda base no debe descubrir la jugada, para esto debe hacer la asistencia detrás del torpedero solo cuando el lanzador inicie la virada.

6. *De trasluz*: también es una jugada táctica previamente entrenada, la seña al lanzador se la indica el receptor, al observar que el torpedero se encuentra cerca de la base.

- *A tercera base*: el lanzador derecho adopta la posición de set, luego puede realizar la virada de forma: directa, transposición de los pies y con elevación de la rodilla. En esta última, se asume la posición de set (Figura 176), se eleva la pierna libre a la altura de la cintura, se da el paso con la pierna libre en dirección hacia la base (Figura 177) y soltando la pelota (Figura 178). En ocasiones el lanzador también realizar, con corredores en primera y tercera base, la denominada bicicleta (o doble viraje), como una forma de sorprender al corredor de primera ante un posible robo de base (Figuras 179, 180 y 181).

En el caso del *lanzador zurdo*, realiza la posición de set, gira su cuerpo en dirección hacia la tercera base, da el paso con el pie derecho y lanza hacia la base. Recordar que en esta jugada el lanzador no está obligado realizar el tiro, siendo la única base que se le obliga a lanzar es hacia primera, siempre y cuando no se convierta en *infield*.



Figura 176. Posición de set en el viraje a tercera base en el viraje de elevación de la rodilla.



Figura 177. Paso hacia la tercera base en el viraje de elevación de la rodilla.



Figura 178. Lanzamiento hacia la tercera base en el viraje de elevación de la rodilla.



Figura 179. Inicio del paso hacia tercera para la bicicleta.



Figura 180. Giro del cuerpo en dirección hacia la primera base para realizar la bicicleta.



Figura 181. Lanzamiento hacia primera base en la bicicleta.

### 3.8.6. Convertirse en infield

Los lanzadores en oportunidades sacan el pie de apoyo hacia la parte de atrás de la Cuadro de lanzar para recoger a los corredores que se encuentran en base. Aplica está técnica al percibir que los mismos se adelantan más de lo normal, para descubrir algún intento de robo prematuro o cuando sale adelantado teniendo la pelota en la mano.

Desde la *posición de lado* y con corredores en base, realiza la parad reglamentaria, chequea a los corredores y seguidamente saca el pie de pivot, separa las manos y se convierte en *infield* (Figura 182). Se recomienda no apurarse, ni realizar algún movimiento extraño que pueda confundir a los árbitros y le haga

cometer un balk. Desde la *posición de frente* hace contacto con la goma de lanzar con el pie derecho o ambos, mira las señas del receptor y para convertirse en infield traslada el pie de apoyo (derecho para los de esta mano e izquierdo para los zurdos) hacia atrás de la goma de lanzar.



Figura 182. Convertirse en infield.

### 3.8.7. Formas de cubrir la primera base

En todos los batazos de rollies que se producen hacia el lado derecho del campo (primera y segunda base) el lanzador debe moverse de forma automática hacia la primera base y estar preparado ante cualquier jugada. El accionar técnico en la base va depender des siguientes situaciones:

- *En situación sin corredor en primera base:* en esta situación el lanzador debe partir en línea recta hacia el cajón del coach de primera (Figura 183) y busca un ángulo hacia la base que le permita corre de forma paralela a la línea de *foul* (Figura 184). Siempre que sea posible deberá recibir la pelota antes de llegar a la base (Figura 185) para posteriormente pisar el borde interno de la base con el pie derecho (Figura 186) salir inmediatamente hacia el terreno fair para evitar cualquier choque con el corredor y girar su cuerpo de frente al infield ante otra posible jugada con otro corredor.



Figura 183. Salida del lanzador con batazos de rollies hacia la derecha del campo.



Figura 184. Carrera paralela a la línea de foul el lanzador para cubrir la primera base.



Figura 185. Posición de recibir la pelota antes de llegar a la base.



Figura 186. Posición de pisar la base en el borde interno.

- *En situación de doble play 3-6-1:* en la jugada de doble play 3 (primera base)

- 6 (torpedero) - 1 (lanzador) el lanzador se moverá directamente a la primera base, espera el tiro sobre la base como una primera (Figura 187 y 188) esperando el tiro pisando con su pie derecho y salir hacia terreno fair inmediatamente se completa el *out*. Esta posición se adopta también en los casos que llegue antes a la base o cuando la primera pifia al momento de fildear.



Figura 187. Espera del tiro en primera base.



Figura 188. Posición de recibir el tiro como una primera base.

### 3.8.8. Formas de cubrir el home plate con wild pitch o passed ball

Una vez se produce el wild pitch o el passed ball y se encuentre un corredor en tercera o segunda base, el lanzador sale corriendo inmediatamente a cubrir el *home*. Durante la carrera le indica verbalmente al receptor la ubicación de la pelota. En el caso de escaparse la pelota directamente hacia atrás se coloca el home entre los pies, el tronco inclinado con dirección hacia el tiro, se recibe la pelota y se pasa el guante de abajo hacia arriba.

### 3.8.9. Fildeo de toques de bolas

Una vez el lanzador completa el lanzamiento debe estar presto a convertirse en jugador de posición y fildear cualquier batazo que se produzca por su posición para lanzar a la base según la situación de juego. Tal es el caso de los toques de bola, en los cuales debe tener un accionar técnico en función de la dirección de los mismos:

- *Tiros a primera base*: en los toques de bola que se producen en dirección a la primera base, de frente y en dirección hacia la tercera base, el lanzador derecho debe partírselo lo más rápido posible a la pelota y colocarse de frente a esta (Figura 189 y 190), con los pies un poco más separados que el ancho de los hombros, las rodillas flexionadas y realizar el tiro a primera base por arriba del brazo o por debajo. En dependencia del tiempo que se disponga puede lanzar sin dar un paso o realizando un paso lateral hacia la primera base.

En el caso de los *lanzadores zurdos* fildea los toques de bolas con el mismo procedimiento empleado por los lanzadores derechos. Para el lanzamiento hacia primera base deberá girar su cuerpo sobre el pie izquierdo por el lado de la mano enguantada y realizar el tiro.



Figura 189. Fildeo de toques de bolas para los tiros a primera base.



Figura 190. Tiro hacia la primera base con toques de bolas.

- *Tiros a segunda base*: en estos tipos de tiros el lanzador previamente debe conocer quien está cubriendo la segunda base. En el caso del *lanzador derecho* se colocará con la pierna derecha ligeramente más adelantada que la izquierda (Figura 191), con el objetivo de facilitar que su cuerpo se encuentre alineado a la segunda base. En dependencia de la potencia del toque y del tiempo que se disponga para lanzar podrá hacerlo desde la posición en que realiza el fildeo (Figura 192) o emplea un paso lateral en dirección a la base.

Para los lanzadores zurdos estos tratarán de colocarse hacia la parte derecha de la pelota, con el izquierdo más adelantado que el derecho y separados un poco más que el ancho de los hombros. Una vez fildeada girará su cuerpo sobre la base del pie izquierdo y quedará en dirección hacia la segunda base. El tiro puede ser igual al especificado para los lanzadores derechos.



Figura 191. Fildeo de toques de bolas para los tiros a segunda base.



Figura 192. Tiro hacia la segunda base con toques de bolas.

- *Tiros a tercera base*: en estos tipos de tiros los *lanzadores derechos* le partirá rápidamente a la pelota (Figura 193), girará su cuerpo sobre la pierna derecha con el cuerpo agachado y realizará el tiro por tres cuartos (Figura 194) o el lado del brazo. En el caso de los *lanzadores zurdos* borderá la pelota por el lado derecho, de frente a la línea de tercera, y realizar el tiro en la misma forma indica para los lanzadores derechos.

- *Tiros a home*: el lanzador realiza el tiro por debajo del brazo hacia el home plate en los casos que se produce la jugada de *squeeze play*.



Figura 193. Fildeo de toques de bolas para los tiros a tercera base.



Figura 194. Tiro hacia la tercera base con toques de bolas.

### 3.8.10. Rundown (tira-tira o corre-corre)

Esta jugada se produce en los casos en que el lanzador logra sorprender a un corredor con el viraje (en primera, segunda o tercera base) o en los casos en que el corredor es atrapado entre bases. En el caso de ser sorprendido en *primera base* el lanzador va directamente hacia la primera base y asiste a esta base ante cualquier posible tiro.

Si el corredor es sorprendido de *segunda hacia tercera base* el lanzador va directamente hacia el corredor, de no ser posible hacerle *out* el mismo lanza hacia la tercera base y asiste en esa posición ante un posible tiro. Cuando se sorprende al corredor de *tercera hacia el home plate* el lanzador va directamente hacia el home. Es necesario recordar que siempre debe tratar de llevarse y hacer *out* al corredor a la base de la cual sale.

### 3.8.11. Asistencias

El lanzador una vez realiza los lanzamientos se convierte en un jugador del *infield* más. Por lo tanto, debe desarrollar las asistencias detrás de las bases con los tiros hacia estas por parte de los *outfielders*. En los batazos de *hit* producidos hacia el *left field*, sin corredores en base, el lanzador asiste detrás de la segunda base, en línea con el tiro (Figura 195). Asimismo, con los batazos de *hit* producidos hacia el *right field*, asiste detrás de la segunda base en dirección con el tiro (Figura 196). En los tiros que se producen a tercera base (Figura 197) y el home *plate* (Figura 198) el lanzador asiste detrás de estas.



Figura 195. Asistencia del lanzador detrás de la segunda base con tiro del left field.



Figura 196. Asistencia del lanzador detrás de la segunda base con tiros del right field.



Figura 197. Asistencia del lanzador detrás de la tercera base con tiro de los outfielders.



Figura 198. Asistencia del lanzador detrás del home con tiros de los outfielders.

### 3.8.12. Estrategias metodológicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos del lanzador

#### Estrategia metodológica 1

**Nombre:** Imitación de la mecánica de lanzar por fases.

**Objetivo (s):** Efectuar la mecánica de lanzar por fases.

**Materiales:** Guantes, silbato.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** Los estudiantes se pueden ubicar en la línea del *outfielder* en filas. A la señal del docente realizar las diferentes fases del lanzamiento. La señal se la dará el docente con el silbato, cambiando de cada fase con este y manteniendo en la misma cierto tiempo, que permita al docente realizar las correcciones necesarias individuales.



Figura 199. Inicio del ejercicio.



Figura 200. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

## Estrategia metodológica 2

**Nombre:** Acción del brazo por encima del hombro.

**Objetivo (s):** Efectuar la técnica de acción de salida del brazo por encima del hombro.

**Materiales:** Guantes, silbato.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se pueden ubicar en parejas y arrodillados en la pierna de la mano de lanzar. El docente u otro estudiante se ubicará de frente al mismo, con una separación de aproximadamente medio metro. El objetivo de colocar al compañero al frente es que el lanzador pase el brazo por encima del hombro sin golpear al compañero, si lo golpea significa que la acción del brazo no es la correcta.



Figura 201. Inicio del ejercicio.



Figura 202. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 15 y 20 repeticiones.

### Estrategia metodológica 3

**Nombre:** Acción del brazo con salida en prolongación a su cuerpo.

**Objetivo (s):** Efectuar la técnica de acción de salida del brazo en prolongación a su cuerpo.

**Materiales:** Guantes, silbato.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se pueden ubicarán en parejas y arrodillados en la pierna de la mano de lanzar. El docente u otro estudiante se ubicarán detrás al mismo, con una separación de aproximadamente medio metro. El objetivo de colocar al compañero detrás es que el lanzador pase el brazo en dirección a la prolongación de su cuerpo sin golpear al compañero, de hacerlo significa que la acción del brazo no es la correcta.



Figura 203. Inicio del ejercicio.



Figura 204. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

## Estrategia metodológica 4

**Nombre:** Acción del brazo con un palo.

**Objetivo (s):** Efectuar la técnica de acción de salida del brazo con un palo.

**Materiales:** Guantes, silbato, palo.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** Los estudiantes se colocan en posición de frente y realizan imitación de lanzamiento con el palito. Esto tiene como objetivo el poder mejorar la acción del brazo y la acción de la muñeca al momento del latigazo final.



Figura 205. Inicio del ejercicio.



Figura 206. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

## Estrategia metodológica 5

**Nombre:** Salida a primera base.

**Objetivo (s):** Practicar la salida en el lanzador hacia la primera base.

**Materiales:** Guantes, pelotas.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubican en parejas. El compañero se coloca en una posición tal que le marque al lanzador la posición de una primera base. El lanzador ejecuta la salida a primera base, respetando los elementos técnicos y reglamentarios que están involucrados en el mismo.



Figura 207. Inicio del ejercicio.



Figura 208. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

## Estrategia metodológica 6

**Nombre:** Salida a segunda base.

**Objetivo (s):** Practicar la salida en el lanzador hacia la segunda base.

**Materiales:** Guantes, pelotas.

**Organización:** En parejas.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubican en parejas. El compañero se coloca en una posición tal que le marque al lanzador la posición de la segunda base. El lanzador ejecuta la salida a segunda base, respetando los elementos técnicos y reglamentarios que están involucrados en el mismo.



Figura 209. Inicio del ejercicio.



Figura 210. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

### **3.9. Resumen del capítulo III**

Este tercer capítulo se considera el más largo dentro de la estructura programática del subproyecto Béisbol. En tal sentido, se detallaron los fundamentos técnicos del receptor, *infielders*, *outfielders* y lanzador; de forma minuciosa y con un lenguaje accesible al lector especializado. Igual consideración se presentaron las estrategias metodológicas para cada una de las posiciones. Dichas estrategias son de introducción para el aprendizaje de los elementos técnicos, existen muchas más, empero, consideramos que estas ayudarán al estudiante en la adquisición de los hábitos motores específicos.

### **3.10. Actividades de aprendizaje**

Los estudiantes en pareja explicarán y ejecutarán un ejercicio de enseñanza para cada una de las posiciones desarrolladas en el presente módulo.

### **3.11. Referencias bibliográficas**

Asociación de Entrenadores de Béisbol de Canadá (2005). *Cursos de Formación de Béisbol*. España: Real federación Española de Béisbol y Sófbol.

Major League Baseball (2017). *Manual para Entrenadores*.

Fundación Urbano Lugo (2009). *Fundamentos y técnicas básicas para jugar Béisbol como los profesionales*. Caracas, Venezuela: Rota Print INT.

Reynaldo, F. (2006). *Del Béisbol casi todo*. Ciudad de la Habana, Cuba: Editorial Deportes.

# Capítulo IV

## Fundamentos técnicos del bateo, toque de bola y corring de bases



El bateo es uno de los fundamentos técnicos más exigentes del Béisbol, es la parte ofensiva de este deporte, se requiere una gran coordinación de movimiento. Sin lugar a dudas, de todas las habilidades requeridas para jugar Béisbol ninguna es tan difícil, fascinante, emocionante, como el batear. Es tan difícil, que batear un promedio de trescientos de average es una tarea difícil, esto quiere decir, que de diez turnos al bate, debes conectar tres *hits*.

Por esa razón, se dice que, los buenos bateadores nacen y no se hacen. El buen bateo es la combinación de tres factores: confianza, técnica correcta y habilidades naturales. El primero lo puedes tratar hasta cierto punto, pero con los demás, es donde tú influencias se destaca más.

La gran variedad de formas de pararse al batear y el estilo de cada jugador, hace difícil establecer una generalización a la forma y técnica que deba utilizar un determinado bateador. Cada bateador tiene su propio estilo, no imite a otro bateador, desarrolle el suyo, estudiando y practicando constantemente los fundamentos del bateo y tendrá una buena oportunidad de ser un bateador consistente y ser eficaz en una situación oportuna.

Por lo tanto, al concluir el módulo II, el estudiante cursante del subproyecto Béisbol, ejecutará los fundamentos técnicos básicos del bateo, toque de pelota, el correr de bases como elemento de la ofensiva del juego, además realizará las progresiones y elementos técnicos del fongueo, así como también aplicará el reglamento en situación de juego. De forma específica el estudiante deberá:

- Efectuar las acciones de batear de acuerdo a las técnicas impartidas en clase.
- Efectuar los movimientos básicos para realizar el toque de la pelota de acuerdo a las técnicas desarrolladas en clase.
- Realizar en forma práctica las técnicas de corrido de bases, cumpliendo con las especificaciones técnicas expuestas por el profesor en clase.
- Ejecutar las técnicas de fonguear, haciendo énfasis a las recomendaciones impartidas en clase.
- Determinar por escrito los artículos 6 y 7 contemplados en el reglamento oficial del Béisbol.

## **4.1. Pasos a seguir para perfeccionar el bateo**

### **4.1.1. Selección del bate**

Cada jugador debe decidir qué tipo de bate es más apropiado para él. La escogencia del bate debe hacerse de acuerdo a su estatura, peso y fuerza de muñeca, antebrazos y hombros. Sentirse cómodo es lo ideal para desarrollar un buen *swing*. Cada jugador debe escoger un bate que pueda controlar, que se ajuste a su fuerza física y técnica, tamaño, peso, grosor del mando adecuado, esto facilitaría una mayor velocidad para realizar el swing y por ende un mejor contacto con la pelota.

### **4.1.2. Agarre del bate**

El agarre del bate es un fundamento clave al momento de tomar el turno para batear. El bate se sostiene especialmente con los dedos, el agarre debe ser flojo. Cuando se inicia el movimiento para batear, el agarre se hace más firme hasta lograr la mayor presión cuando el bate se aproxima a la pelota. Las manos se colocan juntas derecha arriba e izquierda abajo, para los derechos, o izquierda arriba y derecha abajo para los zurdos. Alinear los nudillos de la mano de arriba entre los nudillos medios y últimos de la mano de abajo (Figuras 211 y 212). Las dos formas de agarrar el bate son:

- *El extremo final*: con las manos juntas agarrando el mando o final del bate.
- *La normal*: agarrando el bate por el mando a dos o tres dedos del tope. Ésta forma es para bateadores chocadores de pelotas, sacrificando poder por consistencia.



Figura 211. Selección del bate acorde al peso del mismo.



Figura 212. Agarre del bate con los dedos.

### 4.1.3. Parada postura listo para batear

Se denomina así a la posición que adopta el bateador al ubicarse en el *home plate*. Cada jugador debe adoptar por sí sólo la posición que sea más cómoda y no tratar de imitar a otro jugador. Una posición adecuada permite batear lanzamientos bien sea afuera como dentro o la mitad del *home*. La postura debe ser natural, equilibrado, cómodo sobre todo que permita seguir trayectoria de con los ojos la trayectoria de la pelota (Figura 213). En el Béisbol se puede hablar de tres posiciones de acuerdo de cómo se coloquen los pies al momento de batear:

1. Moderado o postura paralela: los dos pies alineados a la misma distancia apuntando hacia el *home*. Las piernas estarán medianamente separadas, más o menos la anchura de los hombros, dándole una distribución uniforme el peso del cuerpo de una forma balanceada. Esta posición es la más natural, además permite un *swing* compacto y con potencia.
2. Cerrado: en ésta posición el pie izquierdo para los derechos y el pie derecho para los zurdos, se coloca un poco más cerca del *home* que el otro pie. Ésta posición permite más poder al bateador ya que está en condiciones de realizar un paso más largo hacia la pelota e ir trasladando el peso del cuerpo a mayor distancia.
3. Postura amplia o abierta: en ésta postura el pie de atrás estará más cerca del *home* y el pie más adelantado casi afuera del cajón de bateo. Ésta posición permite al bateador demorar unos segundos antes de buscar la pelota.



Figura 213. Posición inicial del bateo

#### 4.1.4. Posición en el cajón de bateo

La colocación en el cajón de bateo debe responder a la comodidad de cada jugador, lo más importante cuando se asume esa posición es que pueda ver totalmente el *home*. La colocación de los pies dentro del cajón de bateo debe tener en cuenta dos factores:

- *La separación del home plate*: la más aconsejable es aquella en la que el bate sobrepase la goma de batear, unos cinco centímetros al borde opuesto, al realizar el bateador el swing natural a la de las letras del uniforme.

- *La profundidad*: estará determinada por el tipo de lanzamiento con que más frecuencia utiliza el lanzador. Si depende del lanzamiento de bola rápida, el bateador se coloca en la mitad final del cajón. Si es un lanzador de recursos se debe colocar en la primera mitad del cajón. Después de colocado en el cajón de bateo debe asumir la posición listo para batear.

#### 4.1.5. Ready posición (Figura 214)

- *Posición de los pies*: el pie trasero se colocara de manera que forme un ángulo de noventa grados con relación al lanzador, mientras que el delantero se colocara en posición diagonal con la punta dirigida home. Esta posición le dará mayor facilidad para el movimiento de cadera y los hombros. Los pies deben estar cómodamente separados un poco más que la anchura de los hombros.

- *Posición del cuerpo:* las rodillas ligeramente flexionadas y colocadas hacia adentro de los pies. Las caderas semiflexionadas y el tronco ligeramente inclinado hacia adelante.

- *Posición de los brazos:* se mantienen separados del cuerpo, conjuntamente con los codos para lograr mayor libertad de movimiento. El codo delantero se coloca a nivel de la línea media del cuerpo, ni muy alto ni muy bajo, en dirección al home. El codo de atrás paralelo al suelo, formando un ángulo menor de noventa grados. La posición del bate estará relacionado con el estilo del bateador, puesto que este debe estar separado del hombro unos ocho a diez centímetros y las manos a la altura del hombro derecho, con el grueso del bate colocado casi vertical con relación al suelo.

- *Posición de la cabeza:* la cabeza debe estar en proyección de la posición del tronco, viendo al lanzador. La vista puesta en la mano de lanzador del lanzador, para poder seguir la trayectoria de la pelota. Una vez adoptada esta posición el bateador estará con sus músculos completamente relajados.



Figura 214. Posición inicial del bateo.

#### **4.1.6. Acción en home**

Esta consiste en una serie de movimientos coordinados y controlados para mover el bate hacia la pelota. Esta acción comienza una vez que la pelota es lanzada por el lanzador, en este momento el bateador inicia sus movimientos buscando hacer contacto con la pelota (Figura 215):

- *El paso*: una vez que el lanzador ha iniciado el lanzamiento, el pie delantero del bateador avanzará hacia la pelota, en forma moderada y casi rasante al suelo. Es necesario enumerar los aspectos fundamentales que se deben resaltar para ejecutar un buen paso hacia la pelota:
  - El peso del cuerpo debe estar sobre la pierna atrasada
  - El movimiento adelantado hacia la pelota.
  - Mantener el equilibrio corporal al realizar el traslado del peso del cuerpo.
  - El paso debería convertirse en una función natural del bateo, es decir, dar un paso para batear y no dar un paso y batear.



Figura 215. El paso en el swing.

- *El swing*: consiste en el recorrido total del bate hacia el encuentro con la pelota, simultáneo y en una serie de movimientos y actitudes que conforman el fundamento técnico del bateo. Cuando se analiza este fundamento se pueden apreciar los siguientes aspectos:
  - Espera del lanzamiento. La vista debe mantenerse fija en la pelota, siendo este un factor fundamental, ya que se dispone de fracciones de segundo para decidir si se le tira o no a la pelota.
  - El paso debe ser corto y fluido, siempre con la misma longitud y en dirección al lanzador.

- Hacer contacto con la pelota. El bate no debe hacer contacto con la pelota antes o después de dar el paso, pero si en el movimiento en que el peso del cuerpo esté repartido en ambas piernas. El bate ha de salir a la altura de la cadera en forma recta sin imprimirle ningún movimiento hacia arriba o hacia abajo (Figura 216). El punto de contacto con la pelota (Figura 217) determinara la dirección del batazo. Si es en la parte final saldrá hacia la banda contraria a la mano del bateador. Si hace contacto en el centro saldrá hacia el medio del campo y si es la parte más adelantada la conexión será para los lados de la tercera base.



Figura 216. Salida del bate hacia el encuentro con la pelota.



Figura 217. Punto de contacto con la pelota.

- Completar el *swing*. Un *swing* completo termina con un acompañamiento adecuado hasta su final, donde el cuerpo queda completamente invertido, el hombro, cadera y muslo que antes del inicio de los movimientos estaban atrasados pasan hacia adelante. El bate debe llegar hasta detrás del hombro, si se hace un análisis mecánico del *swing* se tendría que: los brazos inician el *swing* con los brazos flexionados a nivel de los codos y en el momento de hacer contacto con la pelota se encuentran extendidos. La muñeca trasera pasa rápidamente sobre la delantera, al mismo tiempo el hombro atrasado pasa hacia la barbilla (Figura 218). La cadera gira colocando delante del extremo que se encontraba atrasado. El peso del cuerpo debe ser trasladado al pie adelantado mientras que el pie atrasado pivotea (sobre la punta) quedando de frente hacia el terreno de juego.



Figura 218. Culminación del swing.

#### **4.1.7. Errores más comunes al momento de batear**

- Colocar los brazos demasiado atrás o adelante.
- Darle vuelta al bate.
- Mantener el peso del cuerpo en el pie adelantado durante la posición de espera.
- Apretar muy fuerte el bate.
- Flexionar demasiado las caderas en lugar de las rodillas.
- Dar el paso hacia afuera y no hacia el lanzador.
- Mantener el peso del cuerpo en los talones.
- Voltear la cabeza.
- Sacar el pie.
- Paso demasiado largo.

#### **4.1.8. Recomendaciones para mejorar el bateo**

- Mantener la vista sobre la pelota en todo momento.
- No voltear la cara.
- Mantener los hombros al mismo nivel.
- Dejar el bate quieto.
- Agarrar el bate firmemente pero suave.
- Mantener los brazos alejados del cuerpo y relajados.
- Hacer swing solamente a los strikes.
- Ser agresivo, hasta para hacer el swing.
- Distribuir el peso del cuerpo fundamentalmente sobre el pie trasero.
- No levantar el pie de atrás.
- No adivinar lo que el lanzador quiere lanzar.
- Seguir la pelota con los ojos durante toda la trayectoria hasta el bate.

#### **4.2. El toque de bola**

El toque de bola se considera uno de los aspectos importantes en la ofensiva de un equipo de pelota. Está muy relacionado con el bateo, que debe ser considerada como una destreza adicional que cada jugador debe adquirirla como aspecto fundamental de la ofensiva de su equipo.

##### **4.2.1. Toque de sacrificio**

Tal como su nombre lo indica, el bateador se sacrifica, es decir, ser puesto out para hacer avanzar en las bases uno o más compañeros. El objetivo principal de esta jugada es que avancen los corredores. El sacrificio se realiza con el cuerpo completo de frente al lanzador. El cambio de la posición de batear a la de fren-

te al lanzador listo para tocar se efectúa justamente antes de que el lanzador envíe la pelota.

Consiste en lo siguiente: el pie delantero gira sobre el talón hacia la línea exterior del cajón de bateo e inmediatamente el de atrás se coloca en posición paralela al delantero y pegado a la línea interior del referido cajón. En forma simultánea con el movimiento de los pies, el bate es traído desde la posición de bateo a la posición de toque delante del *home* y al lado del bateador, deslizando la mano de arriba sobre el bate hasta más o menos donde comienza lo más grueso del bate, la otra mano permanece firme en el mango del bate.

En esta posición el bate está paralelo al terreno un poco más arriba de la cintura, descansando suavemente en las manos, la mano superior lo sujeta entre los dedos índice y el pulgar por arriba formando una V (Figura 219). Los demás dedos flexionados sin tener contacto con el bate. Los brazos se encuentran flexionados a nivel de los codos, formando un ángulo recto brazo y antebrazo. La vista en el lanzamiento, el peso del cuerpo repartido proporcionalmente sobre los pies (Figura 220).



Figura 219. Posición del bate sostenido con los dedos en V.



Figura 220. Peso del cuerpo repartido en ambas piernas.

El contacto con la pelota debe ser sobre lanzamientos buenos o strikes. Debe tener presente que las bolas malas son para el receptor. Si la pelota viene sobre la zona de strike el tendrá en posición horizontal, los brazos relajados y las manos suaves sobre el bate para que el contacto no sea sólido. Para buscar contacto con la pelota no se debe subir o bajar el bate, sino moviendo su

cuerpo flexionado o extendiendo sus rodillas y el tronco. Al hacer contacto con la pelota deje que la pelota golpee el bate y no que el bateador golpee la pelota.

Tener presente que con corredores en primera base se debe intentar el toque de bola por los lados de primera. Con corredores en segunda base el toque debe intentarse por los lados de la tercera base.

#### **4.2.2. Toque de sorpresa**

Este toque está fundamentado en la sorpresa que causa y en la velocidad del bateador, ya que debe ir en carrera hacia la primera base en el momento de hacer contacto con la pelota. Cuando el lanzador suelta la pelota el bateador desliza la mano superior hacia el sello del bate mientras deja caer ligeramente los pies pivotean, dando así un movimiento inicial a la carrera cuando se hace contacto con la pelota. Esto va depender de la mano de batear del bateador, si el mismo es derecho la pierna derecha realiza un breve deslizamiento hacia un lado (Figura 221). Si es zurdo la pierna izquierda pasa por delante de la derecha en dirección al lanzador (Figura 222).



Figura 221. Posición de toque de sorpresa para bateador derecho.



Figura 222. Posición de toque de sorpresa para bateador zurdo.

#### **4.2.3. Recomendaciones para el toque**

- Sostenga el bate con los dedos de ambas manos suavemente. La mano superior a nivel del sello y la otra en la parte inferior del bate.

- Trate de tocar la pelota con la parte más gruesa del bate.
- Mantenga el bate en forma paralela al suelo delante del home y al frente de su cuerpo.
- Toque la pelota baja preferiblemente.
- Flexione ligeramente las rodillas y el tronco al tocar.
- No toque lanzamientos malos.
- Dirija la pelota por la zona del terreno menos cubierta.

### 4.3. Estrategias metodológicas para la enseñanza de los fundamentos técnicos del bateador

#### Estrategia metodológica 1

**Nombre:** Imitación de swing.

**Objetivo (s):** Realizar limitación del swing con los brazos cruzados.

**Materiales:** Silbato.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubican de forma individual. Las manos se cruzan y agarran a los hombros en la posición inicial. A la señal del docente realizan la imitación del swing.



Figura 223. Inicio del ejercicio.



Figura 224. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

## Estrategia metodológica 2

**Nombre:** Imitación de swing contra el sol.

**Objetivo (s):** Realizar limitación del swing contra el sol.

**Materiales:** Silbato, bates, pelotas.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** Los estudiantes se ubicarán de espalda al sol y de frente a una pelota colocada de tal forma que su cabeza la tape. A la señal del docente el estudiante ejecuta el swing y deberá mantener la pelota siempre tapada con su cabeza.



Figura 225. Inicio del ejercicio.



Figura 226. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

### Estrategia metodológica 3

**Nombre:** Imitación de *swing* contra la malla.

**Objetivo (s):** Realizar el *swing* con los codos flexionados hasta el instante en que golpea la pelota.

**Materiales:** Silbato, bates, pelotas, malla o cerca.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** Los estudiantes se colocarán de frente a una malla o cerca, separados aproximadamente una distancia menor a la que se obtiene al momento de estirar los brazos. Verificada esta distancia el estudiante realizará el *swing* sin hacer contacto con la malla o cerca.



Figura 227. Inicio del ejercicio.



Figura 228. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

## Estrategia metodológica 4

**Nombre:** Swing arrodillado.

**Objetivo (s):** Realizar el swing arrodillado y la salida correcta de los brazos.

**Materiales:** Silbato, bates, pelotas.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** Los estudiantes se colocarán arrodillados con la pierna delantera extendida. A la señal del docente realizarán el *swing*, considerando la forma correcta de la salida de los brazos.



Figura 229. Inicio del ejercicio.



Figura 230. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

## Estrategia metodológica 5

**Nombre:** Swing con bola bombeada.

**Objetivo (s):** Realizar el swing dejando llegar la pelota.

**Materiales:** Bates, pelotas, malla.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** Los estudiantes se colocarán en su posición inicial de bateo y el docente lanzará la pelota por debajo del brazo hacia la zona de golpeo del bateador.



Figura 231. Inicio del ejercicio.



Figura 232. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

## Estrategia metodológica 6

**Nombre:** Swing con bola bombeada por detrás.

**Objetivo (s):** Realizar el swing dejando pasar la pelota.

**Materiales:** Bates, pelotas, malla.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** El estudiante se colocará en su posición inicial de bateo y el docente detrás de este. A la señal bombeará la pelota por debajo del brazo y el bateador deberá dejar pasar la pelota y golpear delante del *home plate*.



Figura 233. Inicio del ejercicio.



Figura 234. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

## Estrategia metodológica 7

**Nombre:** Swing con bola colocada en el *batting-tee*.

**Objetivo (s):** Realizar el swing dejando pasar la pelota.

**Materiales:** Bates, pelotas, malla, *batting-tee*.

**Organización:** Individual.

**Desarrollo:** Los estudiantes se colocarán en su posición inicial de bateo. El compañero le coloca la pelota en el *batting-tee*, acto seguido ejecuta el swing manteniendo la vista en la pelota en todo momento.



Figura 235. Inicio del ejercicio.



Figura 236. Culminación del ejercicio.

**Carga:** En total se pueden realizar entre 10 y 15 repeticiones.

#### **4.4. Resumen del capítulo IV**

A consideración de expertos en el tema del Béisbol el bateo se considera el fundamento técnico del juego más difícil de ejecutar. La estrategia de dividir dicha técnica en fases es producto del campo experiencial que presenta el autor del texto, tanto desde el punto de vista como jugador, así como formador de peloteros y docentes en Educación Física.

#### **4.5. Actividades de aprendizaje**

El docente asignará de forma individual una hoja de trabajo en donde se establecerán ejercicios para el fundamento técnico del bateo. El estudiante deberá completar lo que se le asigna en dicho hoja y buscar variantes a las mismas.

#### **4.6. Referencias bibliográficas**

Asociación de Entrenadores de Béisbol de Canadá (2005). *Cursos de Formación de Béisbol. España: Real federación Española de Béisbol y Sófbol.*

Mayor League Baseball (2017). *Manual para Entrenadores.*

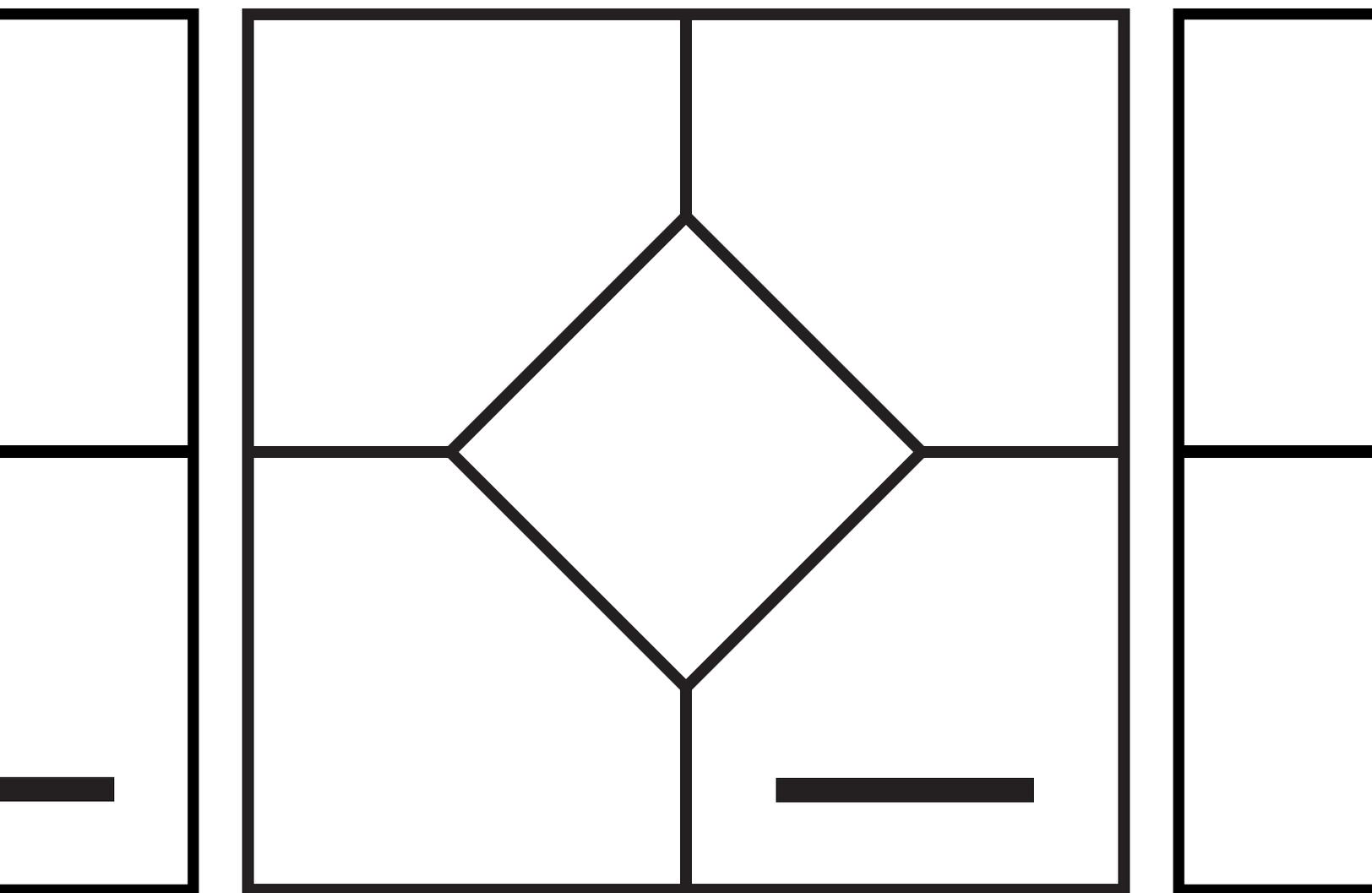
Fundación Urbano Lugo (2009). *Fundamentos y técnicas básicas para jugar Béisbol como los profesionales.* Caracas, Venezuela: Rota Print INT.

Reynaldo, F. (2006). *Del Béisbol casi todo.* Ciudad de la Habana, Cuba: Editorial Deportes.

Siffredi, C. (1998). *Fundamentos para el entrenamiento del beisbol.* Argentina, Buenos Aires: Artes Gráficas S.R.L.

# Capítulo V

## Anotación de un juego de Béisbol



El sistema de anotación de un juego de Béisbol tiene un idioma universal. Si un anotador lleva correctamente la anotación, su trabajo puede ser entendido por cualquier anotador de México, Japón, Venezuela, Puerto Rico, entre otros. Es posible que cada anotador simplifique su trabajo, pero los signos principales tienen el mismo significado o expresiones en uno u otro país.

Aunque la anotación no es una ciencia, está sujeta a métodos y es por eso que puede ser comprendida por todos los anotadores del mundo donde se practique Béisbol. En la anotación de dicho juego está condensada la historia de este deporte, lo cual debe ser completa, hasta los datarles más pequeños deben estar debidamente señalados en el resumen final.

Al concluir el presente modulo, el estudiante del subproyecto Béisbol desarrollará los fundamentos teóricos para el manejo de la anotación del juego de Béisbol, así como establecerá los diferentes procedimientos para la preparación física para los jugadores de Béisbol, y como aplicar el reglamento oficial en situación de juego. Como objetivos específicos tendrá:

- Llevar por escrito el control del juego en las planillas oficiales de Béisbol.
- Tabular los datos que presenta las planillas y trasladarlo por escrito a la hoja de recopilación.
- Realizar en forma práctica las funciones de los árbitros en el juego de Béisbol.
- Efectuar los ejercicios de preparación física que contribuyan a mejorar sus valencias físicas.
- Elaborar y demostrar en forma practica un circuito especializado para jugadores de Béisbol.
- Aplicar el reglamento del Béisbol en la parte relacionada con el anotador y los árbitros.

### **5.1. Características de la hoja de anotación**

La hoja de anotación consta de cinco partes (Cuadros 1 y 2):

#### **1. Defensiva**

2. Orden al bate
3. Desarrollo del juego
4. Ofensiva
5. Labor de los lanzadores

**Cuadro 1. Características de la hoja de anotación**

1
2
3
4

Defensiva					N	Orden al bate	POS	1	VB	CA	HC	2B	3B
O	A	E	I	IJ									

**Cuadro 2. Características de la hoja de anotación para los lanzadores**

5

Lanzadores	D	I	R	G	P	S	IP	VB	CP	CL	H	2H	3H	HR	K	BB	GP	WP
Wilfredo Godoy																		

Toda hoja de anotación tiene una cara A y una cara B. En la primera se anotará la alineación del equipo visitante y en la otra el equipo home club. Al inicio del juego, el anotador debe hacer algunos asientos en la hoja de anotación, como lo son:

- Nombre del evento, al cual pertenece el juego y determinar la categoría.
- Nombre del estado y la ciudad donde se efectúa el juego.
- Nombre de los árbitros que actúan en cada posición.
- Día y fecha en que se realiza el juego.
- Hora de inicio del juego, al concluir el mismo se debe anotar la hora final y tiempo de duración.
- El nombre y apellido del anotador.

El anotador debe recibir las alineaciones de cada equipo de mano de los árbitros del juego, debe ser revisado minuciosamente y el mismo debe tener: nombre completo de cada jugador y la posición que ocupará a la defensiva, se debe evitar las simplificaciones o abreviaturas. Todas las anotaciones deben hacerse en bolígrafo o marcador. Se sugiere que la alineación se haga en color negro.

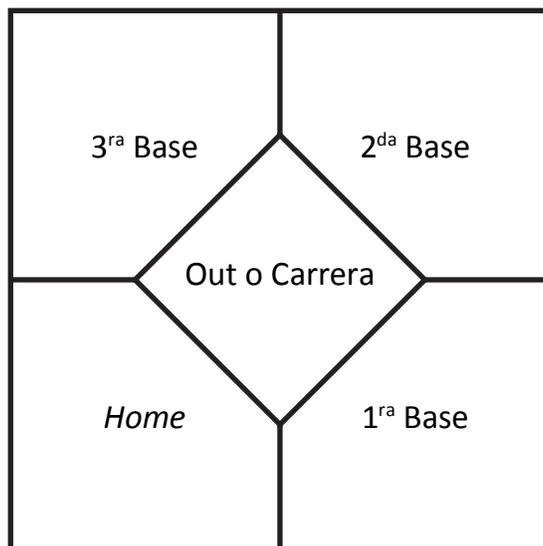
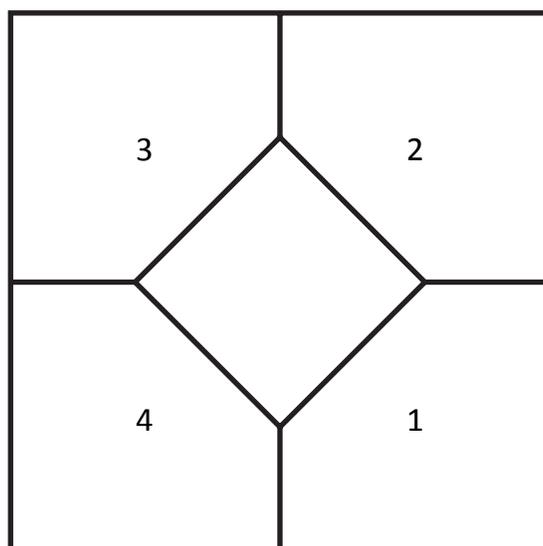
Los nombres de los jugadores iniciales deben ser anotados en la parte inferior de cada casilla del turno al bate correspondiente (Cuadro 3). Los jugadores que ingresen posteriormente deben ser anotados en la parte superior del nombre del jugador que inicialmente empezó jugando. Haga las anotaciones de los nombres de los jugadores en letra imprenta en forma clara y legible.

**Cuadros 3. Orden al bate en las alineaciones**

	<b>N°</b>	<b>Orden al bate</b>	<b>POS</b>
1	4	Luis Castro	4
2	13	Félix Miranda Wilfredo Godoy	6

En la parte del desarrollo del juego podrá observarse que aparecen cuadrados iguales, diagramados en la Cuadro 4. Estas casillas se encuentran dispuestas en bloque. En la misma se anotara la labor realizada por el jugador correspondiente, representa las veces que un jugador ha bateado, debe fijarse en la entrada que lo hace. Cada cuadro representa una base, el 1 representa la primera base, en sentido contrario a las manecillas del reloj.

**Cuadro 4. Diagramas para llevar la secuencia del juego**



## **5.2. De la simbología**

### **5.2.1. Jugadores a la defensiva**

A cada uno de los jugadores cuando están a la defensiva se le identifica con un número, según la posición que ocupan en el campo, el cual se utiliza para determinar las diferentes combinaciones en las jugadas de out o posibles jugadas de out, o avance de corredores. Es importante para saber llevar el trayecto de los corredores por las bases. Los números de las posiciones son:

1. Lanzador
2. Receptor
3. Primera base
4. Segunda base
5. Tercera base
6. Campo corto
7. Jardinero izquierdo
8. Jardinero central
9. Jardinero derecho

A los jugadores que solo participan a la ofensiva se les identifica en el orden al bate en la siguiente forma:

- BD: bateador designado
- BA: bateador asignado

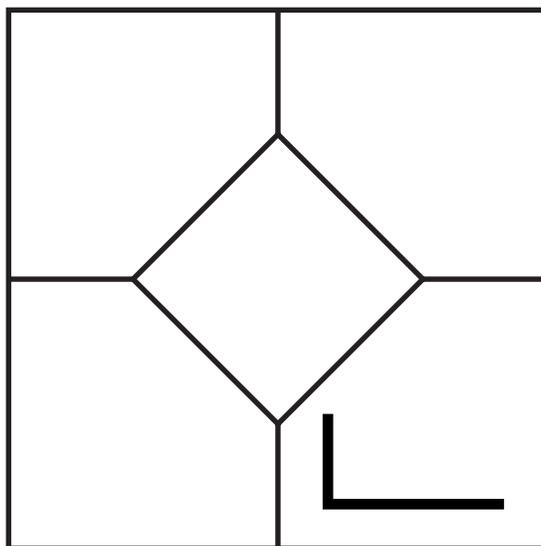
### **5.2.2. De la simbología simple**

En la anotación los batazos se van clasificando por signos y en este aspecto los anotadores van utilizando los sistemas de más fácil comprensión. Los signos

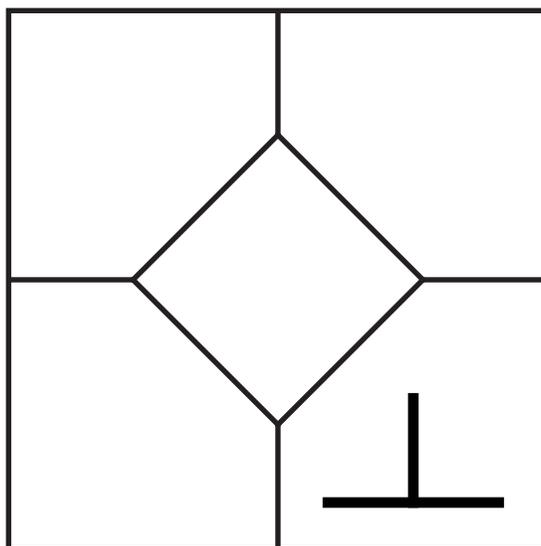
de anotación están distribuidos de tal manera que teniendo una característica propia están propensos a la confusión. Los signos pueden ser simples y concretos. La simbología simple es:

- *Batazos de sencillo (hit) en línea al outfielder*

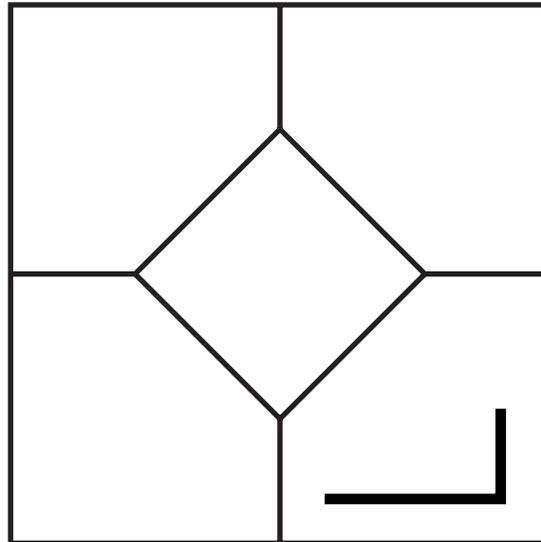
**Cuadro 5. Sencillo en línea al jardín izquierdo**



**Cuadro 6. Sencillo en línea al jardín central**

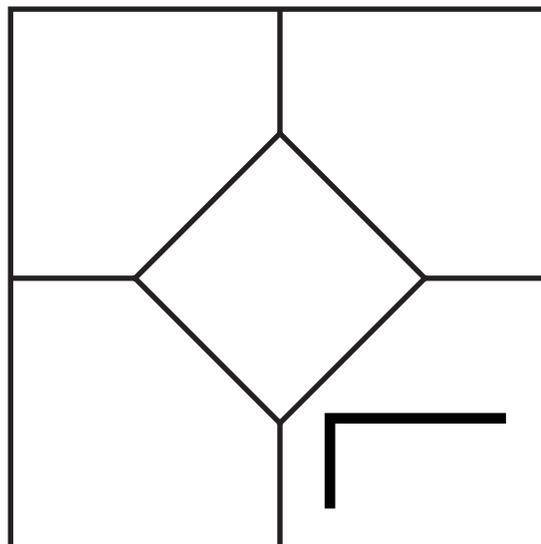


**Cuadro 7. Sencillo en línea al jardín derecho**

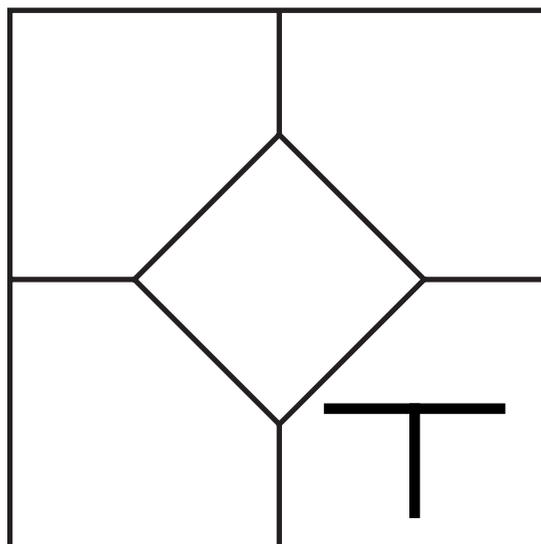


- *Batazos de sencillo (hit) rastrero al outfielder*

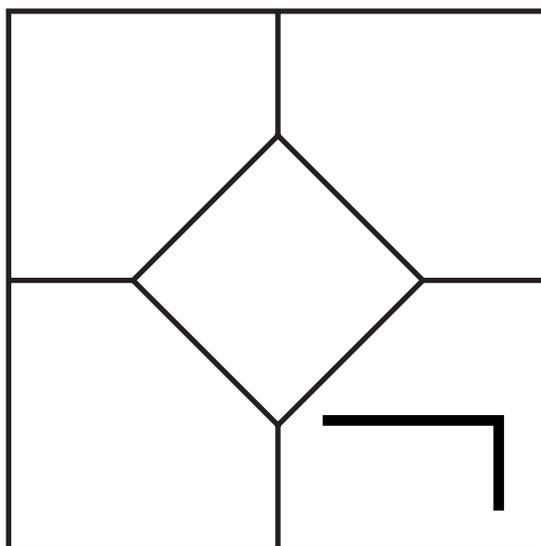
**Cuadro 8. Sencillo rastrero al jardín izquierdo**



**Cuadro 9. Sencillo de rastrero al jardín central**

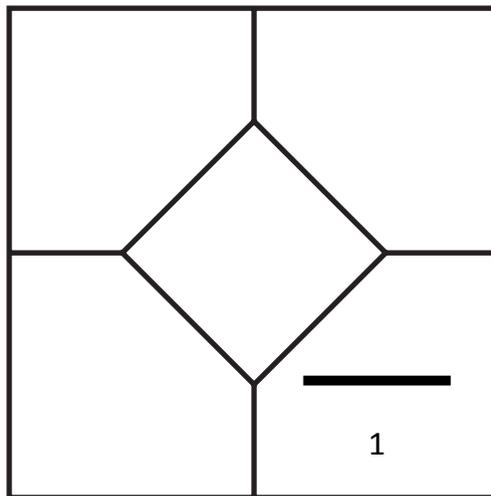


**Cuadro 10. Sencillo de rastrero al jardín derecho**



Tomando como marco de referencia los sencillos es necesario destacar la variante cuando se conecta un sencillo al cuadro (*infield hit*). La simbología para representar esta variante dependerá del número de la zona por donde se realizó (Figura 237). Teniendo como factor común el color que elija el anotador. Si el infield hit se produce por el área del lanzador se coloca el número de la posición de este, es decir, el 1. Si se produce por el área de la segunda base se coloca el número 4 y así sucesivamente en dependencia por donde se produce el batazo.

**Cuadro 11. Simbología de infield hit por el cuadro**

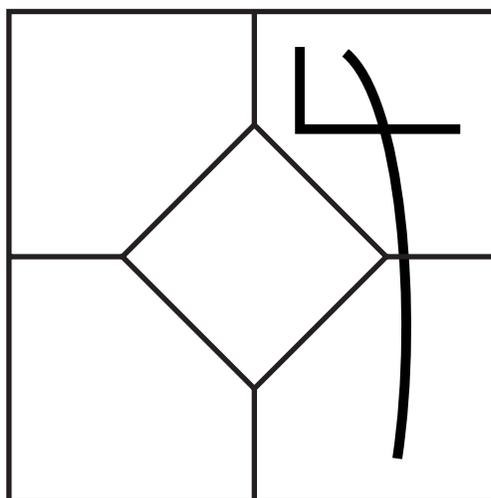


### **5.2.3. Simbología de los extravases (concretos)**

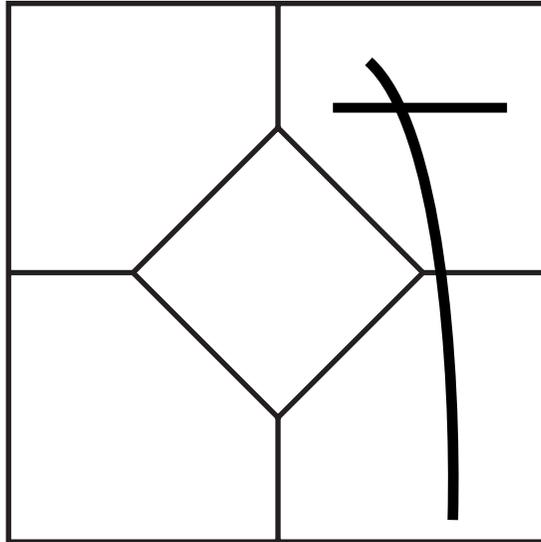
Las modificaciones que se puedan presentar en este sentido son los extravases; se ha creado una innovación para no perder la secuencia del juego. Esta se inicia desde la casilla de primera base y terminara dentro de la casilla de las bases alcanzadas, señalando al final el sitio por donde fue el extrabase. A continuación se describen cada uno de ellos:

- *Batazos dobles de línea al outfielder*

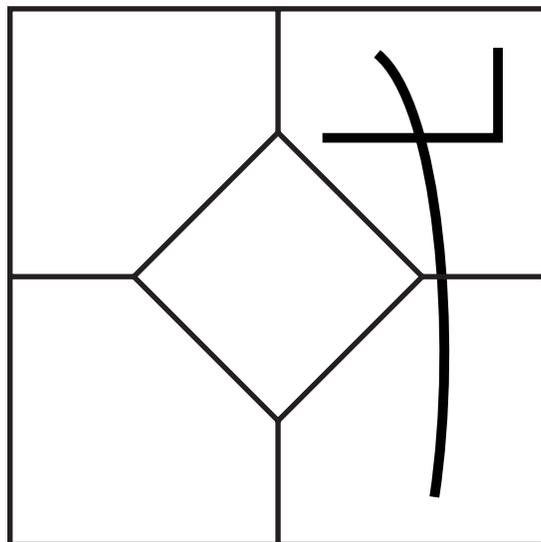
**Cuadro 12. Batazo doble de línea al jardín izquierdo**



**Cuadro 13. Batazo doble de línea al jardín central**

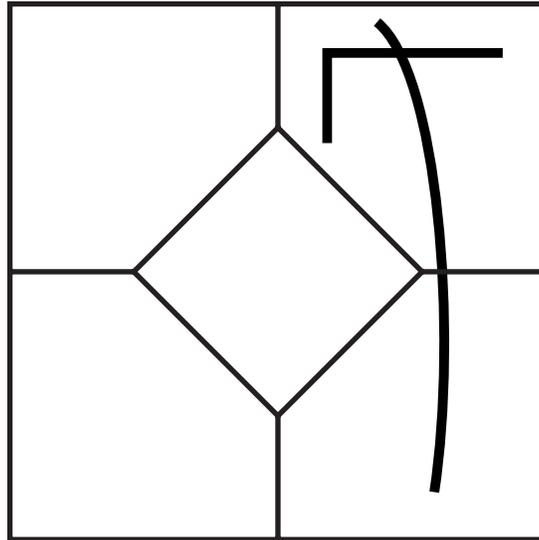


**Cuadro 14. Batazo doble de línea al jardín derecho**

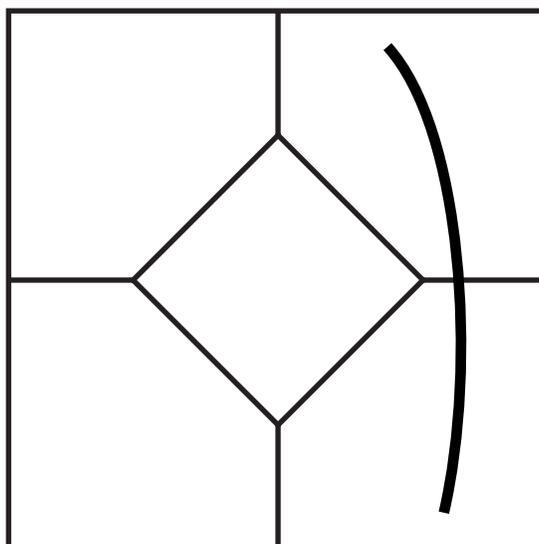


- *Batazos dobles de rollies al outfielder*

**Cuadro 15. Batazo doble de rollies al jardín izquierdo**

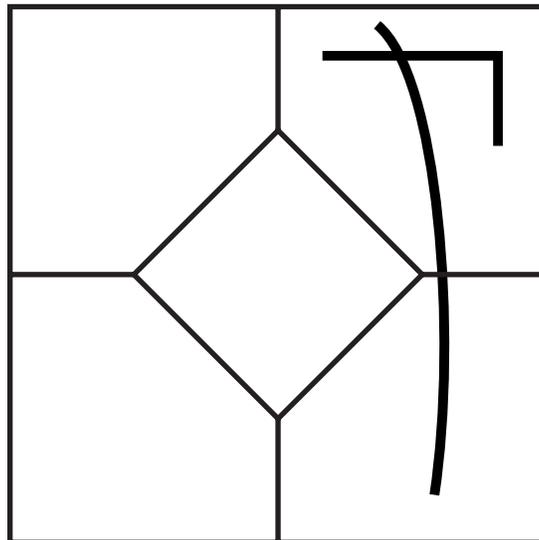


**Cuadro 16. Batazo doble de rollies al jardín central**  
**Cuadro 17. Batazo doble de rollies al jardín derecho**

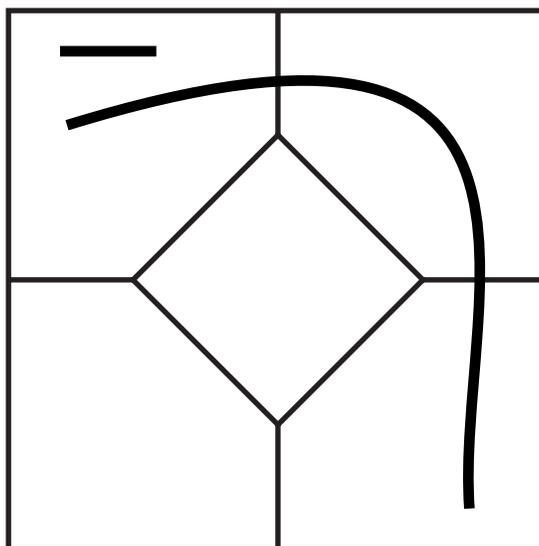


- *Batazos triples de línea al outfielder*

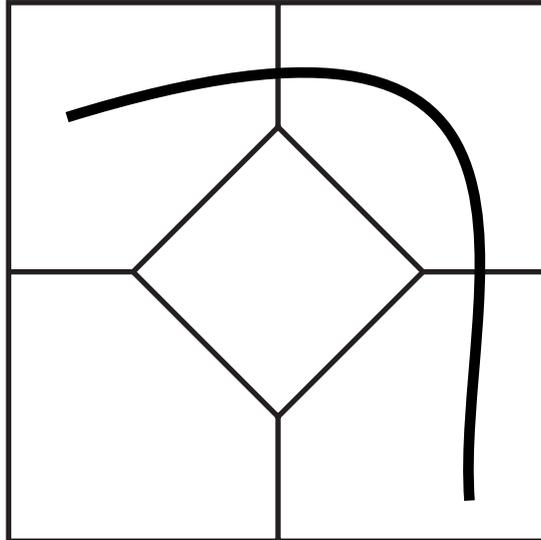
**Cuadro 17. Batazo doble de rollies al jardín derecho**



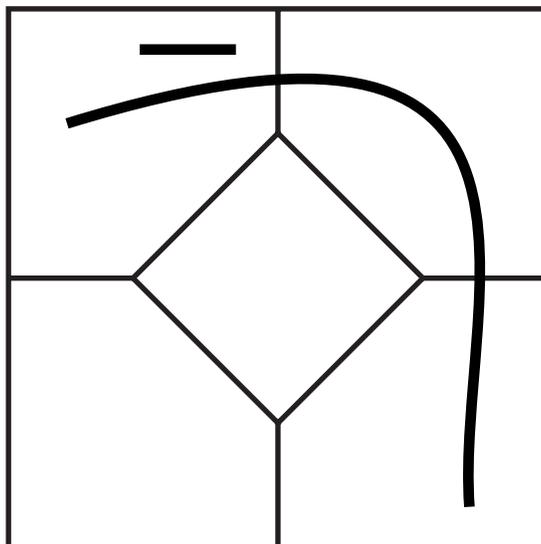
**Cuadro 18. Batazo triple de línea al jardín izquierdo**



**Cuadro 19. Batazo triple de línea al jardín central**

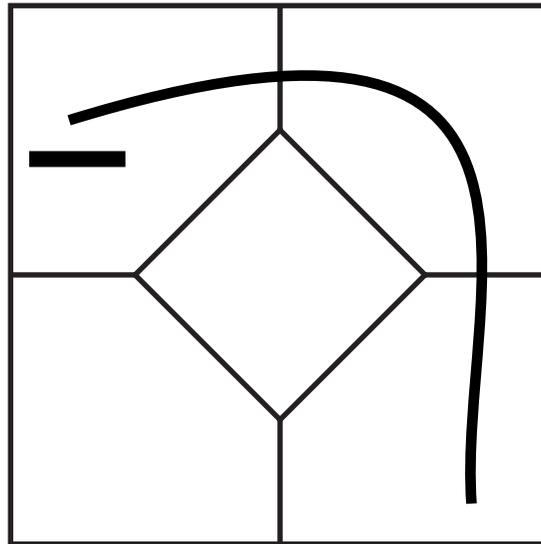


**Cuadro 20. Batazo triple de línea al jardín derecho**

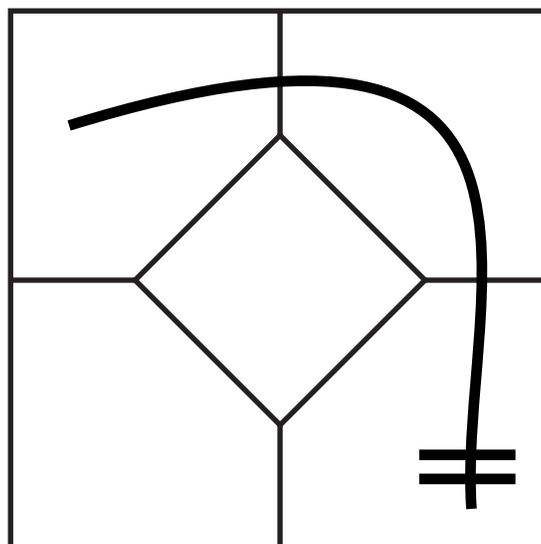


- *Batazos triples de rollies al outfielder*

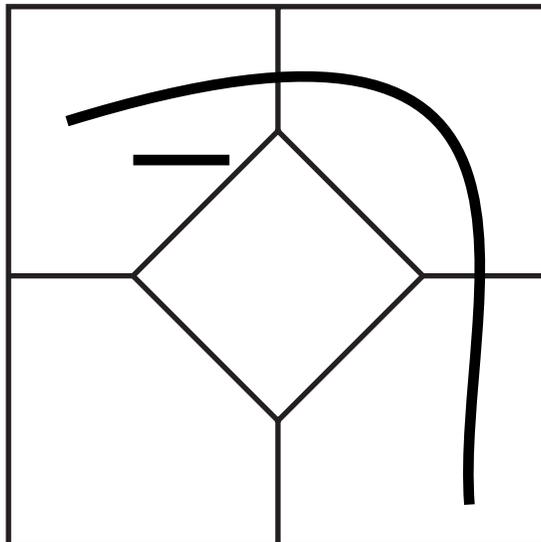
**Cuadro 21. Batazo triple de rollies al jardín derecho**



**Cuadro 22. Batazo triple de rollies al jardín central**

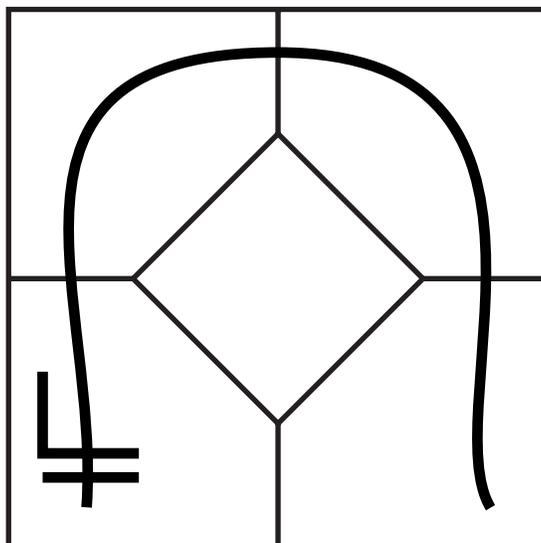


**Cuadro 23. Batazo triple de rollies al jardín derecho**

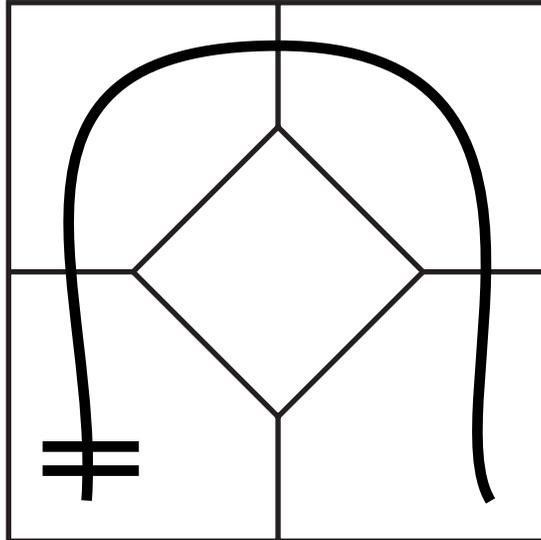


*- Los cuadrangulares fuera del campo*

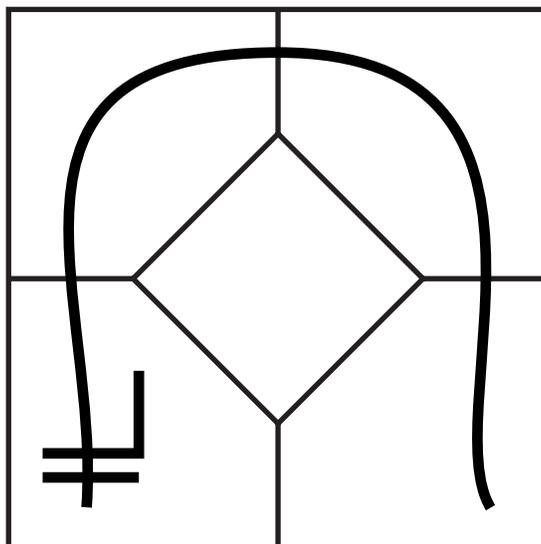
**Cuadro 24. Cuadrangular por el jardín izquierdo**



**Cuadro 25. Cuadrangular por el jardín central**

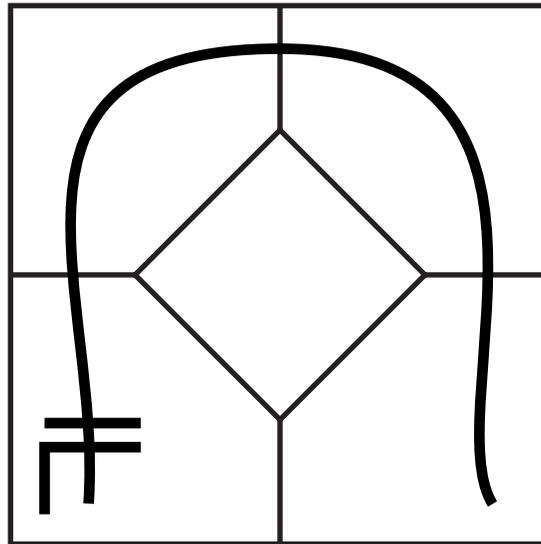


**Cuadro 26. Cuadrangular por el jardín derecho**

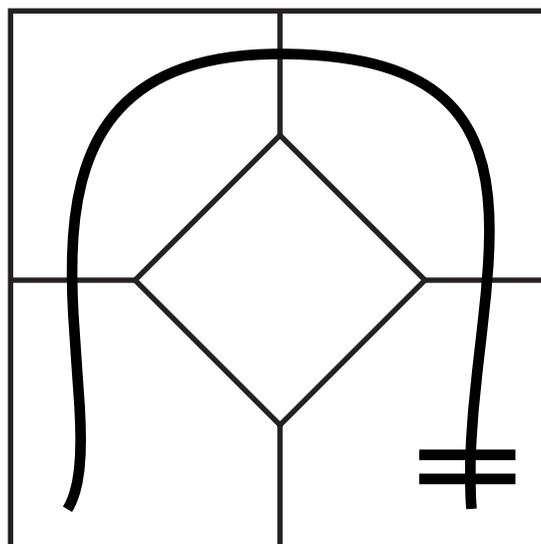


- Los cuadrangulares dentro del campo

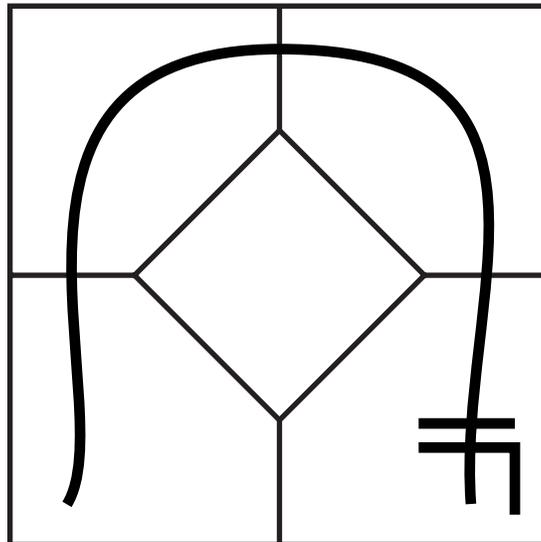
**Cuadro 27. Cuadrangular por el jardín izquierdo**



**Cuadro 28. Cuadrangular por el jardín central**



**Cuadro 29. Cuadrangular por el jardín derecho**



#### **5.2.4. Otros símbolos**

Las diferentes situaciones de juego están ligadas al reglamento para sí determinarlas y diferenciarlas, según la apreciación del anotador. Teniendo cada jugada su simbolización respectiva y un color determinar. Para esta simbología se puede utilizar la empleada por Izaguirre (2018) la cual es empleada a nivel nacional en los eventos organizados por la Federación Venezolana de Béisbol (FVB) siendo esta simbología la siguiente:

**Cuadro 30. Resumen de símbolos y colores**

Jugada	Negro	Azul	Rojo	Mixtos
Todos los <i>hits</i> que se conecten	*			
Todos los avances y <i>outs</i> que se produzcan	*			
Carreras limpias anotadas	*			
Carreras sucias anotadas	*			
Carreras mixtas	*		*	Mitad
Fielder's choice	FC(x)			
<i>Out en fly</i>	F(x)			
<i>Out en fly en foul</i>	FF(x)			
Out en línea	L(x)			
Out en línea en foul	LF(x)			
Base por bolas		B		
Base por bolas intencional		B	I	B (AZUL) I(ROJO)
Golpeado por el lanzador		GP		
<i>Wild pitch</i>		WP		
Pasbol		PB		
Balk		BK		
Sacrificio		SH		Jugada
Sacrificio en fly		SF		Jugada
<i>Sacryfly en fly en zona foul</i>		SFF		Jugada
Interferencia		INT		Error
Obstrucción		OBS		Error
Atrapado robando		CS		Jugada
<i>Out por reglas</i>		OX R		Jugada
Avance por reglas		AX R		Jugada
Pick off		PO		Jugada
Jugada de apelación		JA		Jugada
Base robada			S	
Ponchado tirándole			K	
Ponchado cantado			<b>K</b>	
Carrera impulsada			.	

Doble <i>play</i>				
Triple <i>play</i>				
Error en rolin			ER (X)	
Error en tiro			ET (X)	
Error en flay			EF (X)	
Error en línea			EL (X)	
Error en flay en zona <i>foul</i>			EFF (X)	
Error en línea en zona <i>foul</i>			ELF (X)	
Error en línea en zona <i>foul</i>			ELF (X)	

### 5.2.5. De los símbolos convencionales

En toda hoja de anotación el anotador encuentra en sus respectivos casilleros donde registrar todo lo concerniente a la defensiva y ofensiva de cada uno de los jugadores que intervienen en un juego. En la parte izquierda de la planilla de anotación donde está situado el orden al bate se encuentra el resumen defensivo, a saber:

- *Resumen defensivo*: en la planilla identificada con la letra O se anotan los outs realizados por cada jugador a la defensiva (Cuadro 31). En la casilla identificada con la letra A se anotan las asistencias realizadas por cada jugador a la defensiva. En la letra E se anotan los errores realizados por cada jugador a la defensiva. Con las letras LT se anotan el total de la suma de *outs*, asistencias y errores. A la derecha del recuadro se anota la posición defensiva de cada jugador para facilitar su control.

**Cuadro 31. Resumen defensivo**

O	A	E	LT	
..		.	3	4
	..		2	3
		.	1	2

- *Resumen ofensivo*: al final de cada juego el anotador debe hacer un resumen general de la actuación ofensiva de cada jugador y del equipo, en las casillas con el siguiente significado:

### Cuadro 32. Resumen ofensivo

VB CA HC BB SH SF GP $\frac{IN}{T}$ AL H2 H3 HR BA CI BR CR K DP DB PA QB VO
--

**VB:** veces al bate

**CA:** carreras anotadas

**HC:** *hits* conectados

**BB:** bases por bolas recibidas

**SH:** sacrificio en toque

**SF:** sacrificio en *fly*

**GP:** golpeado por el lanzador

**INT:** embazado por interferencia

**AL:** apariciones legales

**H2:** *hit* de dos bases

**H3:** *hit* de tres bases

**HR:** jonrón

**BA:** total de bases alcanzadas con batazos

**CI:** carreras impulsadas

**BR:** bases robadas

**CR:** *out* tratando de robar

**K:** ponches

**DP:** batazos para doble *out*

**DB:** dejados en base

**PA:** corredores dejados en posición anotadora

**QB:** veces quedados en base

**VO:** veces puesto *out*

- *Actuación de los lanzadores:* Lo que respecta al lanzador, el sumario de lo que puede hacer un lanzador está en juego; ya sea completo, fraccionado, se encuentra en la parte inferior de la planilla y contiene las siguientes abreviaturas:

### Cuadro 33. Actuación de los lanzadores

NO DZ NB JG JP JS VB HP H2 H3 HR IL CP CL K BB SH SF GP IN WP BK

**NO:** número del uniforme

**HP:** total de *hits* permitidos

**DZ:** mano de lanzar

**H2:** *hits* de dos bases permitidos

**JG:** juego ganado

**H3:** *hits* de tres bases permitidos

**JP:** juego perdido

**HR:** jonrones permitidos

**JS:** juego salvado

**IL:** entradas lanzadas en el juego

**VB:** bateadores oficiales

**CP:** total de carreras permitidas

**CL:** carreras limpias permitidas

**GP:** embazados por golpeo

**K:** ponches propinados

**IN:** interferencia

**BB:** bases por bolas concedidas

**WP:** wild pitch

**SH:** sacrificio de toque

**BK:** balk

**SF:** sacrificio en *fly*

### 5.3. De la sustitución de jugadores

#### 5.3.1. Bateadores emergentes

Cada vez que se anuncie un bateador emergente el anotador debe proceder de la siguiente manera: en la tercera entrada Rodolfo Brito entra a batear por Manuel Bravo, luego de consumir turno se queda jugando en la tercera base. Colocar una raya vertical antes del cuadro de la tercera entrada para indicar que desde allí entro Rodolfo Brito a batear, además debe colocar al lado del nombre entre paréntesis (B3):

**Cuadro 34. Sustitución de bateadores emergentes**

Nombre del jugador	POS	1	2	3
Rodolfo Brito (B3) Manuel Bravo	5 6			

**5.3.2. Cambio de lanzadores**

En la tercera entrada cuando va a batear Félix Fermín se anuncia un nuevo lanzador. Se anota el nombre del nuevo lanzador encima del lanzador anterior y se coloca una raya horizontal preferiblemente de color rojo, en la parte superior de la casilla correspondiente al turno en donde bateara Fermín. Al lado del nombre del nuevo lanzador se puede escribir entre paréntesis (L3). Si hubiere un out, se anota al lanzador sustituto 2 1/3 entradas.

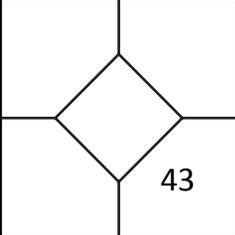
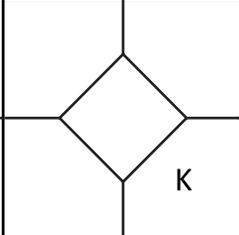
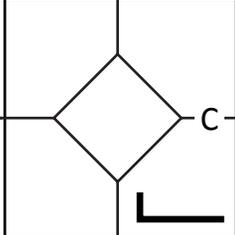
**Cuadro 35. Cambio de lanzadores**

Nombre del jugador	POS	1	2	3
Luis Castro Félix Fermín	2			

**5.3.3. De los corredores emergentes**

Una vez que se anuncie un corredor emergente el anotador oficial realizará la sustitución correspondiente, manteniendo la siguiente pauta: en la tercera entrada, Yuri Capdevilla es anunciado para correr en la primera base por Dimas Castro. Debe anotarse una C en rojo entre las casillas de primera y segunda, y colocarle Capdevilla, al lado del nombre y entre paréntesis (C3) que indica que entró a correr en la tercera entrada.

**Cuadro 36. Sustitución de corredores emergentes**

Nombre del jugador	POS	1	2	3
Yuri Capdevilla (C3) Dimas Castro	8			

**5.3.4. De los cambios internos**

El cambio interno es simplemente el cambio de posición de dos a más jugadores que están actuando en el momento de dicho cambio. Se sugiere que el anotador lo realice de la siguiente forma: cuando el cambio sea anunciado deberá anotarse a cada jugador el número correspondiente a la nueva posición a defender. En el lado izquierdo deberá anotarlo al lado de la posición anterior.

**Cuadro 37. De los cambios internos**

Nombre del jugador	POS
Yuri Capdevilla (C3) Wilfredo Godoy	6-1

En el lado de la defensa, derecho, deberá anotar en la parte superior de la posición anterior. En la casilla IJ deberá anotar las entradas jugadas en la posición que deja de jugar y totalizar la actuación que haya tenido.

**5.4. De las fórmulas para calcular los averages**

Otro aspecto de la anotación son los averages que deben llevarse a lo largo de un torneo. Ellos sirven para determinar los campeones individuales en cada departamento, tanto a la ofensiva como a la defensiva, y las actuaciones de los lanzadores, entre otros. Para determinar estos averages existen fórmulas exactas, según la regla 10.22; las cuales se explican a continuación:

### 5.4.1. Promedio de bateo

**Average:**  $\frac{\text{sencillos dados} \times 1000}{\text{veces al bate}}$

### 5.4.2. Promedio de fildeo

**Promedio de fildeo:**  $\frac{\text{outs} + \text{asistencias} \times 1000}{\text{outs} + \text{asistencias} + \text{errores}}$

Por ejemplo Omar Vizquel en un torneo realizó la siguiente actuación:

- Outs: 157
- Asistencias: 77
- Errores: 21

**Promedio de fildeo:**  $\frac{157 + 77 \times 1000}{157 + 77 + 21} = 918$

**Nota:** siempre que el residuo sea más de la mitad del divisor se le agregará un punto de average.

### 5.4.3. Efectividad del lanzador

La efectividad del lanzador se determina de la siguiente manera:

**Efectividad:**  $\frac{\text{carreras limpias} \times 9}{\text{entradas lanzadas}}$

Por ejemplo, Johan Santana permitió 4 carreras limpias en 42 entradas, su efectividad sería:

$$\text{Efectividad: } \frac{4 \times 9}{42} = 0,85 \text{ de efectividad}$$

## 5.5. Recomendaciones generales para el anotador

Es preciso hacer algunas consideraciones sobre el anotador oficial, ya que es un elemento fundamental en el juego de pelota. La decisión de un anotador puede cambiar el resultado de un liderato individual, otorgándoles un campeón a quien no lo merece, perjudicando a quien hizo los méritos para alcanzarlo. Las principales recomendaciones que debe tener en cuenta un buen anotador son:

- El anotador debe basarse en su propio juicio.
- Es un representante de la liga y tiene la exclusiva autoridad para hacer las decisiones basadas en el mejor juicio.
- Deberá presenciar el juego desde un lugar cómodo que permita la visibilidad perfecta de lo que ocurra en el terreno de juego.
- Las decisiones deben ser comunicadas al público o a la prensa a través del sistema interno de sonido.
- El anotador oficial no debe proteger juegos sin hits ni carreras, ni de ningún otro tipo de record concediendo decisiones que no se ajustan a la realidad.
- El anotador oficial no rendirá decisión alguna que este en conflicto con las reglas oficiales del juego, o con las decisiones de un umpire.
- El anotador como representante oficial de la liga tiene derecho a la dignidad y respeto de su cargo, y recibirá respaldo y protección de las personas que dirijan la liga o la asociación.
- Un buen anotador debe mantener su vista en todo momento sobre la jugada para no cometer equivocaciones.
- Es indudable que el anotador también cometerá errores, porque existen juga-

das muy difíciles donde debe aplicar el criterio, pero nunca trate de emparejar los posibles errores cometiendo otro para tapar el primero.

- Tome decisiones como usted las ha visto y puede meditar un momento sobre una jugada, nadie debe influir sobre usted.

- Consulte y apréndase las reglas del Béisbol, especialmente las relacionadas con el anotador oficial.

## **5.6. Resumen del capítulo V**

En la anotación de un juego de Béisbol se encuentra condensada la historia de un juego de pelota, por ende, se debe ser lo más claro y entendible posible el proceso de anotación de dicho juego. Para ello se requiere conocer los elementos mínimos indispensables para poder llevar a feliz término el desarrollo del juego. Sin lugar a dudas, lo desarrollado en este capítulo se convierte en directrices básicas para el estudiante de la carrera en educación Física, Deporte y Recreación; y si el mismo desea hacer carrera en este maravilloso arte debe profundizar en cursos que se dicten al respecto.

## **5.7. Actividades de aprendizaje**

El docente asignará de forma grupal el anotar un juego de Béisbol por televisión, hasta un máximo de cinco innings.

## **5.8. Referencias bibliográficas**

Méndez, R. (2007). *Guía de anotación de Baseball*. Manuscrito no publicado.