

ELIMINE

REVISTA TECNICA DE BALONCESTO

Año I - Núm. 2 - Julio 1988

DIFUSION GRATUITA PARA LOS SOCIOS



Jorge Juan, 82 - 28009 MADRID

The FIBA Study Centre and Research Department is one of the Departments of FIBA Basketball Promotion GmbH, a limited company, 100% owned by FIBA, the International Basketball Federation, with its headquarters in Munich.

The FIBA Study Centre was founded in 1994 (at first under the name of FIBA Sport Projekte) to encourage the growth of sports facilities. Its technical advisory body, together with a consortium of Partners, is working towards the standardisation of the rules and specifications for basketball-related equipment and materials as well as towards the uniformity of basketball halls for the image of FIBA and the safety of players and public

The experience gained during these four years of hard work is invaluable and must be passed on to all basketball federations and clubs. Even other sports federations can profit by it and we are always willing to help with all types of problems pertaining to the building, construction and refurbishing of sports halls.

Part of our knowledge has been collected within two "Guides", the "Guide to Basketball Facilities for High-Level Competitions" and the latest "Guide to Small Basketball Facilities". Both deal with and find solutions to many problems that arise during the building and management of sports facilities.



Aldo Vitale
 Managing Director
 FIBA Basketball Promotion



Nicole Appleby
 Head of the FIBA Study Centre and Research Department



Pier Luigi Marzorati
 Technical Coordinator
 FIBA Study Centre and Research Department



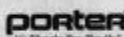
**FIBA STUDY CENTRE
 GUIDES TO BASKETBALL FACILITIES**



These Guides can be obtained from:
 Nicole Appleby
 FIBA Basketball Promotion GmbH

Study Centre and Research Department
 Boschetsrieder Straße 67
 D-81379 Munich | Germany

Tel.: +49-89-74815868
 Fax: +49-89-74815888
 e-mail: secretariat@office.fiba.com



TRABAJAR PARA CONSEGUIR NUESTROS OBJETIVOS

Si en el primer número de esta revista saludábamos la real puesta en marcha de esta nueva etapa de nuestra Asociación, en este vamos a reafirmar no sólo la continuidad de las nuevas iniciativas, sino la consecución de nuevas metas y el trazado de más amplios objetivos.

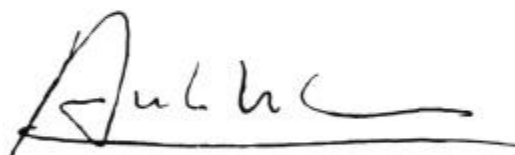
Zaragoza ha acogido en días recientes el Clínic de la Asociación, que ha contado, como siempre, con grandes conferenciantes —Dan Peterson y Alfredo Julbe— y además con complementos teóricos de gran nivel: José Antonio Bové, veterano entre los trainers, y el profesor de prestigio mundial, Grande Covián que supo acomodar el listón de su sabiduría científica a la practicidad de nuestro deporte. Esta, la del profesor Grande Covián, ha sido una experiencia que sin duda debe repetirse. Debemos trabajar para que nuestra vocación o profesión suba su nivel real de conocimientos, que salga de su círculo de enseñanzas tácticas y físicas, para avanzar en un campo más profundo y científico. Debemos prestigiar nuestra profesión-vocación y, para ello, esta Asociación buscará los caminos que estén a su alcance.

Igualmente debemos prestigiar la labor de los compañeros que ejercen puestos directivos. Ahora, antes y en el futuro. Parece que cuando unos compañeros deben dejar las riendas de la dirección en un organismo o asociación a través de los conductos reglamentariamente establecidos para ello, deba iniciarse una contienda de desprestigios mutuos, que lo único que consigue es desprestigiar nuestro colectivo. Igualmente, parece que para los compañeros que dirigen una entidad, cuando expira su mandato, dejan de interesarse por el bien de esta entidad y pasan a intentar desprestigiarla y poner palos en las ruedas de su funcionamiento. De la misma forma, aquellos que colaboraban de forma casi desinteresada, según se decía entonces, percibiendo pequeñas compensaciones por su colaboración, elevan a rango de contrato laboral su vinculación, haciéndose con una suculenta cantidad previa denuncia de la Asociación, antes de sus amores, a Magistratura. Cantidad que sale de la Asociación —de todos los socios— no de la nueva junta.

Por otra parte, algunos asociados reclamaron el linchamiento moral de nuestros antiguos dirigentes, sin juicio previo, en la pasada Asamblea que tuvo lugar en Zaragoza. Se pidieron expulsiones, inhabilitaciones, denuncias y todo tipo de descalificaciones para nuestros compañeros.

Nosotros entendemos que lo que debemos hacer es caminar e impedir que las rencillas gasten nuestro tiempo que debe dedicarse a actividades fructíferas para todos. En los últimos meses se está incrementando vertiginosamente el número de socios. Trabajemos todos para nuestro colectivo y para la mayoría, que no sabe de las pequeñeces de las luchas de poder. La Asamblea ha ordenado que se abra un expediente para delimitar responsabilidades frente a la Asociación. El mismo ex-presidente Chaves, en un breve planteamiento que le honra, expuso a la Asamblea su interés en llegar al fondo de cualquier cuestión, si es que la hay, y delimitar la actitud y responsabilidad de cada persona. Las conclusiones del expediente deben cerrar totalmente el capítulo y a partir de ahí todos tenemos que trabajar para conseguir nuestros objetivos. Los de verdad.

Recibid un cordial saludo.



ANTON M. COMAS I COMA

Presidente A.E.E.B.

Edita
A.E.E.B.
Edición Internacional
E.D.B.S.I.
Presidente
Anton M. Comas i Coma
Director
Ramón Guardiola

Director internacional
Dan Peterson
Coordinación
Francisco Miret
Traducción
Franco Pinotti
Han colaborado en este número:
Larry Shyatt, John Thompson, Ed Webb,

Tom Penders, Billy Lee, Guido Novella, Etore Messina, Dan Peterson, Jaime Andreu, Alfonso del Corral, Javier Vaquera, Franco Pinotti.
A.E.E.B.
Redacción y publicidad: Jorge Juan, 82
28009 MADRID
Teléfonos: (91) 275 35 65 - 275 21 81

Distribución
Gratuita a todos los asociados
Fotocomposición e impresión: MCD
.....

Reservados todos los derechos. Prohibida la reproducción total o parcial sin la autorización de la A.E.E.B.



EL TIRO DE TRES PUNTOS: YA NO ES UNA BROMA

Por **LARRY SHYATT** (Ass. Coach University of New Mexico)

Sugerencias básicas

- a) Los sistemas para los últimos momentos de juego deben tener en consideración el tiro de tres puntos en el aspecto ofensivo y defensivo.
- b) Entrenamiento.
- c) El porcentaje de tiro es muy inferior si la defensa sabe que vamos a tirar de tres.
- d) La habilidad con la que usáis el tiro de tres puntos en vuestro equipo puede, con toda probabilidad, marcar la diferencia en los partidos muy equilibrados.

Ventajas

- Tres puntos contra dos puntos.
- 33% de tres = 50% de dos puntos.
- Más fácil remontar el partido.
- Aumenta la habilidad para la penetración.

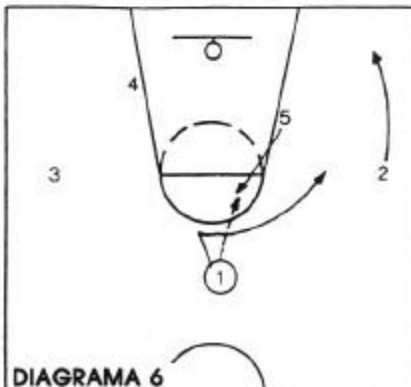
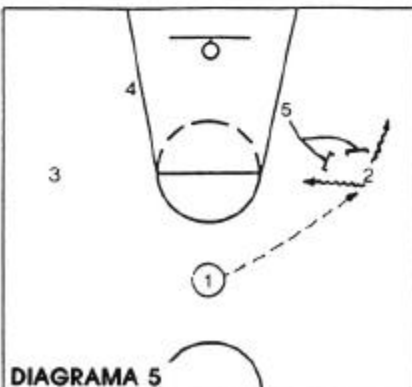
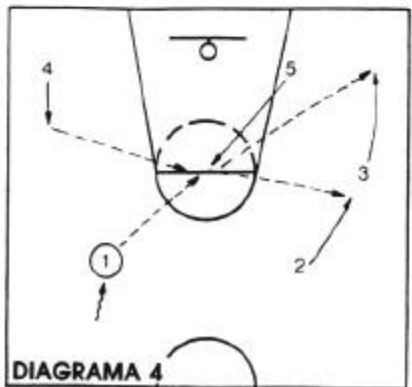
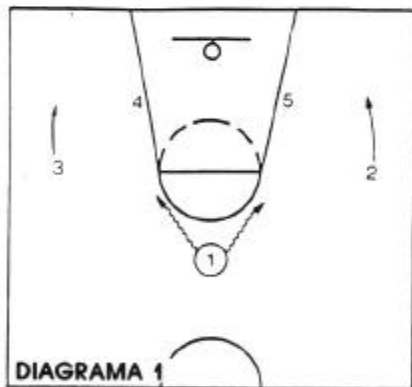
- Abre la defensa.
- Aumenta la posibilidad de rebote ofensivo.
- Ofrece al especialista el rol de catalizador del partido.
- Jugadores, público, muchos entrenadores son favorables: es excitante.
- Disminuye la eficacia de las defensas zonales.

Desventajas

- El porcentaje de tiro es más variable.
- Muchos jugadores no están acostumbrados, al ser el radio de tiro mayor.
- Puede influir en la paciencia del equipo.
- Se puede olvidar de jugar dentro.
- Disminuyen las posibilidades de faltas para el equipo contrario.

Contra la defensa individual

- Diagrama 1:* penetrar y pasar.
- Diagrama 2:* ajustes, botando. (2) lee la defensa y se aleja del balón. (3) se aleja o sustituye a (1).
- Diagrama 3:* sustituir. (1) va botando sobre el bloqueo de (5) y después pasa atrás a (3) que ha sustituido a (1).
- Diagrama 4:* dentro-fuera. (1) pasa a (5) que sube al poste alto. Este puede pasar a (2), (3) y (4) que se mueven en la zona de tiro de tres puntos.
- Diagrama 5:* bloqueo sobre el balón. (1) pasa a (2). El pivot (5) bloquea sobre (2) que pasa dejando a su defensor en el bloqueo.
- Diagrama 6:* balón en el bloqueo. (1) pasa al poste alto y lleva su defensor encima de (5) usándolo como bloqueo.



MOTION OFFENSE



Por **JOHN THOMPSON** (Ass. Coach St. Lawrence University)

El éxito en ataque, así como el éxito en cualquier cosa que hagamos, depende mucho de la capacidad de los jugadores en querer lo que hacen. Los atletas de hoy prefieren, en ataque, correr y tener la oportunidad de crear. Es por este motivo que nosotros intentamos hacer contraataque el máximo de veces posible y utilizamos nuestro **ataque en movimiento**. La gente que tengáis a disposición, luego, influirá en lo que podáis hacer.

Os lo garantizo, la "motion offense" no es una novedad. Nuestro concepto es una combinación de las ideas de *Ed Douma* del Calvin College, de *Mike Krzyzewski* de la Duke University, de *Jim Berkman* de St. Lawrence University, de mi experiencia a nivel de high school y college, más alguna que otra idea recogida por ahí.

Razones para utilizar la Motion Offense

- 1) Es difícil de defender
- 2) Es difícil hacer el scout
- 3) Es flexible
- 4) Es buena para el desarrollo del jugador
- 5) Es divertida para los jugadores

Objetivos y fines

- 1) Hacer llegar el balón en el área
- 2) Efectuar tiros libres
- 3) Anotar con los tiros de los hombres libres
- 4) Crear penetraciones hacia canasta
- 5) Tirar en acción con el 55%
- 6) Tirar los libres con el 75%
- 7) Mantener la pérdida de balones por debajo de los 15 por partido.

Reglas básicas

- 1) Utilizar el bote para:
 - a) adelantar el balón a lo largo del campo
 - b) mejorar el ángulo de pase
 - c) Llevar el balón a la canasta
 - d) Salir de las dificultades

e) Equilibrar la situación en el campo

2) No ejecutar nunca dos cortes consecutivos hacia la misma área del campo.

3) Mantener en el perímetro espacios abiertos: ello facilita el movimiento y la ejecución de los bloqueos.

4) Mirar la canasta contando hasta "2" siempre que no se tenga la posibilidad inmediata de anotar.

5) Abrirse en la posición del "triple peligro".

6) Utilizar los bloqueos

a) quien hace el bloqueo debe ser una persona con mucha determinación, debe bloquear a alguien, no al espacio, y debe llamar el nombre de quien quiere bloquear.

b) preparar vuestro defensor, utilizar cortes en "V".

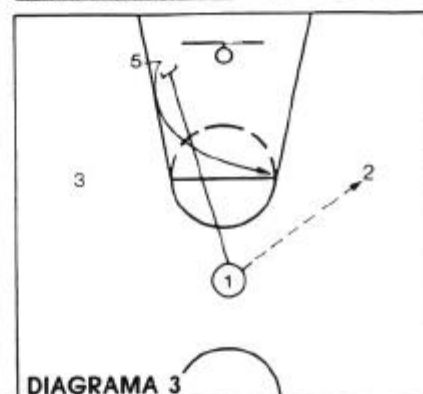
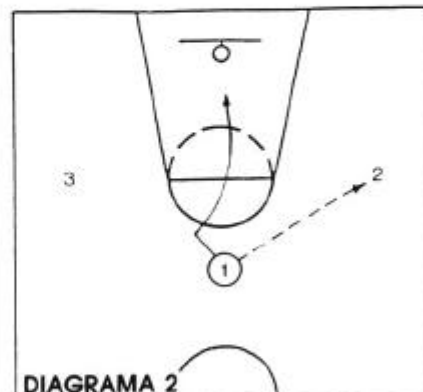
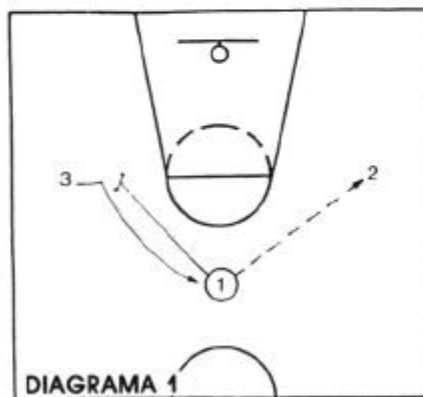
c) salir del bloqueo, hombro con hombro.

7) No quedarse nunca en el mismo sitio por un tiempo superior a los tres segundos.

8) Moveros con un fin.

Recordar, utilizar un mínimo de reglas y que éstas sean simples.

En el perímetro con el balón, nuestros jugadores pueden pasar e ir a bloquear (*diagrama 1*), pasar y cortar (*diagrama 2*), bloquear al poste bajo en el lado opuesto al balón (*diagrama 3*), sustituirse a si mismos (*diagrama 4*), desplazarse botando (*diagrama 5*), además, contrariamente a otras "motion offense", nosotros permitimos a nuestros jugadores de seguir los propios pases y llevar un bloqueo al hombre balón para una acción de bloqueo y continuación (*diagrama 6*). En el perímetro, sin balón, queremos que nuestros jugadores se muevan y sustituyan a si mismos; que se muevan hacia otra posición del perímetro; que utilicen al máximo los



grama 5), además, contrariamente a otras "motion offense", nosotros permitimos a nuestros jugadores de seguir los propios pases y llevar un bloqueo al hombre balón para una acción de bloqueo y continuación (*diagrama 6*). En el perímetro, sin balón, queremos que nuestros jugadores se muevan y sustituyan a si mismos; que se muevan hacia otra posición del perímetro; que utilicen al máximo los

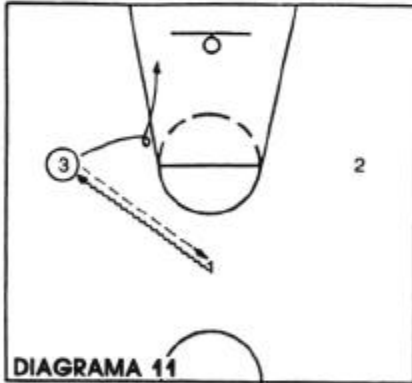


cortes en "V"; que bloqueen para otro jugador del perímetro; bloqueen bajo, transversal o subir para bloquear a un poste; que salgan detrás o encima de los bloqueos. Además, si el balón se lleva botando hacia un jugador del perímetro, éste tiene que despejar el lado (*diagrama 5*), o rea-

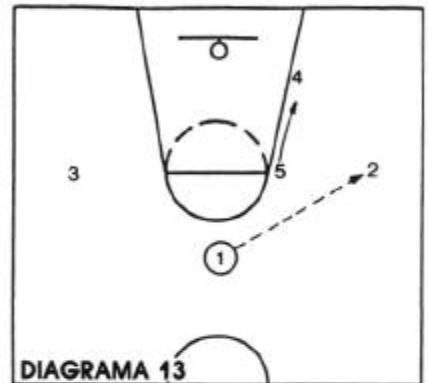


lizar un corte amplio (*diagramas 7 y 8*).

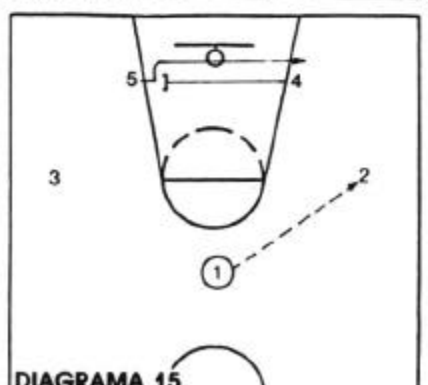
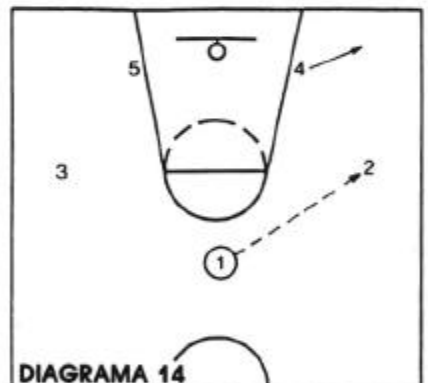
A un jugador del perímetro también se le puede hacer un bloqueo ciego para que reciba el pase en la puerta atrás o con un lob (*diagrama 9 y 10*). Un jugador puede también iniciar un corte horizontal y sucesivamente cortar hacia canasta (*diagrama 11*).



Los pivots —o los que juegan en los postes— deben trabajar juntos con inteligencia. Deben coger la posición con fuerza, trabajar para recibir el balón en la parte media inferior del área (si no reciben tienen que moverse), cortes flash con fuerza hacia el balón desde el lado débil, y desplazarse hacia el balón en todos los cambios defensivos. Queremos que siempre haya alguien que haga un



corte flash en el poste medio o en el poste alto cuando estos sitios estén desocupados en el lado del balón. Cuando se encuentra en el lado del balón, el poste puede bloquear al poste del lado contrario (*diagrama 12*), despejar el espacio en el poste bajo para permitir al poste alto ba-



jar a lo largo del área en el espacio vacío (*diagrama 13*), abrirse en la esquina desde la posición de poste bajo (*diagrama 14*), o hacer un bloqueo para el poste bajo del lado contrario (*diagrama 15*), o esperar en el poste alto un bloqueo ciego proveniente del lado débil para un pase lob (*diagrama 16*).

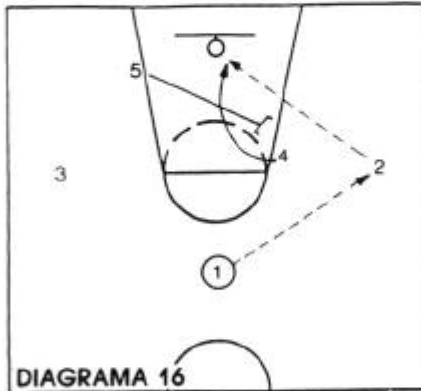


DIAGRAMA 16

Además de lo dicho, un jugador en el lado débil puede realizar bloqueos ciegos sea para el hombre punta que corta hacia canasta (*diagrama 17*), que para el jugador de perímetro del lado débil (*diagrama 18*).

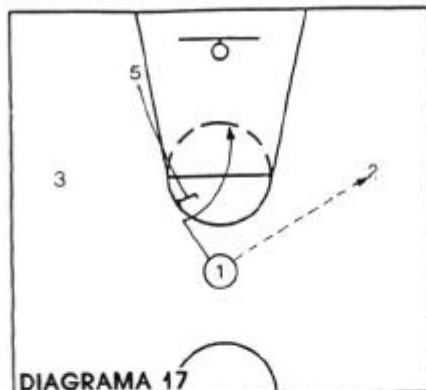


DIAGRAMA 17

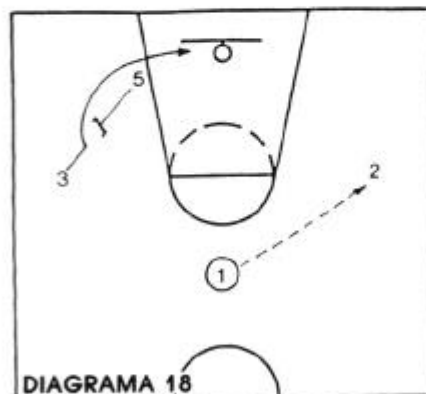


DIAGRAMA 18

Un aspecto que nosotros intentamos hacer de forma distinta que los demás es desarrollar soluciones rápi-

das para nuestro ataque. Parece que, con el control de tiempo en 45 segundos, la mayoría de los equipos universitarios buscan desarrollar una continuidad para la búsqueda del mejor tiro. En la NBA utilizan muchas soluciones veloces debido al tiempo de 24 segundos en cada ataque. Nosotros buscamos lo mejor de las dos formas de entender un ataque.

A continuación mostramos algunos ejemplos de soluciones rápidas. Nosotros utilizamos estos juegos (sistemas) para abrir el partido, o sea para hacer rápidamente puntos, para empatar o ganar un partido en los instantes finales o en los momentos necesarios durante las distintas etapas del juego.



DIAGRAMA 19



DIAGRAMA 20

En los *diagramas 19 y 20*, nosotros preparamos un lob después de un bloqueo ciego para el mejor saltador entre nuestros jugadores del perímetro. En los *diagramas 21 y 22* se muestra el movimiento botando para dar un buen balón a nuestro mejor tirador que aprovecha un doble bloqueo.

En el *diagrama 23*, damos el balón a un jugador del perímetro que ha aprovechado un doble bloqueo ciego cortando dentro el área. En los *diagramas 24, 25 y 26* explicamos

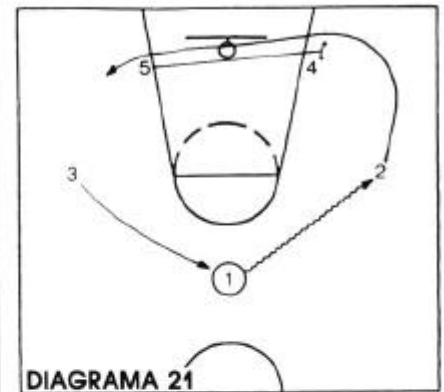


DIAGRAMA 21



DIAGRAMA 22

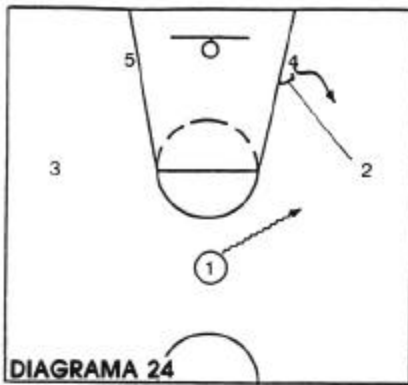


DIAGRAMA 23

como dar el balón a un jugador en el poste bajo, como hacerle salir y como utilizar un doble bloqueo para que vuelva a meterse dentro del área.

Recordar que estos son únicamente unos ejemplos de soluciones rápidas. Las posibilidades no tienen fin y si sucede que no anotamos, siempre tenemos el recurso de utilizar la **motion offense** normal.

Este tipo de ataque puede ser muy eficaz. Permite a los jugadores de tener libertad de crear situaciones al margen de la estructura general del ataque. Es muy importante que se definan las funciones de cada jugador: qué hacer para crear el mayor número de oportunidades para anotar para los mejores anotadores, y



que hacer para que los reboteadores hagan bien su trabajo.

Para finalizar, estas son las claves para que este ataque tenga éxito:

1) *Movimiento*. Moveros siempre con un fin claro



- 2) *Pase*. Pasar lejos de la defensa
 3) *Bloqueos*. Bloqueos fuertes y cortes en "V"
 4) *Concentración*. Pensar siempre antes de moverse
 5) *Selección de tiro*.



- 6) *Definir las funciones de cada jugador*.
 7) *Crear en el sistema de ataque* (entrenadores y jugadores)
 8) *Comunicación*.
 9) *Paciencia*.



1-2-1-1 ZONA-PRESS: VARIACIONES Y EJERCICIOS

Por **ED WEBB** (Virginia Commonwealth University)

Es muy importante que los entrenadores permitan a sus jugadores tener la oportunidad de pasárselo bien al mismo tiempo que intentan conseguir los objetivos del equipo. Nunca he encontrado un jugador que no haya querido jugar un baloncesto en velocidad a todo campo sea que fuera producto del contraataque que de la presión a todo campo. De esto último les voy a hablar.

1. TEORIA

- A) Pocos son los equipos a los que les gusta jugar contra defensas presionantes.
 B) Nos sirve para disimular puntos débiles de nuestro equipo.
 C) Es un test de condicionamiento de nuestros rivales.
 D) Obliga a vuestros rivales a "gastar" tiempo extra en la preparación.
 E) Produce confianza en tu equipo.
 F) Permite al entrenador utilizar un mayor número de jugadores.

G) Controla el ritmo de los partidos.

2. OBJETIVOS

- A) Presionar el balón en los saques de banda o de fondo.
 B) Realizar dos contra uno sobre el jugador que lleva el balón y cortar los pasillos de pase adyacentes al balón.
 C) Parar la penetración del botador.
 D) Favorecer los errores del rival (ejemplo: 10 segundos, mal pase, pasos, etc.).
 E) No hacer faltas (a menos que la situación lo requiera).
 F) Parar los tiros en carrera.

3. POSICION DE LOS JUGADORES

Número 4: corre por la izquierda de la canasta-cerca de la línea de fondo donde normalmente se realizan las puestas en juego. El 90% de las puestas en juego se hacen por el lado izquierdo de la canasta. Intentar que el pase sea picado o un lob.
Números 2 y 3: un paso más atrás a la altura del tiro libre para obligar a

sacar hacia las esquinas y no permitir a quien entra en posesión del balón de girarse y mirar hacia adelante después de haberlo recibido.

Número 1: a mitad de camino entre el límite superior del círculo del área y el círculo de medio campo, preparado para proteger el pasillo de pase en el lado fuerte.

Número 5: a mitad de camino entre el círculo de medio campo y el círculo de nuestra área, a protección de la canasta y, lo más importante, para impedir el pase largo a todo campo.

4. RESPONSABILIDAD DE LOS JUGADORES

Número 4:

- 1) Presiona al balón en los saques. Intenta impedir los saques con pases altos y rectos.
 2) Realiza el dos contra uno en los saques junto a (2) o a (3).
 3) Retrocede hacia canasta en el patillo central si el balón ha salido

del dos contra uno en el que participaba.

4) Sigue el balón para otro dos contra uno si el balón pasa por encima de su cabeza.

5) Corre tras el balón cuando éste se adelanta hacia nuestra canasta.

Números 2 y 3:

Permiten el pase de saque al rival en el lateral delante suyo, pero no permiten al jugador con balón girarse y mirar hacia adelante.

Lado del balón:

- 1) dos contra uno en los saques. Prevención contra los dribladores en las líneas laterales y contra el intento de dividir los dos contra uno.
- 2) dos contra uno sobre el balón si éste sale del primer dos contra uno y se dirige a lo largo de la línea lateral.
- 3) Se desplazan en el pasillo de pase si el balón lo pasan fuera del pasillo de pase y no por encima de ellos.

Lado opuesto:

- 1) cerrar el pase de vuelta al centro.
- 2) dos contra uno sobre el balón si el pase es al jugador situado en su zona.
- 3) dos contra uno sobre el balón si el pase se efectúa a lo largo del lateral.
- 4) seguir la rotación de los dos contra uno.
- 5) Parar a cualquier jugador que divide un dos contra uno para permitir a los compañeros de recuperar.

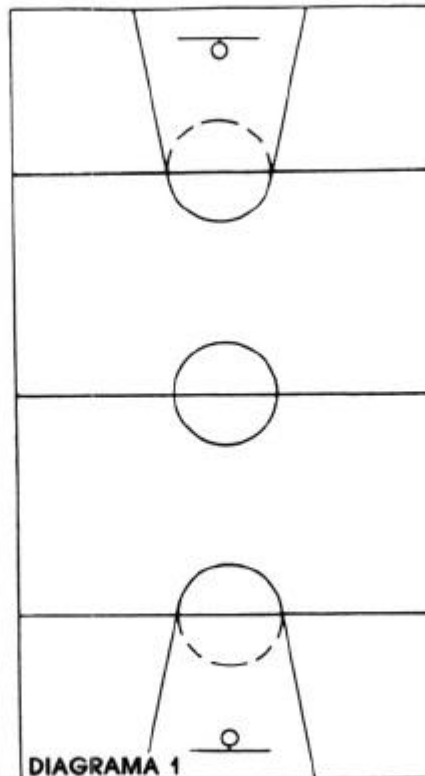
Número 5:

- 1) Protege la canasta contra los tiros en carrera.
- 2) Impide cualquier pase largo.

5. MANERAS DE USAR LA PRESION

- A. normal - permite el saque.
- B. anticipo - impide el saque.
- C. dos contra uno - hacerlo al mejor base rival con (4) en el saque.
- D. "rover" - (4) abierto en medio del área mira el balón con (2) y (3) que anticipan - (4) dice dónde va el balón para avisar a (2) y (3).
- E. dividir el campo en tres áreas (diagrama 1).

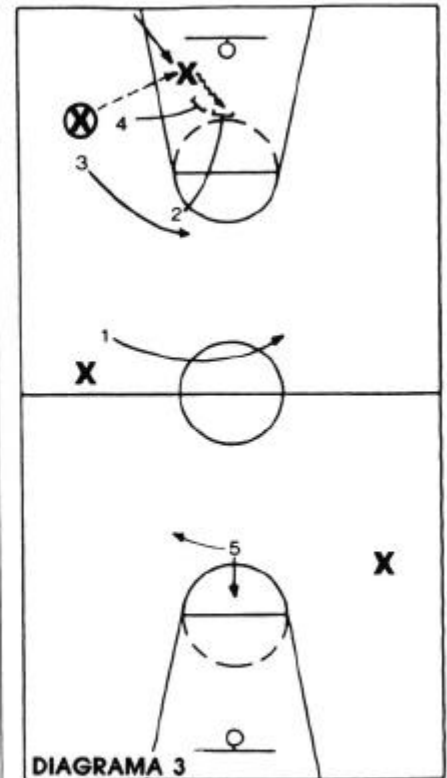
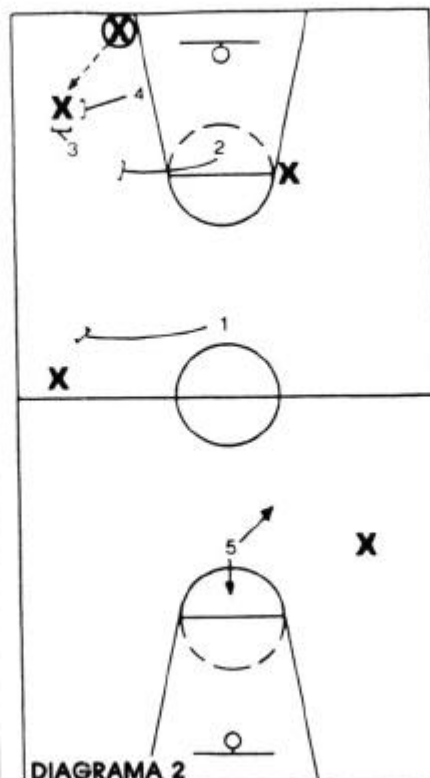
Area 1: funciona cualquier cosa.
 Area 2: seguir el balón desde atrás para desviarlo o interceptarlo.
 Area 3: correr al máximo para recuperar y obligar que tiren como



mínimo desde cinco metros, nunca más cerca.

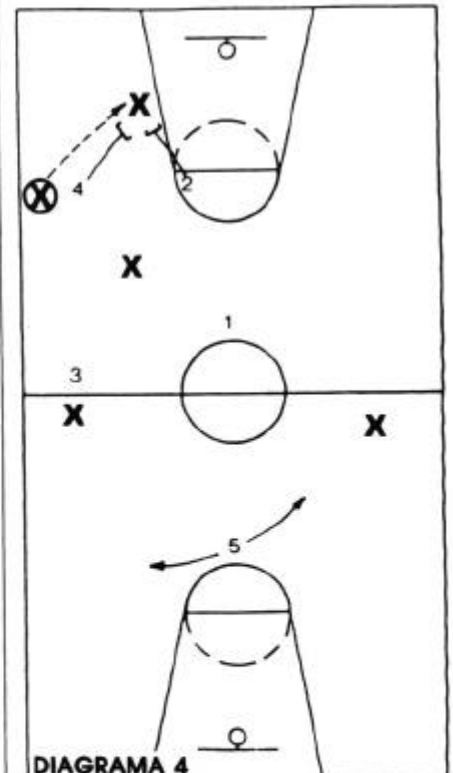
F. cobertura en el lado fuerte (diagrama 2).

G. cambio de lado (diagrama 3). (4) sigue el balón, (2) trabaja para mantener el balón frente suyo por lo menos unos segundos para permitir a (3)



de recuperar al centro.

H. si el saque es lateral, rotar el pressing (diagrama 4).



6. EJERCICIOS PARA EL PRESSING TODO CAMPO 1-2-1-1

Hacer que el ataque convierta en canasta cada posesión de balón

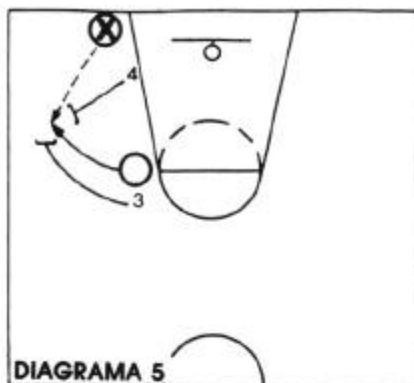
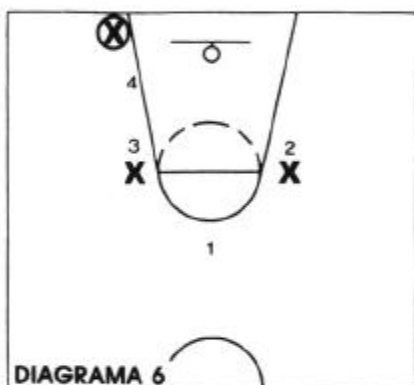


DIAGRAMA 5

con independencia del número de jugadores utilizados en el ejercicio. Enseñará a los defensores a recuperar rápido.

Dos contra dos

1) prevenir la división en el dos contra uno y seguir al balón si éste divide (diagrama 5).



Tres contra tres

2) anticipar y reducir el área de rebote (diagrama 6).



Tres contra cuatro

1) poner a (4) sobre el balón o en el área e incluir otro jugador para anticipar el pase lob de saque (diagrama 7).
 2) (1) para el botador, mientras (2), (3) y (4) persiguen al balón (diagrama 8).



Cuatro contra cuatro

1) (1) debe anticipar y luego parar el bote (diagrama 9).

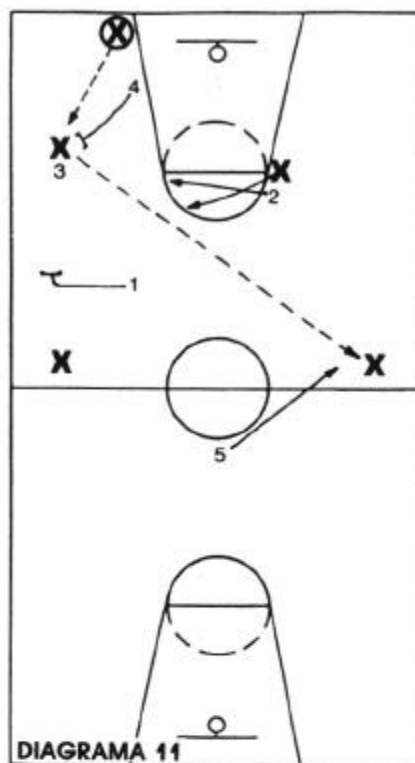
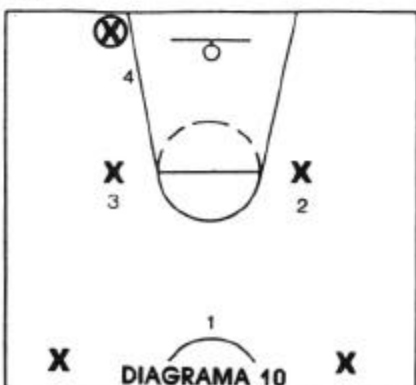


Cinco contra cinco

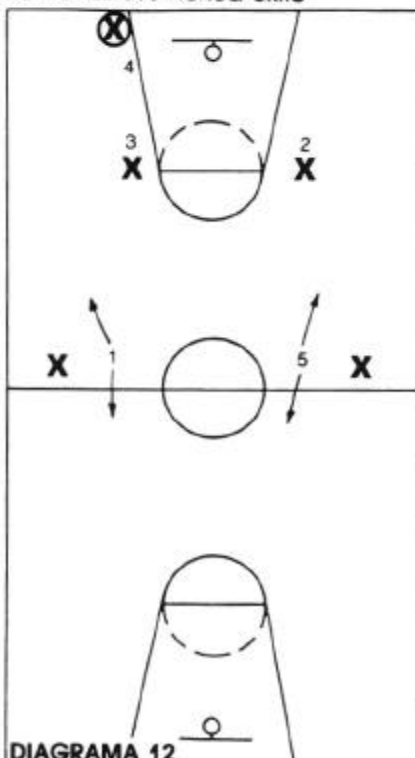
Concentrarse en no hacer faltas-luchar-proteger la canasta —(5) debe atemorizar para evitar el pase largo transversal (diagrama 11)—.

7. VARIANTES PARA FASES FINALES DE UN PARTIDO

A. Alineación 1-2-2 (diagrama 12). (2) (3) y (4) arriesgan. (4) hace siempre dos contra uno. (1) y (5) hacen dos contra uno o impiden que el balón vaya al centro. (2) y (3) hacen dos contra uno o impiden el balón al centro. Cuando el balón cambia de lado, el jugador en el lado débil sale para ponerse en una posición en la que puede parar al balón. Ser agresivos.



Para llegar a ser un equipo que presiona bien, hay que enseñar y utilizar la presión desde el comienzo para permitir a los jugadores adquirir la máxima confianza en lo que hacen. No preocuparos del ataque al pressing de vuestro equipo en estos momentos, ya habrá tiempo para ello. Sería mortificante que nuestra defensa no tuviese nunca éxito





EDITORIAL-DISTRIBUIDORA Y LIBRERIA DEPORTIVA

D.N.I.: 2429347-H

Plaza de Pontejos, 2 y Paz, 4 28012 MADRID

Teléfs. 521 38 68 y 522 78 73

RELACION DE OBRAS DISPONIBLES DE BALONCESTO Y PREPARACION FISICA APLICADA

	PRECIO I.I.
— ASI ES EL BALONCESTO	106,— Ptas.
— BALONCESTO- Formación técnica, táctica, entrenamiento de Gladman	1.275,— Ptas.
— BALONCESTO- 27 DIAPOSITIVAS	1.600,— Ptas.
— BALONCESTO- TERRENO, BASES, TECNICAS, ATAQUES Y DEFENSA, de Hernández	590,— Ptas.
— BALONCESTO, ANTECEDENTES, FUNDAMENTOS, MARCAJES, de Forum	650,— Ptas.
— BALONCESTO, EL ATAQUE, de Giancarlo Primo	850,— Ptas.
— BALONCESTO, LA DEFENSA, de Giancarlo Primo	850,— Ptas.
— BALONCESTO DE ATAQUE. LAS MEJORES TECNICAS DEL JUEGO OFENSIVO, Healey	1.410,— Ptas.
— BALONCESTO- ENSAYO DE SU METODOLOGIA PARA PARTICIPANTES, de Bonaventura	371,— Ptas.
— BALONCESTO- REGLAS DE JUEGO Y MANUAL PRACTICO, de Lázaro	370,— Ptas.
— BALONCESTO, TECNICA Y ESTRATEGIA, de Everest D. Dean	1.420,— Ptas.
— BASQUETBOLL- METODOLOGIA PARA SU ENSEÑANZA, de Dayuto	3.000,— Ptas.
— BASQUETBOLL MODERNO, de Alex Muller	480,— Ptas.
— BASQUETBALL A PRESION, de Forquet	2.728,— Ptas.
— BASQUETBALL- SPORT ILLUSTRATED, de Lifer, Duke y Long	636,— Ptas.
— BASKETBALL, TECNICA Y TACTICA, de Kirkow	2.190,— Ptas.
— BASKETBALL VARONIL, de Alheim	425,— Ptas.
— CLINIC INTERNACIONAL DE PERUGIA, de Cesare Rubini	1.590,— Ptas.
— CLINICS MUNDOBASKET ESPAÑA'86, de F.E.B.	1.590,— Ptas.
— COMO SE HACE UN JUGADOR DE BALONCESTO, de Forquet	1.908,— Ptas.
— EL ENTRENADOR DE BALONCESTO- CONOCIMIENTOS TECNICO TACTICOS, de Bosc.	2.220,— Ptas.
— ENTRENAMIENTO DE BASQUETBOLISTA, de Kirkow	2.728,— Ptas.
— GUIA OFICIAL LIGA 1987-88, de la A.L.Baloncesto	636,— Ptas.
— EL LIBRO DE ORO DEL BASQUET, de Fernando Font	7.000,— Ptas.
— MINICESTO, APRENDIZAJE, COMPETICION, de Closas y Coll	1.280,— Ptas.
— EL JUGADOR INFANTIL DE BALONCESTO. I. USA	215,— Ptas.
— MINI-BASKET, de Gerardo Asin	955,— Ptas.
— PEDAGOGIA DE BALONCESTO, de Peiro y Sampedro	980,— Ptas.
— PELOTA AL CESTO, TECNICAS Y TRABAJOS DE APLICACION, de Sara Closas	2.480,— Ptas.
— REGLAS OFICIALES DE BALONCESTO, R.F.B.	265,— Ptas.
— SPORTATIC-CARPETA MAGNETICA UTIL PARA EL ENTRENADOR CON FICHAS	2.120,— Ptas.
— BASKET "USA"- Cuatro Tomos debidamente encuadernados.- Precio cada uno	3.350,— Ptas.
— BALONCESTO, ATAQUES, DEFENSAS MULTIPLES, de Dean Smith (precio aprox.)	3.000,— Ptas.
— QUINTA PERSONAL, de Montserrat Torrecilla	795,— Ptas.

OBRAS EN DISTINTOS IDIOMAS, FRANCES E INGLES, CONSULTEN TITULOS Y PRECIOS

TARJETA DE PEDIDO

NOMBRE Y APELLIDOS

DOMICILIO

POBLACION

RUEGO REMITAN CONTRA REEMBOLSO LAS SIGUIENTES OBRAS:

EJEMPLARES

TITULO

AUTOR

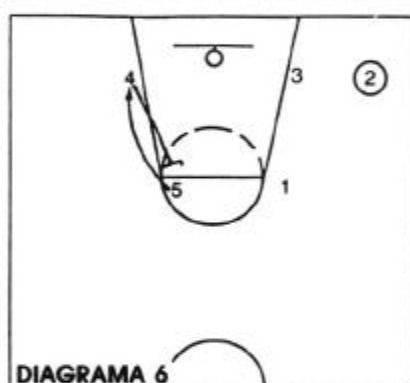
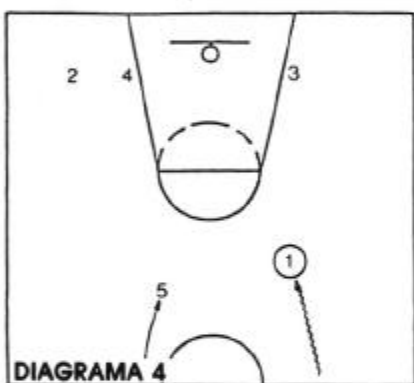
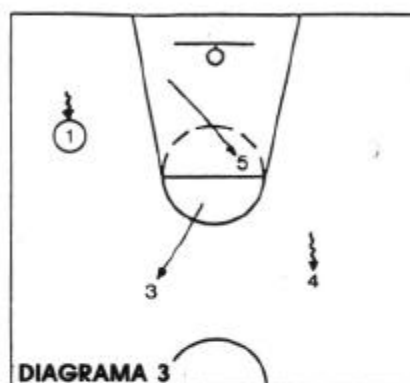
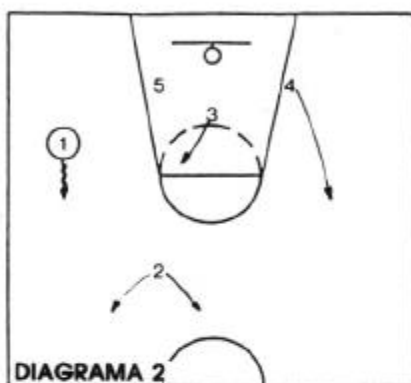
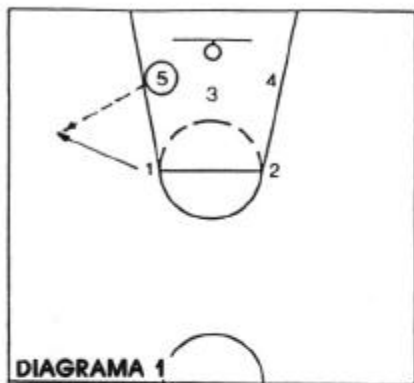
PESETAS

Se dispone además de 8500 títulos deportivos de toda clase de deportes. Soliciten catálogo gratuito.



LA TRANSICION DE U.R.I.

Por **TOM PENDERS** (University of Rhode Island)



Nuestra filosofía es entrar lo más rápido posible en nuestro juego de ataque y aprovechar todas las situaciones de transición. Correremos en nuestro ataque después de canastas, rebotes, balones perdidos, tiros libres y situaciones de balón muerto. Nuestro ataque en transición ha sido ideado para darnos el justo equilibrio, buenas ocasiones de tiro y buenas posiciones de

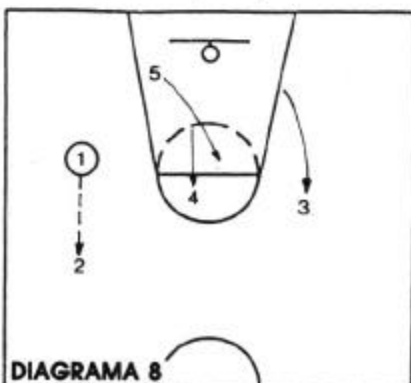
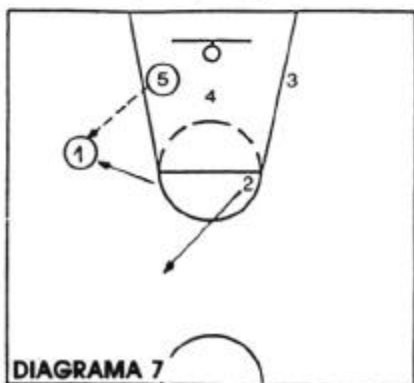
rebote. Nosotros tiramos siempre de tres puntos cada vez que se nos presenta la ocasión.

A continuación explicamos gráficamente fase por fase nuestra acción de contraataque y transición. La identificación de los jugadores es la siguiente:

Número 5: el reboteador
 Número 4: corre por el pasillo interior

Número 3: corre por el pasillo interior
 Número 2: el "aviador"
 Número 1: el que lleva el contraataque

Ataque básico en transición
 Diagrama 1: rebote y apertura
 Diagrama 2: llenamos los pasillos
 Diagrama 3: adelantamos el balón
 Diagrama 4: situación en ataque
 Diagrama 5: el ataque



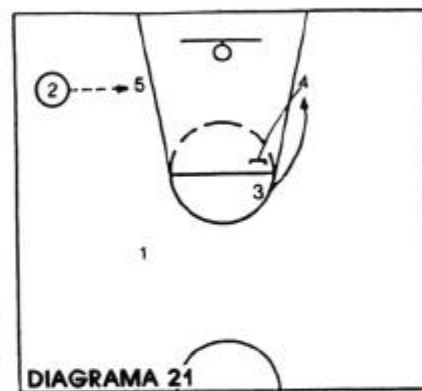
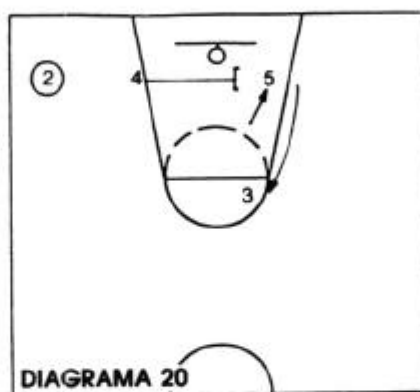
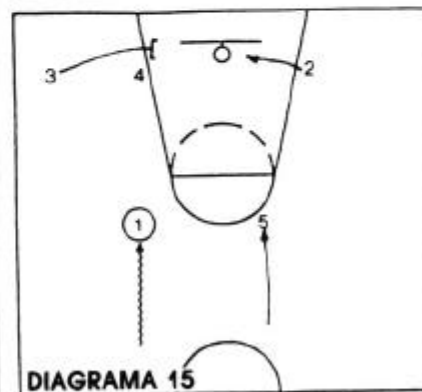
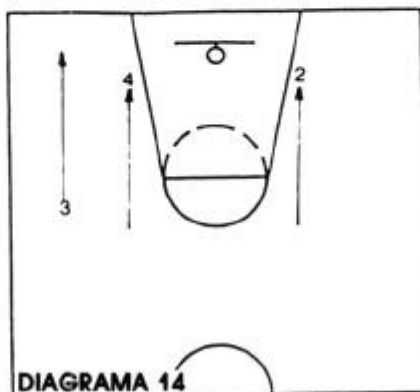
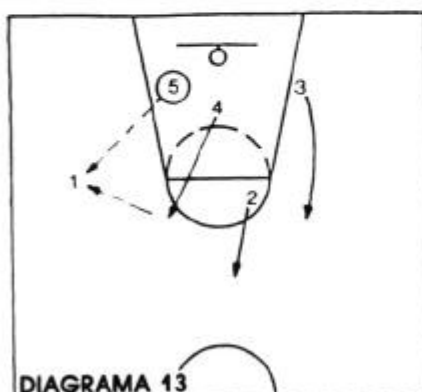
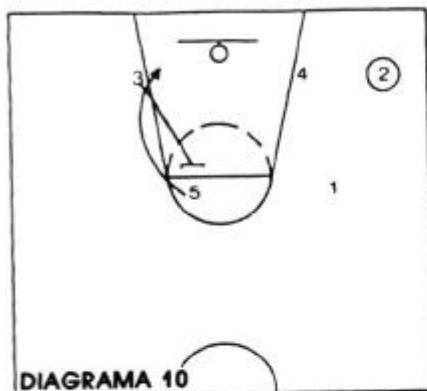


Diagrama 6: la continuación

Situación A. El hombre punta pasa el balón a (2) en la fase inicial de la transición.

Diagrama 7: la apertura

Diagrama 8: (1), que ha recibido, sirve a (2)

Diagrama 9: el ataque en el medio

campo rival

Diagrama 10: bloqueo ciego para el trailer

Diagrama 11: (2) pasa fuera a (1)

Diagrama 12: el ataque en movimiento

Situación B. Serie "pop-out".

Diagrama 13: apertura

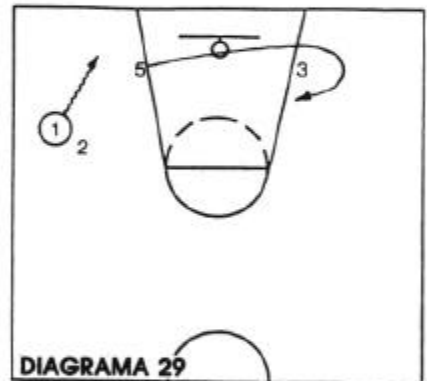
Diagrama 14: fase final del ataque, (2) va en el poste bajo

Diagrama 15: (3) hace un stack y bloquea para (2).

Diagrama 16: movimiento "curl" —de bucle— de (2).

Diagrama 17: (5) bloquea para (3)

Diagrama 18: (1) pasa a (3) mientras



(5) toma posición en el poste bajo
Situación C. Acción "flex" al final del contraataque
 Diagrama 19: final del contraataque
 Diagrama 20: acción "flex"
 Diagrama 21: pase de entrada y continuación
Situación D. Creación del tiro de tres

puntos
 Diagrama 22: bloqueo en el cruce del poste alto-poste bajo
 Diagrama 23: penetración y abrir
 Diagrama 24: cortar y sustituir e intercambio interior
Situación E. Serie de pases entregados
 Diagrama 25: intercambio lateral

Diagrama 26: Bloqueo ciego para pase lob
 Diagrama 27: pase del poste alto
 Diagrama 28: serie interior-exterior
 Diagrama 29: penetración y movimiento "curl" de (5)
 Diagrama 30: (1) tira o pasa a (3) o a (4) en continuación.

ATAQUE A ZONA DE CAMPBELL UNIVERSITY: FILOSOFIA Y FUNDAMENTOS



Por **BILLY LEE** (Campbell University)

Este artículo representa un capítulo de mi libro de próxima publicación.

Pienso que es correcto comentar que mucho de lo que he aprendido mirando a **Dean Smith** y a **Bobby Knight**, a través de películas, libros y clinics, está reflejado en mi filosofía y de consecuencia en mi libro. Al explicar el ataque a zona de la Campbell University, nosotros damos importancia y enseñamos los fundamentos simples.

Hay cinco ideas básicas que tenemos en consideración en la enseñanza y en el desarrollo de nuestro ataque, en función del grupo de jugadores del que disponemos al empezar cada temporada.

Sin querer entrar, en este artículo, en sistemas de ataque específicos (que pueden variar de año en año según la plantilla a disposición), nosotros enseñamos siempre determinados fundamentos. Todo esto es importante tenerlo presente porque nuestro sistema defensivo y ofensivo se construye bajo el principio de la simplicidad de las cosas y de la enseñanza de los fundamentos: **como se juega a basket**. Esto nos permite todavía más flexibilidad y creatividad tanto para los jugadores como para los entrenadores. Hablaremos, ante todo, de nuestros principios en el planteamiento del ataque a zona, y después pasaremos a los principios fundamentales de la enseñanza.

PRINCIPIOS FUNDAMENTALES

La primera cosa que siempre he pensado es que todas las defensas de zona se asemejan cuando el ba-

lón llega a la línea de fondo. Y con ello en mente, creo que podemos atacar todas las zonas de un modo similar.

Press Maravich, para el que siempre he tenido un profundo respeto sea como persona que como entrenador, decía que: *"tienes que tomar una decisión en el ataque a zona: ¿quieres mover el balón, quieres mover al jugador o quieres mover a ambos?"*. Esto me lleva a mi segundo principio fundamental. En el ataque a zona, nosotros en C.U., hemos decidido mover sea los jugadores que el balón.

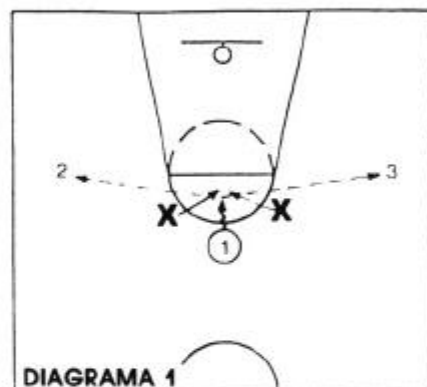
Nuestro tercer concepto fundamental se refiere a la distorsión de los desplazamientos de la zona. Moviendo jugador y balón podemos obligar a la zona a cubrir áreas distintas (distorsiones) respecto a las que cubren normalmente en un entrenamiento. Obligando la zona a cubrir áreas inusuales, modificando los desplazamientos, causamos un problema en el proceso de razonamiento que el entrenador contrario ha predispu-

Este tercer punto es la clave de nuestro ataque a zona. El simple pase del balón no superará una buena defensa de zona. Las zonas han sido ideadas hace mucho tiempo para impedir determinados pases y deslizarse sobre los mismos.

Por ello, nosotros modificamos estos desplazamientos de la zona para quitarle parte de su potencial.

Un ejemplo de como logramos distorsionar una zona con movimiento de jugador y balón es el de penetrar en los lugares vacíos con una utiliza-

ción eficiente del bote. Cuando se usa de forma inteligente, el bote puede llegar a crear la suficiente distorsión. Pasando simplemente el balón a lo largo del perímetro es difícil obligar a la defensa a cubrir zonas inusuales con dos jugadores. Es, pues, de una importancia enorme en nuestro ataque el uso del bote para penetrar en los sitios libres y convertir a nuestro ataque en algo contra el que es difícil jugar. En el *diagrama 1* apreciamos la penetración botando hacia espacios vacíos. El balón se dirige hacia el "agujero" entre los dos defensores. Ello obliga a los dos a defender al balón y puede así crearse una situación de dos contra uno en cualquier otro lugar de nuestro ataque.



Otra forma de distorsionar la zona podría ser la utilización del "stack". Nosotros hemos probado distintas alineaciones para nuestros "stack", pero la clave está en que, cuando se utilizan, no hay situaciones lógicas de defensa. Un defensor puede no encontrarse a nadie en su zona, o puede encontrar a dos o hasta a tres ju-

gadores. Este tipo de distorsión, como la penetración en los espacios vacíos, crea confusión en el proceso de aprendizaje de la cobertura de la zona.

Cuarto punto: utilizamos el principio del cambio de lado del balón porque las defensas de zona son más débiles en el proceso de recuperación. Normalmente las zonas son más fuertes en el movimiento inicial de entrada del balón. Por ello, cuando las atacamos, tenemos que concentrarnos en sorprenderlas en la fase de recuperación durante un cambio de lado del balón. La forma ideal sería cambiar a través de tres jugadores, para abrir la zona lo máximo posible —diagrama 2—.



Mientras la zona se desplaza del lado del balón al de recuperación, podemos adquirir una gran ventaja para superar botando a los defensores que están corriendo hacia nuevas áreas de cobertura. Esto es fundamental porque la mayoría de las veces estos defensores estarán desequilibrados.

Una idea paralela a la debilidad de la zona, durante la fase de cobertura y recuperación, es mi opinión de que la zona nunca recupera dos veces de la misma forma. Esta diversidad puede ser causada por la fatiga (el defensor puede llegar fuerte la primera vez, después lento porque está cansado) y/o del ángulo de recuperación (motivado por el distinto posicionamiento defensivo y ofensivo).

Esta debilidad, unida a la debilidad inherente a la fase de recuperación, es la razón por la que nosotros creemos que este es el momento más favorable para atacar la zona.

Un concepto fundamental final, antes de pasar a nuestros puntos de enseñanza, se refiere al tiro en suspensión no defendido o marcado. No es necesario tirar cuando se está marcado desde el perímetro. Este factor de paciencia está directamente conectado al concepto de cambio de lado y al hecho de que la defensa en zona está en su momento de máxima debilidad cuando recupera del ataque en el lado fuerte. Nosotros espoleamos la demostración de esta paciencia con el cambio de lado pasando por tres jugadores.

PRINCIPIOS FUNDAMENTALES DE LA ENSEÑANZA

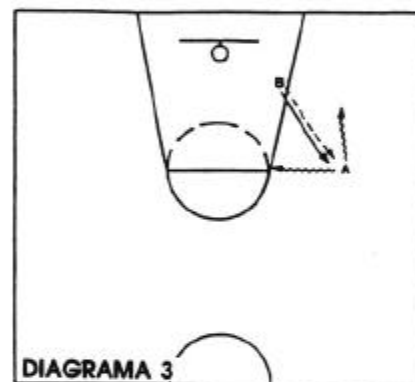
Es mi convencimiento que el ataque a la zona o a la individual se tiene que llevar a cabo a través de pacientes tentativas, alargando o estrechando la defensa, todo ello a la búsqueda del tiro que el entrenador ha predeterminado para cada situación en el campo. Esto se consigue a través de la enseñanza de los fundamentos que os explicaré.

Según mi parecer, un equipo nunca será un buen equipo de ataque, con independencia de los sistemas utilizados, si no logra hacer bien las siguientes cosas:

- 1) Selección de tiro.** Es la parte fundamental de cada ataque. Si vuestros jugadores tiran fuera de su radio de acción o bajo excesiva presión, el problema puede no ser necesariamente causado por el tipo de ataque, sino de una correcta selección de tiro. Creo que cada entrenador debe ser muy específico con respecto a los tipos de tiro que cada jugador debe intentar. Un buen tiro para algunos jugadores no es necesariamente un buen tiro para todos los jugadores. Esta disciplina se refuerza en los entrenamientos al determinar las posibilidades de tiro de cada jugador y catalogando cada tiro con un sí o un no. No deberían existir tiros de sorpresa o tiradores-sorpresa en los dos últimos minutos de juego.
- 2) Fintas de tiro.** Teniendo en cuenta que las defensas de zona reaccionan al balón más que al jugador, es primordial que aprovechemos esta tendencia con el uso de las fintas de tiro. La finta distorsiona la zona obligando a un defensor a desplazarse

hacia el balón, permitiendo así al botador de dar un bote hacia dentro para buscar un tiro. Nosotros gastamos mucho de nuestro tiempo en trabajar este tipo de ejercicio. Un ejemplo lo tenemos en el diagrama 3. Finta de tiro, llevar el balón hacia abajo botando y luego tiro. Cada uno recoge el rebote de su tiro y pase fuera a B que hace el mismo movimiento. Debería haber presión defensiva, reacción a la finta, simulación de las condiciones de un partido.

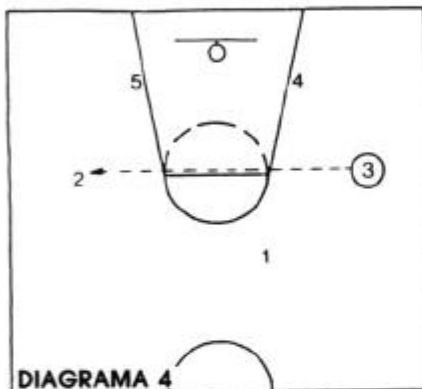
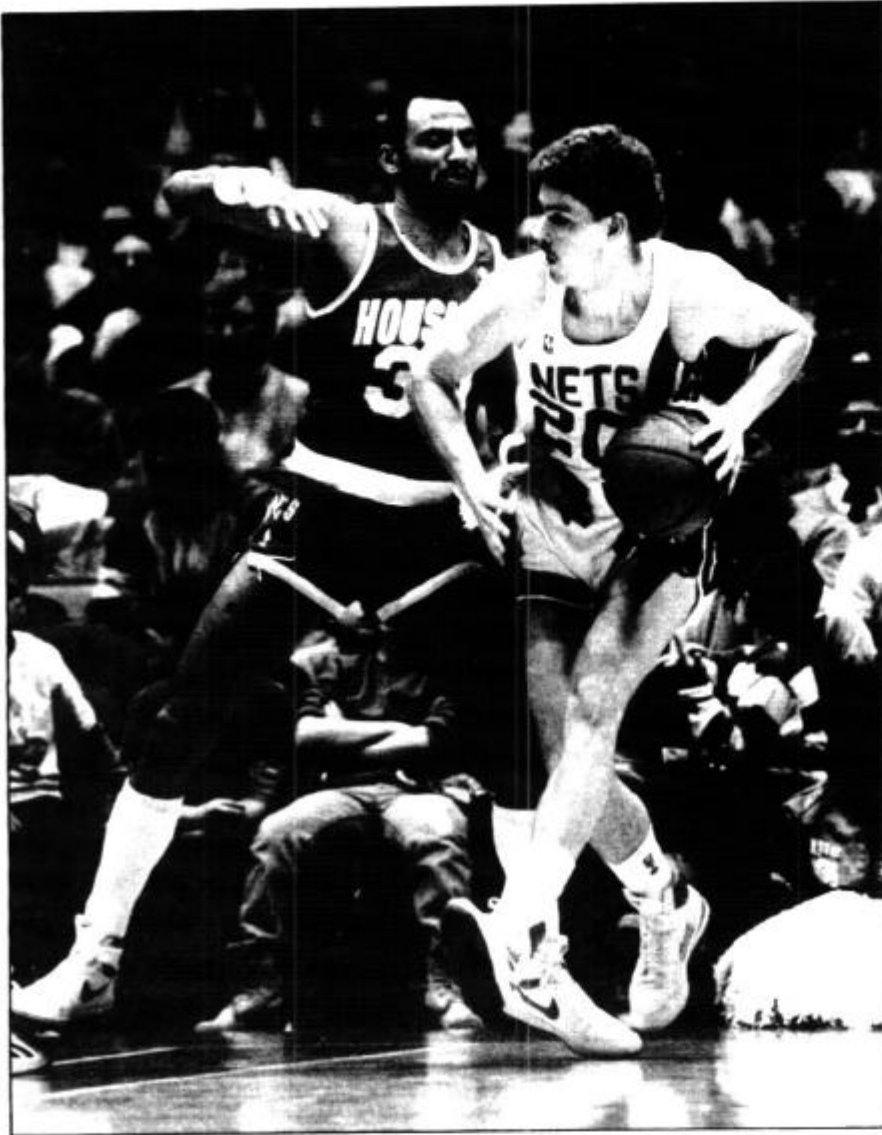
3) Finta de pase. Teniendo en cuenta que la zona reacciona de forma muy sensible al balón, la finta de pase puede mover o entretener la zona lo suficiente para crear una situación de tiro para el que reciba el pase siguiente y se ha desplazado en posición de tiro.



4) Pases transversales (por encima de la cabeza). Es mi convencimiento que los pases transversales abren la zona de la misma manera que las tentativas de penetración en los espacios vacíos, la cierran. El pase transversal, seguido de la búsqueda del poste bajo o la penetración en los espacios libres, es una táctica que utilizamos atacando la zona en su fase de recuperación. Atacando de esta forma, con finta de tiro y penetración o finta de pase y pase al poste bajo, conseguimos lo que llamamos "transversal-bajo" —diagrama 4—.

5) Moverse en los espacios libres. En cualquier tipo de ataque vuestros jugadores deben estar capacitados para reconocer los espacios libres y colocarse ahí para el pase y el eventual tiro —diagrama 5—.

6) Tres pases antes del tiro. Para que una defensa pueda romperse lo suficiente para conceder un buen tiro debe ser "movida" como es debido.



Creo que cuanto más obligamos una defensa a moverse, recuperar, alargarse, cerrarse, más posibilidades existen que cometa un error, ofreciéndonos así la oportunidad de un buen tiro. La utilización de por lo menos tres pases es una condición que nos ayuda a crear este tipo de situaciones.

7) Cambio de lado con tres jugado-



res. Recordando que las zonas no recuperan nunca dos veces la misma forma, y que justamente en esto reside su debilidad, lo ideal sería cambiar de lado pasando por tres jugadores, como explicamos en el *diagrama 2*.

8) Reglas de la línea de fondo. Pasar el balón hacia la línea de fondo sólo para anotar, y no llevar vuestro

bote en aquella dirección si no es para entrar a canasta.

9) Cambiar el balón hacia vuestros mejores tiradores. O sea, no ir hacia la canasta contraria y buscar enseguida el pase a nuestro mejor tirador. Llevar el balón y alejaros de vuestro mejor tirador, cambiando luego el balón de lado mientras la zona está en movimiento de recuperación. Es importante enseñar a los tiradores a intuir cual es el buen tiro.

10) Pasar el balón con la mano exterior. Nos ayudará a eliminar balones perdidos manteniendo el mismo lejos de la defensa en un momento importante.

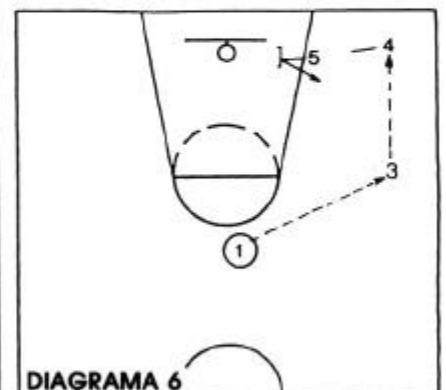
11) Buscar el tiro en suspensión una vez superada la primera línea defensiva. No intentar el tiro en movimiento forzado, podría provocar balones perdidos y faltas inútiles.

12) Saber donde se encuentran los compañeros. Mirar al campo después de haber recibido el pase.

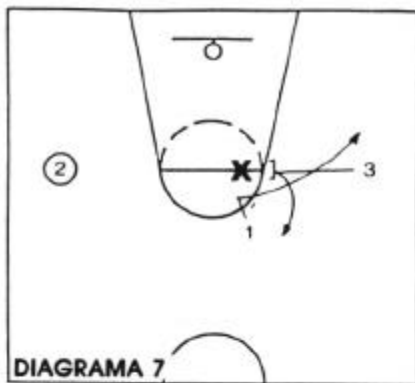
13) Pasar el balón lejos de la defensa. Observar a la defensa y a vuestros compañeros eliminará la pérdida de balones que pueden existir si simplemente pasamos el balón a un compañero.

14) Dar un paso para recibir el pase. Esto puede eliminar el movimiento del defensor que corta ante vosotros para intentar robar el balón.

15) Bloquear y tomar posición en el poste o abrirse. Nuestros pivots saben que tienen que bloquear detrás de la zona y luego tomar posición. Nuestros jugadores de perímetro saben que deben bloquear y luego abrirse —*diagrama 6 y 7*—.



16) Recepción y mirar hacia adelante. Antes recibir el balón, girarse y luego botar si es necesario. Cualquier cambio de este orden elimina



la posibilidad de ver eventuales pases y crea problemas por faltas de ataque o infracción de pasos.

17) Mover el balón en el ala. Cuando se efectúa un pase en la posición de ala, mover el balón de abajo a arriba mientras os giráis para que la defensa no pueda "leer" vuestras intenciones, o sea: intentar servir al

pivot.

18) Movimiento rápido del pase. No llevar el balón hacia atrás, hacia el cuerpo, antes de pasarlo para no ofrecer a la defensa una posibilidad mejor de defender el pase.

Los fundamentos que os he explicado son aplicables a nuestro passing-game contra la defensa individual así como a cualquier ataque que se decida utilizar. Como pueden observar nuestro ataque no está construido sobre esquemas complicados sino sobre los fundamentos de como se juega a este deporte. Manteniendo las cosas simples creamos menores posibilidades de error y vuestros jugadores pueden únicamente concentrarse en el juego.

Siempre he pensado que: *"la victoria favorece siempre al equipo que hace el menor número de errores"*. A

mi juicio cada día son menos los jugadores que conocen de verdad el basket y sus fundamentos. En esta época de slam dunk y de talento atlético, he descubierto que la enseñanza de los fundamentos nos ha dado un pequeño margen de ventaja que, en el juego de los últimos tres minutos, puede significar la diferencia entre el ganar y el perder.

Estos conceptos fundamentales y puntos de enseñanza introducidos en vuestro sistema pueden convertir a vuestro equipo en más eficiente a la hora de atacar las zonas.

Nosotros utilizamos sistemas de ataque y después usamos estos simples conceptos fundamentales para leer la defensa y atacar en consecuencia. Más sean las cosas simples para vuestros jugadores, más duro e inteligente jugarán.

CONSTRUCCION DE UNA DEFENSA INDIVIDUAL (y II)

Por **ETTORE MESSINA** (Entrenador)

Volvemos a reincidir en el tema de los bloqueos antes de pasar a los ejercicios **3c3** y **4c4**.

Ejercicio 1 (diagramas 1 y 2). Defensa sobre el "pick and roll", o sea, sobre el bloqueo ejecutado por un alto a favor de un pequeño (base o escolta), normalmente en un lateral del campo.



En el desarrollo del ejercicio es posible rodar nuestros jugadores por las cuatro filas, o dejar los altos en las filas 2 y 4, de forma que tengan siempre que efectuar el bloqueo (esta es una situación de "especialización" a utilizar, según mi parecer, con jugadores formados).

La labor de quien defiende al juga-

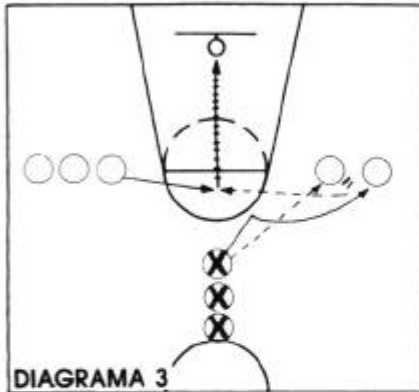


dor con balón es pasar por encima del bloqueo para no facilitar el tiro a su adversario, mientras quien defiende al bloqueador tiene que efectuar un pase de ayuda muy agresivo, saliendo **perpendicularmente** a la trayectoria de bote del jugador con balón, con el fin de ralentizar el movimiento o, al límite, de provocar una falta de ataque.

A continuación deberá recuperar sobre su propio rival que, después del bloqueo, con toda probabilidad se habrá situado cara a canasta. La finalidad de la defensa es evitar los cambios defensivos entre un pequeño y un alto que crearían una peligrosa situación de "mis-match" (desajuste).

Hoy en día la defensa sobre el "pick and roll" es un fundamento defensivo muy importante sobre todo porque

muchos equipos utilizan este movimiento en su repertorio de ataque.



Ejercicio 2 (diagrama 3 y 4). Son dos simples ejercicios que normalmente utilizo, sobre todo en las primeras semanas de trabajo, para repasar los conceptos elementales del bloqueo del rebote. Una vez completada la labor llamémosla informativa, difícilmente en el transcurso de la temporada repetiremos estos ejercicios. Pienso que es poco útil entrenarse en situaciones no reales en las que todos saben por anticipado lo que va a pasar en la cancha. Prefiero estimular la atención sobre el bloqueo de los rebotes en la realización de otros ejercicios en los que la situación es mucho más parecida a la real de los partidos, procurando que sólo la recuperación del balón (rebote o intercepción) permita el cambio entre quienes atacan y quienes defienden.

Ejercicio 3. 3c3 con apoyo para anticipar el cambio de lado. La continuidad del ejercicio (diagrama 5) prevé que en el cambio de lado del balón, el ala corte el área saliendo en la esquina si no recibe, y que el jugador en la esquina suba hasta la prolongación de la línea de tiro libre. En este ejercicio llamo la atención a los jugadores sobre un pequeño detalle: pa-



ra comprender un momento antes lo que va a pasar es fundamental mirar cómo está girando y dónde está mirando el jugador en posesión del balón.



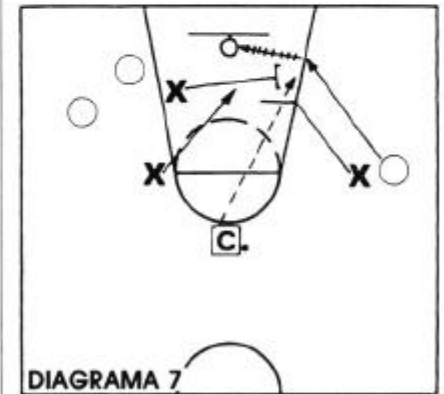
Si el entrenador (C), entonces, está girando hacia el jugador de la derecha, es probable, teniendo en cuenta que tendría que haber también un defensor que lo fuerce hacia el lateral, (diagrama 6), que esté por pasar en aquella dirección. Si además, el jugador en el ala es anticipado, los defensores en el lado débil tendrán algunos segundos de más para ocupar una correcta posición defensiva y difícilmente podrán ser superados por un corte flash, como suele ocurrir cuando el balón circula velozmente.

En este ejercicio procuro destacar otro importante aspecto de la defensa de equipo: la comunicación.

Cada vez que el balón va hacia un jugador en el ala, los defensores del lado débil deben avisar al compañero que se encuentra "solo" en el lado, gritando justamente la palabra "solo". Esto quiere decir que el atacante dispone de un cuarto de campo para el 1c1 y su defensor tendrá que regularse en consecuencia para no dejarse superar, teniendo en cuenta que no dispondrá, **en el lado del balón**, de

ninguna ayuda. La progresión didáctica del ejercicio prevé:

- circulación del balón y cortes de los jugadores para controlar la exactitud de la posición asumida por los defensores.
- "back door" (puerta atrás) del ala del lado débil en reacción a la anticipación. Los defensores deben rodar para cubrir el corte "back door" con el fin, por lo menos, de dificultar el tiro y recuperar el rebote (diagrama 7).



- 1c1 del ala del lado débil, con adecuado movimiento de ayuda por parte de los jugadores en el lado contrario (rotación defensiva) (diagrama 8).



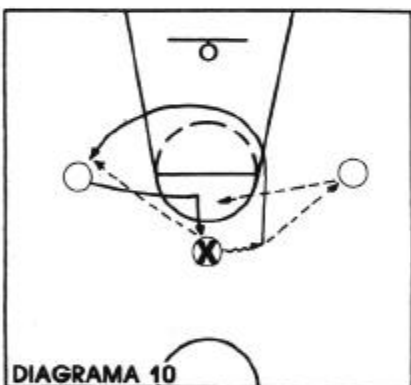
- pasar y cortar del ala hacia la esquina para enseñar a la defensa que en el caso de "clear out" (aclorado), osea, de un corte alejándose con respecto al balón, el defensor, en lugar de seguir con la cabeza gacha al rival, tiene que pararse en el área y adoptar una correcta posición defensiva con respecto al balón (diagrama 9).

Ejercicio 4. 3c3 cambio de lado (aprovechar los mis-matches o desajustes defensivos).

El tema del ejercicio es la contención del balón en un lado del cam-



po, ralentizando o impidiendo el cambio de lado. Este concepto es la base del sistema defensivo enseñado por Sandro Gamba (entrenador de la Selección Italiana) y en el que se basa en gran parte el sistema que estoy utilizando. Es un concepto de colaboración defensiva a mi parecer muy importante a realizar, sobre todo si no disponemos de jugadores muy rápidos, aunque esto que digo a primera vista puede parecer una contradicción. Retrasar la circulación del balón ofrecerá a cada jugador una fracción de segundo de más para "saltar hacia el balón" después de cada pase, disminuyendo así la posibilidad de cortes flash o bloqueos ciegos a favor sobre todo de jugadores menos rápidos.



Los atacantes se mueven como en el *diagrama 10*, con el fin de cambiar de lado el balón para buscar un buen **1c1** o, en el caso estén defendidos por un jugador más bajo (mismatch), jugar "pasar y cortar" para coger posición en el poste bajo en el lado fuerte (*diagrama 11*). Cada atacante puede utilizar como máximo dos botes.

La defensa tiene que:
— anticipar el primer pase, el pase del ala hacia la zona central (obligan-

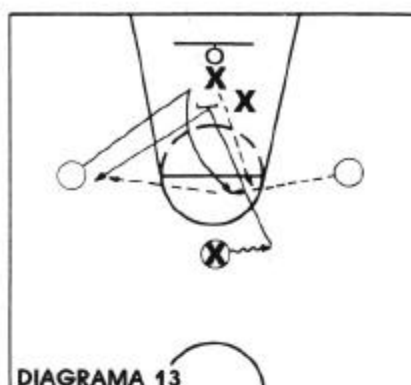


do a quien debe recibir a alejarse de la canasta) y entonces intentar forzar de nuevo el balón hacia el lado de procedencia. Es necesario, pues, esforzarse a jugar en las líneas de pase.
— comunicar al defensor en el lado que se encuentra "solo" en situación de **1c1**.
— defender en los cortes "pasar y cortar" y, si existe la situación, en el poste bajo.
— ayudar, con oportunas rotaciones defensivas, en los eventuales "back door" o penetraciones botando (*diagrama 12*).



Es importantísimo, repito una vez más, que cada defensor "vea" en qué posición se encuentra el atacante con balón (¿está con las piernas altas?, ¿está listo para salir en **1c1**?, ¿dónde está intentando pasar el balón?) para entender con una fracción de segundo de anticipación qué quiere hacer el atacante, tomando así las correctas contramedidas.

El ejercicio puede también transformarse en una continuidad de bloqueos en diagonal si, para ayudar el ataque, se permite la utilización del bloqueo para librar un jugador en el tiro libre (*diagrama 13*). Este jugador, si no puede tirar, cambia el balón hacia el lado débil y efectúa a su vez un

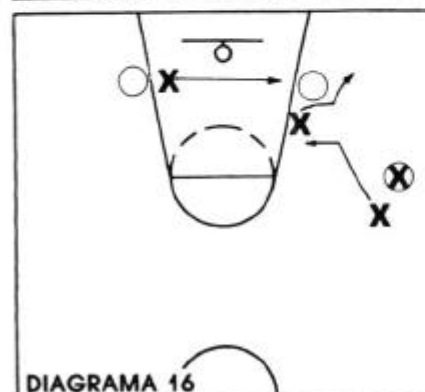


bloqueo en diagonal en favor del compañero en el lado contrario del balón (*diagrama 14*).



Ejercicio 5. 3c3 para las ayudas defensivas (*diagramas 15, 16 y 17*). Se trata de tres situaciones muy comunes en los partidos, en las que los defensores deben moverse para cerrar una penetración del botador. El atacante sale con ventaja con respecto al defensor (que está de espaldas a la canasta y está en línea con el atacante como si hubiese sido superado por éste), los otros defensores deben inicialmente aprender el fácil mecanismo de la rotación y a continuación cuidar los detalles como la posición de los brazos y del cuerpo del jugador que va a parar al botador y la responsabilidad del bloqueo del rebote en el lado débil.

Creo que es muy importante que los jugadores aprendan, con la práctica, a evaluar rápidamente la situación: con la experiencia lograrán entender que en muchos casos puede ser suficiente fintar una ayuda agresiva para conseguir que el atacante ralentice o dude sobre lo que debe hacer. De todas formas, la ayuda debe ser siempre agresiva, con el defensor que se dirige hacia el atacante botador antes que esperar que el balón le



venga encima.

Es realidad, según mi parecer, el contenido de una vieja regla: cuando se entrena es más fácil, en la prolongación del trabajo, que la agresividad tienda a disminuir más que a aumentar.

Ejercicio 6. 4c4 "shell" (concha).

Es el famoso ejercicio defensivo con cuatro jugadores del perímetro, dispuestos justamente como una concha, donde comienzan a encajar las piezas de nuestro puzzle defensivo (diagrama 18).

La progresión didáctica prevé que los jugadores en ataque puedan:

a) mover el balón para que el entrenador controle la posición de los defensores y la más o menos correcta reacción a los desplazamientos del balón.



b) intentar, después de haber recibido el balón, una penetración para trabajar en la ayuda y recuperación (diagrama 19).



c) pasar y cortar alejándose, con consiguiente rotación de los compañeros que ocupan las posiciones que quedan libres (diagramas 20 y 21).

Cada atacante con balón, antes de pasar y cortar, espera que el compañero haya terminado su movimiento.

d) pasar y bloquear a un compañero sin balón: a pases horizontales corresponden bloqueos verticales (diagrama 22); a pases verticales corresponden bloqueos diagonales (diagrama 23).

e) combinar todas las posibilidades citadas, ejecutando con la velocidad de partido los distintos fundamentos



ofensivos.

Ejercicio 7. 4c4 con contraataque-situación de partido.

Es el ejercicio en el que todo el trabajo desarrollado se sintetiza, subrayando el aspecto agonístico y la finalidad real del trabajo desarrollado en la mitad del campo defensiva. Los jugadores deben aprender que a cada acción positiva en defensa, debe corresponder, en la medida de lo posible, una acción positiva en ataque.

Se juega 4c4 a medio campo (alineación con o sin pivots (diagrama 24); un tercer cuarteto está preparado fuera de la pista para entrar. Los defensores deben recuperar el balón (rebote, balón recuperado, infracción del atacante) y correr en contraataque. Si anotan o le hacen falta, salen y descansan, los atacantes se convier-



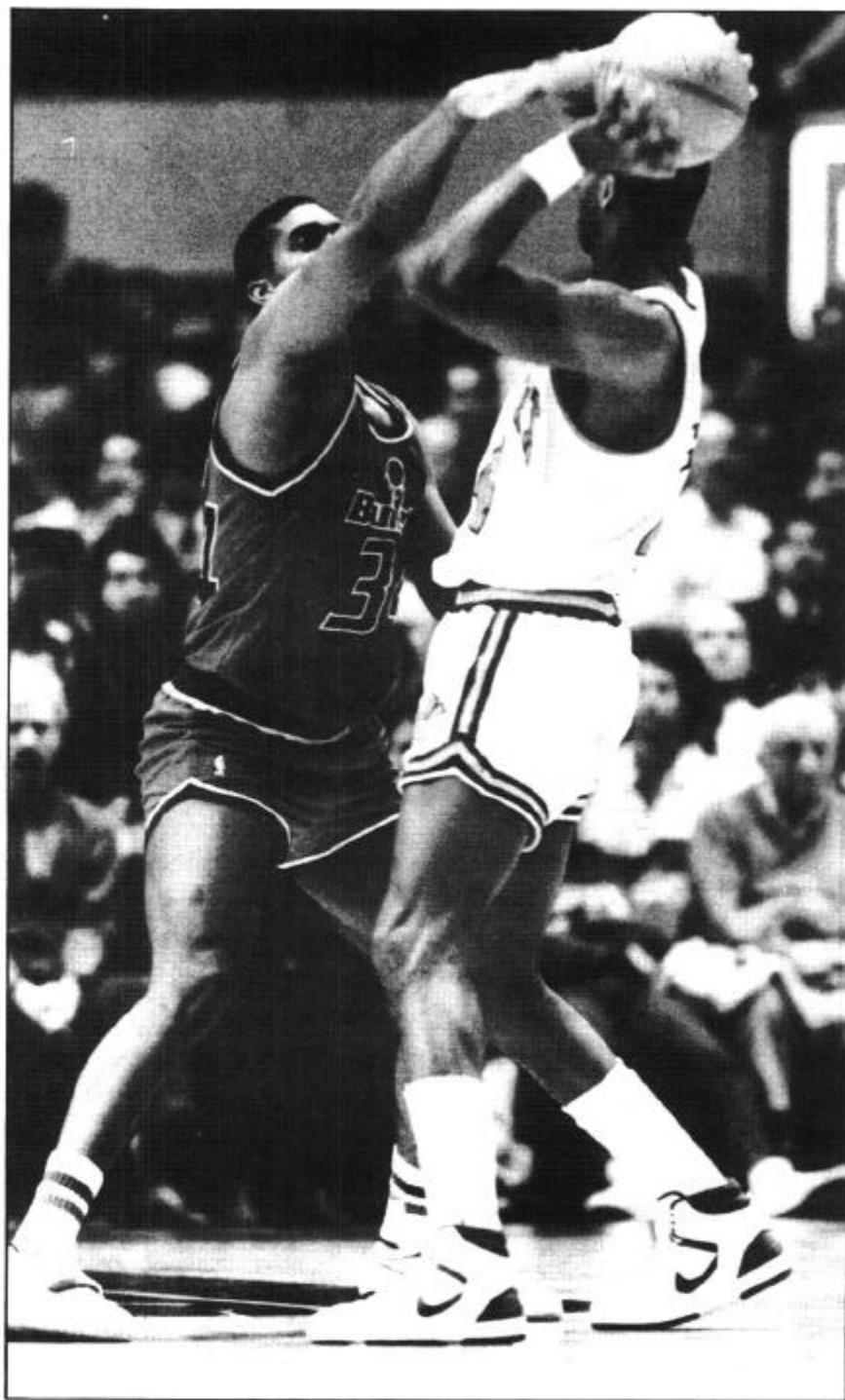
ten en defensores, entra el otro cuarteto y se vuelve a iniciar. Si se equivocan o pierden el balón por exceso de precipitación, la acción se acaba y se quedan de nuevo en la pista a defender al equipo que entra.

Cada rebote de ataque capturado obliga a los defensores a recuperar un balón de más y transformarlo en un contraataque positivo para poder ir a descansar.

La simple canasta en la acción defensiva a medio campo puede tener o no el mismo castigo según se quiera aumentar o no la agresividad de los defensores. Hay que controlar personalmente que el agonismo, que en el ejercicio es alto, no trascienda determinados límites y que la defensa no se convierta en una "caza al rival".

La progresión didáctica que he explicado es, por motivos de espacio, con toda seguridad incompleta dado que no se contemplan algunas situaciones particulares de juego. He descuidado expresamente la defensa al poste bajo por dos motivos. Ante todo porque cada entrenador puede tener distintas opiniones sobre la mejor manera de defender a los pivots (delante, detrás, tres cuartos) y además porque la elección siempre está condicionada por las cualidades físicas y técnicas de los jugadores que disponemos. Además cada elección presupone la utilización de mecanismos de ayuda al pivot que variarán según los casos y que por su complejidad merecen ser tratados a parte con gran atención a todos los detalles.

Para concluir, me gustaría apuntar que la utilización de ejercicios fijos no es suficiente para construir una buena defensa y para mejorar nuestros jugadores en ataque. Es necesario alternar los ejercicios con unos simples



3c3 o **4c4** en los que los atacantes juegan libres o siguiendo unas reglas muy generalizadas de forma que los defensores se encuentren siempre por delante situaciones nuevas como luego pasa en los partidos.

El objetivo es utilizar los ejercicios para enseñar las reglas y los principios del juego ofensivo y defensivo, dejando después amplio margen para la puesta en práctica (y para las oportunas correcciones) en los **3c3**,

4c4 hasta el **5c5**.

A la base de todo el trabajo está siempre la calidad moral que cada jugador debe poseer: agresividad, coraje, espíritu de iniciativa y las ganas de sacrificarse.

El fin del entrenador es ayudar al jugador a poner en evidencia estas cualidades y cuidarlas cada día en los entrenamientos y en los partidos: sin ellas es casi imposible convertirse en jugadores con la "j" mayúscula.

RENAULT SUPERCINCO

Five

Mira. Con mi Supercinco Five ya nada es igual. Imagínate. No tener que gastar ni suelas, ni bus, ni nada. Pues ¡hecho! Así se las gasta mi Supercinco Five, menos que un esquimal en neveras. Para ir donde quiero, cuando quiero, mi

Renault Supercinco Five
tiene otra marcha.

*Mi
primer
coche*



927.675

P.V.P.

RENAULT
COCHES LLENOS
DE VIDA



EXITO DE NUESTRO CLINIC EN ZARAGOZA

Con la colaboración del Ayuntamiento de la ciudad de Zaragoza, de la Federación Española de Baloncesto, y la valiosa aportación de nuestros patrocinadores oficiales JOHNSON & JOHNSON y ADIDAS, se celebró en la capital aragonesa la manifestación más importante que anualmente organiza la Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto: el **clinic internacional** que, además de éxito de participación —más de 300 entrenadores asistieron al acto— tuvo un gran éxito en cuanto a las conferencias ofrecidas por **Dan Peterson, Alfred Julbe, Toni Bové** y el doctor **Grande Covián**.

La estrella del clinic fue el prestigioso entrenador americano, afincado en Italia, **Dan Peterson**, que a lo largo de sus charlas logró encandilar a los asistentes con sus ideas, planteamientos, sugerencias y con su capacidad de conectar con todos.

Peterson, al que hay que agradecer el esfuerzo terrible —llevaba tres



días viajando sin parar— que hizo para llegar a Zaragoza, habló de su filosofía del entrenador, de como tiene que actuar para dirigir a un equipo, de sus relaciones con todos los

estamentos del basket. Fue una lección de como debe plantearse su situación el entrenador de baloncesto en la época actual.

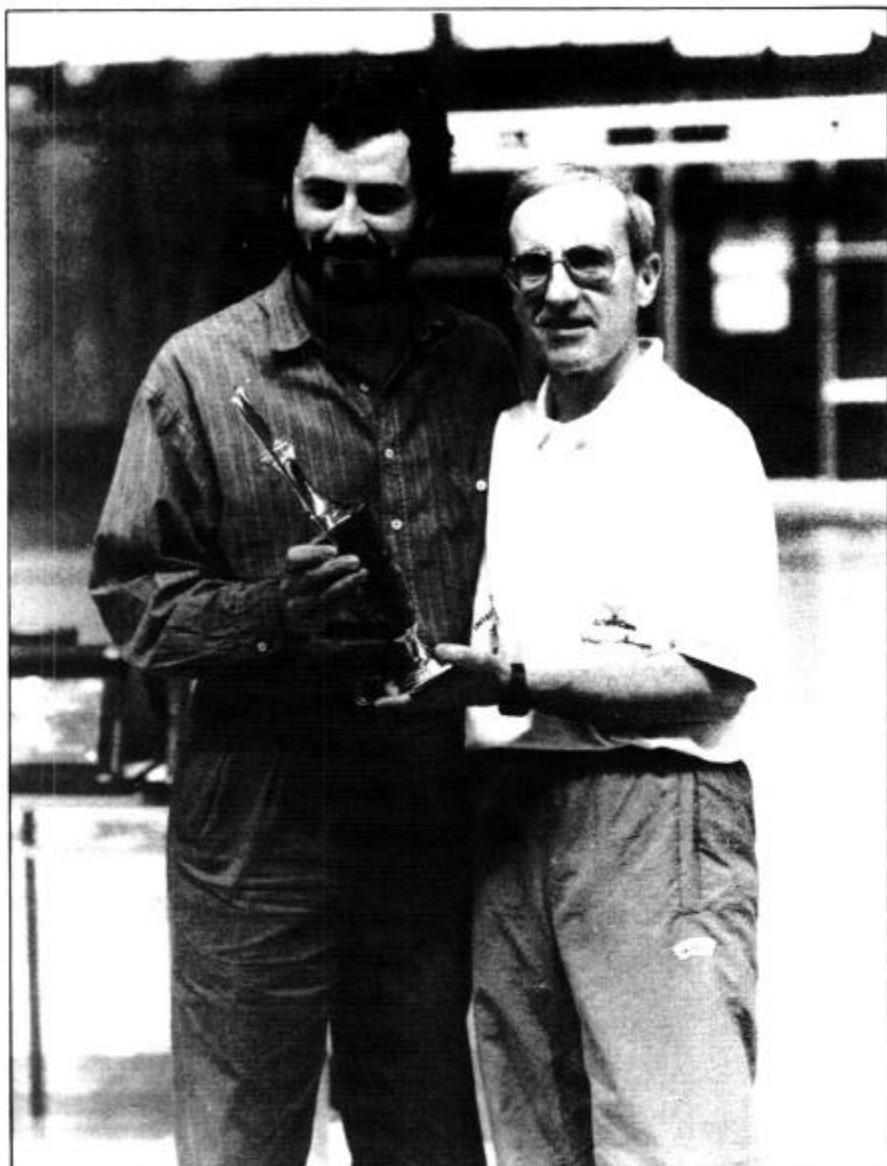
En otras charlas habló de sus con-

ceptos de transición defensa-ataque y de la famosa defensa 1-3-1.

Alfred Julbe eligió unos temas muy importantes en la proyección del jugador aunque él mismo llegó a reconocer que lo que explicaba podía llegar a sonar aburrido. La realidad es que la temática fue interesantísima porque el entrenador del Ram Joventut nos estuvo explicando todos los detalles de técnica individual que sirven para la mejora de los jugadores, detalles que marcan la diferencia entre un jugador corriente y un buen jugador. Durante las exhaustivas charlas repasó todos los movimientos de los hombres que juegan cerca del aro y de los que juegan por el perímetro, habló del tiro y de múltiples ejercicios aplicables a cualquier categoría y a cualquier nivel, ya que el dominio de los fundamentos técnicos individuales debe ser dominio de todos los jugadores a prescindir de la categoría en que juegan. Lo dicho, temas interesantes e importantes y que habrán hecho reflexionar a más de uno que quizá llega a creer que el dominio de los fundamentos técnicos es ciencia infusa y no fruto de la dura práctica cotidiana.

Con **Toni Bové** y el doctor **Grande Covián** se entró en campos que cada vez más son importantes en la vida del jugador moderno. El trainer del Barcelona nos habló de todas sus experiencias, de los conocimientos adquiridos en sus viajes a Estados Unidos, de como hay que recuperar a los jugadores, de la prevención como mejor práctica para evitar las lesiones. Fue una charla interesantísima y que captó el interés de todos los asistentes, así como interesante fueron los apuntes del doctor Covián sobre una correcta alimentación del atleta moderno para conseguir su mejor rendimiento.

El domingo, día 26 de junio, al finalizar el clinic, se procedió al reparto de trofeos y medallas. Hubo para todos. **Alfred Julbe** se llevó el trofeo al **mejor entrenador del año** concedido mediante votación de todos los entrenadores de la Asociación. Hubo recuerdos para la importante labor de nuestros patrocinadores, **Adidas** y **Johnson & Johnson**, y se sortearon premios y becas entre todos los asistentes al clinic.



Báden®



Báden®
Báden®



Báden®
Báden®



USBL: LIGA DE VERANO PROFESIONAL DE BALONCESTO
WBCA: COMPETICIONES DE LAS LIGAS UNIVERSITARIAS FEMENINAS
Recomendada por la Asociación de Entrenadores Femeninos de Baloncesto

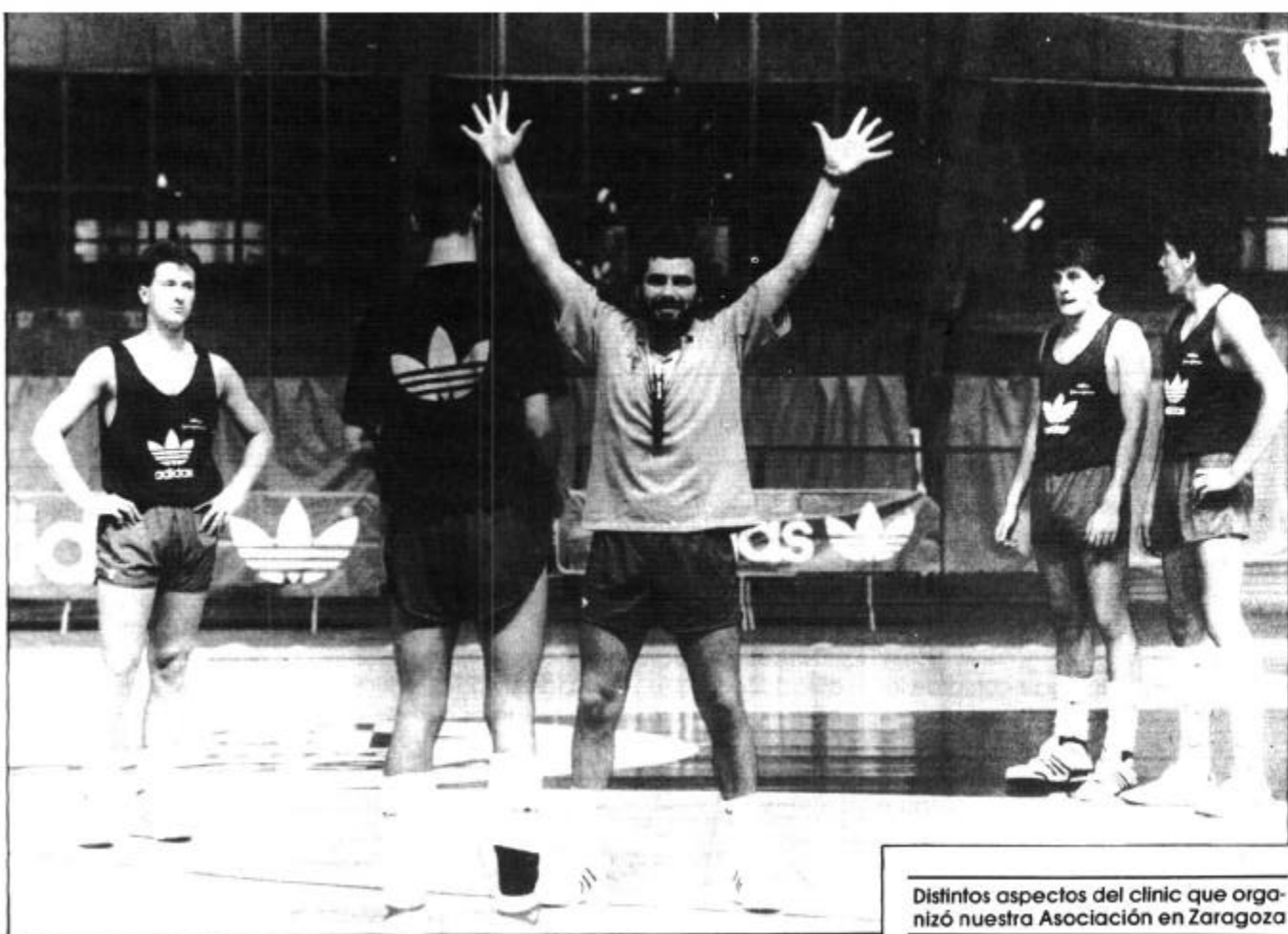
BALONES OFICIALES EN LAS
COMPETICIONES MASCULINAS
Y FEMENINAS ORGANIZADAS
POR LA FEDERACION ESPAÑOLA
DE BALONCESTO



Productores
ASOCIACION DE CLUBS DE BALONCESTO

ACEBSA

Indier, 37 - Tel. (93) 417 24 04 - 8 líneas
Telno 99426 9070
Fax 4192294
08017 BARCELONA, ESPAÑA



Distintos aspectos del clinic que organizó nuestra Asociación en Zaragoza



DEFENSA INDIVIDUAL PRESIONANTE TODO CAMPO

Por **GUIDO NOVELLO** (Entrenador)

El contraataque produce espectacularidad y hace el juego mucho más bonito e interesante, pero estoy también convencido que la aplicación de una defensa agresiva puede producir satisfacción y entusiasmo si es jugada con gran intensidad y continuidad.

La finalidad es la de jugar una defensa de "acción" y no de "reacción", por ello la defensa individual presionante se propone levantar el ritmo del juego y pone al ataque en la condición de precipitarse en sus acciones ofensivas.

La construcción de una defensa agresiva requiere ciertos requisitos: 1/3 FÍSICOS, 2/3 MENTALES.

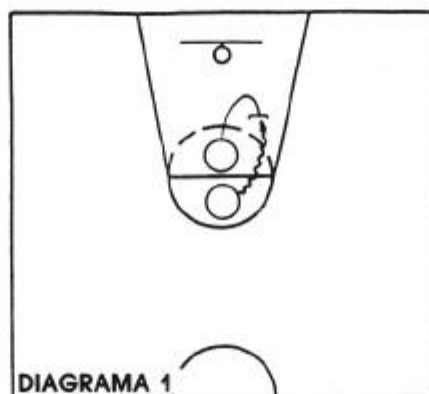
El aspecto mental es el más importante porque si un jugador no desarrolla en sí mismo el deseo de sacrificarse y de jugar con la máxima determinación, no podrá nunca convertirse en un buen defensor. Teniendo en cuenta que jugar en defensa no es tan agradable como jugar en ataque y anotar, el jugador debe poseer un gran deseo de compensar esta tendencia, convenciéndose que se puede llegar a ser mejor en defensa que en ataque, dado que para destacar se necesita dominar un menor número de fundamentos. Además la defensa crea un carácter fuerte, y un jugador fuerte en defensa y débil en ataque, antes o después logrará destacar también en la faceta ofensiva.

En el basket moderno la interpretación de las reglas y la habilidad de los atacantes complican cada vez más el trabajo de los defensores, dado que estos aspectos crean mayores problemas en la enseñanza de la defensa, obligando al entrenador a exigir de los propios jugadores la más completa concentración.

Después de haber analizado los

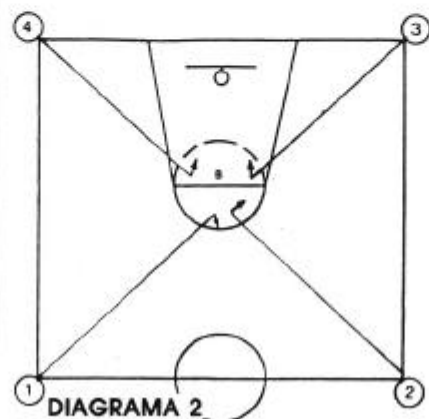
principales aspectos mentales es útil, a mi entender, a través de algunos ejercicios, mejorar las capacidades de REACCIÓN y AGRESIVIDAD defensiva.

Todos los ejercicios deben ser ejecutados con la máxima agresividad para acostumbrar a los jugadores a luchar.



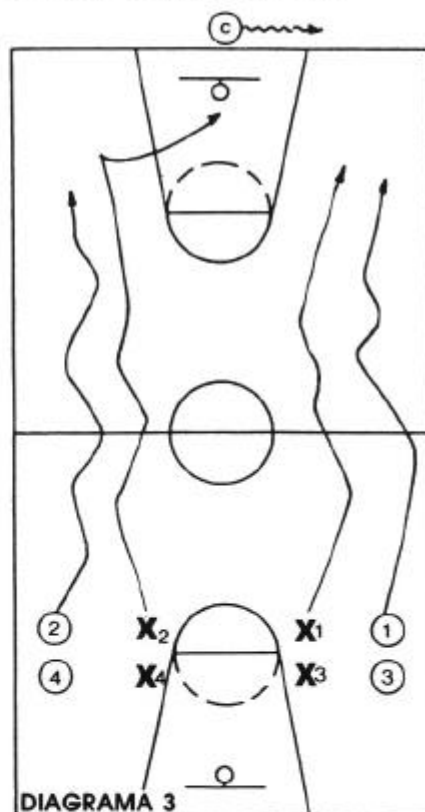
Ejercicio n.1 - 1c1 medio campo

Los jugadores, como en el diagrama 1. Espalda contra espalda y el balón apoyado en el cuello de los jugadores, brazos extendidos a lo largo de las piernas. A la señal del entrenador, quien controla el balón ataca 1c1. Si el defensor no bloquea el rebote defensivo, cinco flexiones de brazos.



Ejercicio n.2 - 2c2 medio campo

Jugadores colocados como en el diagrama 2. Juegan 2c2 (1 y 3 contra 2 y 4). A la señal se lanzan a recuperar el balón. Es importante enseñar a los jugadores que en el momento del impacto hay que rotar la espalda para evitar lesiones. Además es útil hacer trabajar altos contra bajos para crear mayor competitividad entre los jugadores, ya que los pequeños son listos y rápidos y los grandes no quieren dejarse superar.



Ejercicio n.3 - 2c2 acondicionamiento

Los jugadores colocados según el diagrama 3. A la señal del entrenador corren rápidos hacia el balón. Los defensores no deben dejarse superar y, de todas formas, deben an-

ticipar al atacante para no consentir cortes hacia el centro del área permitiendo únicamente la recepción lateral. Si el entrenador se desplaza lateralmente botando, el defensor X2 realizará una ayuda.

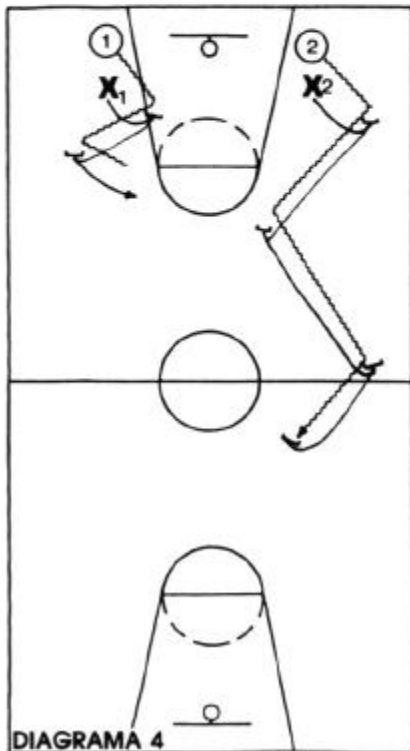


DIAGRAMA 4
Construcción defensa individual presionante

Zig-zag todo campo por parejas: los jugadores, como en el *diagrama 4*, ejecutan un 1c1 con el defensor que debe tener el tronco delante del balón con la mano interior, respecto a la dirección del botador, que molesta el bote y de todas formas impide el cambio de mano frontal. El defensor, en el momento en que el atacante cambia dirección, tiene que hacer un "drop steep", o sea un pequeño paso hacia atrás con el pie del lado del bote con un giro de 1/4

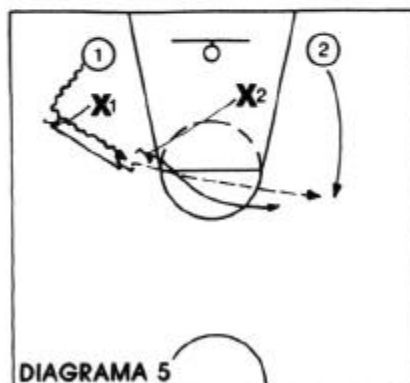


DIAGRAMA 5

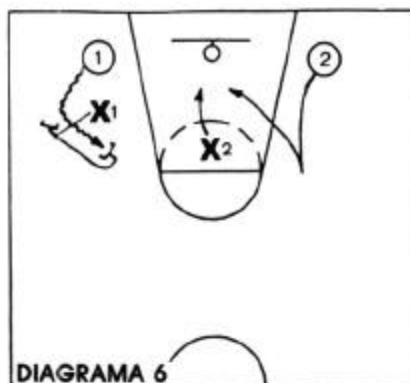


DIAGRAMA 6

utilizando como perno el mismo pie. *2c2 todo campo, ayuda y recupera:* jugadores como en el *diagrama 5*. El (1) se desplaza lateralmente botando y su defensor lo obstaculiza mientras (X2) ocupa una posición de ayuda abierta con el tronco paralelo a la línea de fondo. Cuando (1) cambia dirección y penetra hacia el centro botando, (X2) debe obstaculizar la penetración y recuperar rápidamente si hay pase de (1) a (2).

La misma dinámica que el ejercicio precedente en el *diagrama 6*. Ahora enseguida que el atacante con balón comienza a botar, su defensor (X1) debe acortar las distancias haciendo gran presión con los brazos, mientras el defensor (X2), desde la posición de ayuda, tendrá que



DIAGRAMA 7

ocupar una posición cerrada sobre el atacante (2) para impedir el pase. En el *diagrama 7* comenzamos a trabajar en los principios de la presión que queremos aplicar. El primer concepto es el de forzar el balón hacia el lateral y, al segundo o al máximo al tercer bote, (X1) salta fuerte con su cuerpo delante del balón para obligar al atacante a cambiar de dirección con un viraje. En el mismo momento que (1) se pone de espaldas, (X2) va a realizar el dos contra uno ocupando el máximo espacio con piernas abiertas y brazos extendidos arriba que siguen el movimiento del balón, obligando al atacante a un pase lento. (X1) corre rápidamente hacia (2) para interceptar.

Importante es la presión que el de-

fensor pone al botador, pero también de suma importancia es el hecho de que (X2) se acerque cada vez más al balón, teniendo una posición abierta, a medida que este se acerca a la línea lateral y grite fuerte "CAMBIO".

Esto consiente un mejor "timing" —coordinación de tiempo— y eficacia en la ejecución del 2c1.



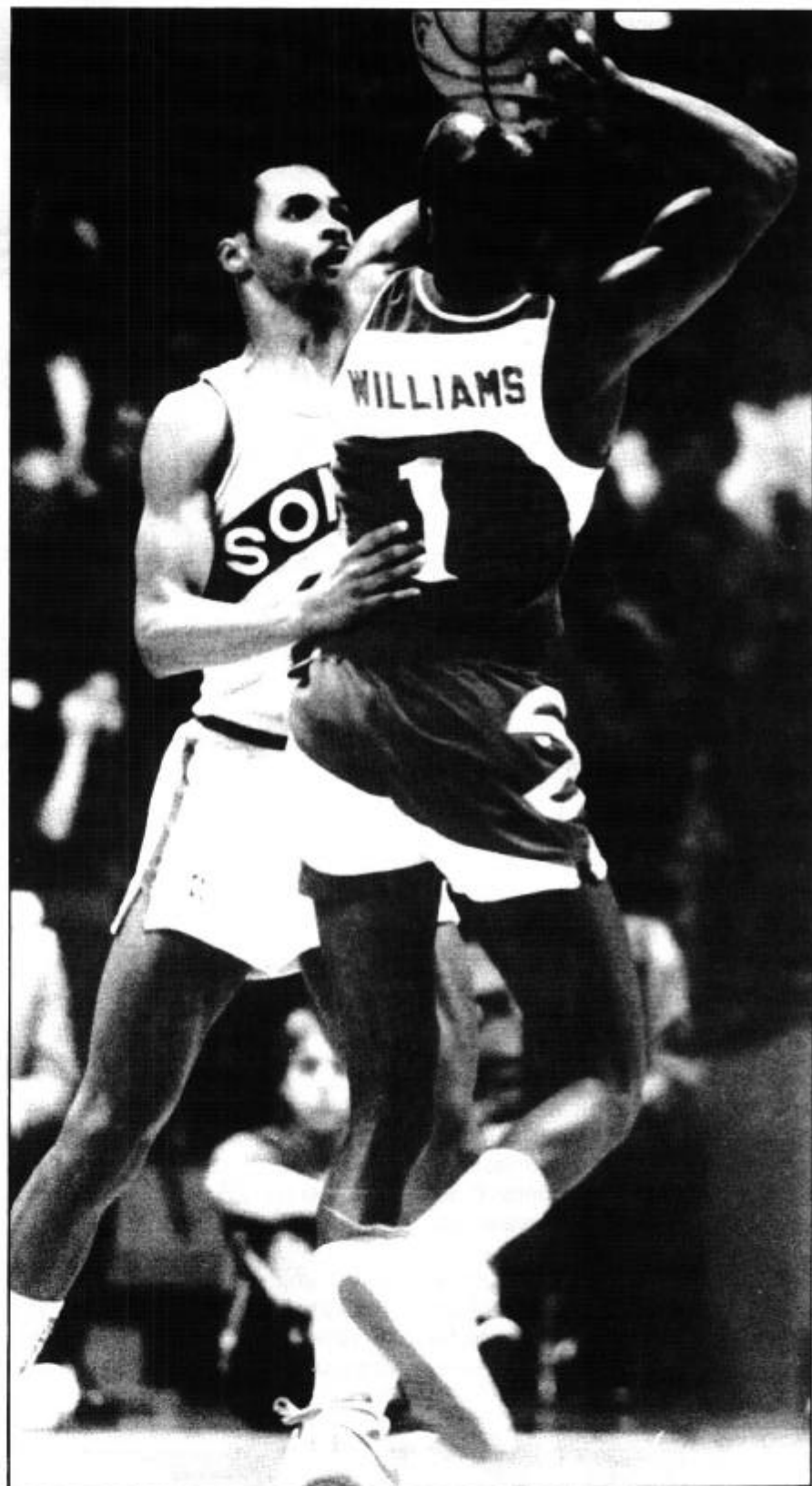
Detalle: (X2) tiene que asumir una posición abierta al balón de "ayuda anticipada"; esto para impedir, en la eventual penetración de (1), que el balón ocupe una posición central. Si sucede tal cosa (X1) cambia fuerte con (X2) —diagrama 8—.



3c3 todo campo

Regla: el defensor (X1) que defiende sobre quien efectúa el saque, ocupa siempre una posición más retrasada respecto a quien tiene que recibir el balón para permitir a la defensa, en caso de penetración central, de tener siempre una vía de seguridad o de escape.

En la situación del diagrama 9 podemos apreciar la rotación de los tres defensores. Coordinación, velocidad, utilización de la voz, son facto-



res importantes en la rotación con más jugadores, por ello es importante trabajar si queremos crear una buena defensa que funcione en conjunto. Soy de la opinión que la utilización de estos tipos de defensa en campo femenino se pueden aplicar

con buenos resultados, ya que existe poco dominio por parte de los botadores en controlar el balón bajo presión; además creo que en determinados momentos de juego hay que cambiar ritmo no sólo en ataque sino también en defensa.

FUNDAMENTOS DE DEFENSA

2. EL ANTICIPO

<p>a) LA TECNICA</p> <p>1) LOS BRAZOS</p> <ul style="list-style-type: none"> a) pulgar hacia abajo b) muñeca doblada <p>2) LA INTERVENCION</p> <ul style="list-style-type: none"> a) pulgar hacia abajo b) balón suelto 	
<p>b) DOS TIPOS DE ANTICIPO</p> <p>1) MEDIO ANTICIPO</p> <ul style="list-style-type: none"> a) impedir el back door (puerta atrás) b) permite el pase <p>2) ANTICIPO TOTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> a) impedir el pase b) "facilita" el back door 	
<p>c) CONTRA EL BACK DOOR</p> <p>1) ABRIR</p> <ul style="list-style-type: none"> a) mantener la visión sobre el balón b) perder de vista al atacante <p>2) CERRAR</p> <ul style="list-style-type: none"> a) mantener contacto con el atacante b) perder de vista al balón 	
<p>d) ANTICIPO SOBRE EL PIVOT</p> <p>1) MEDIO ANTICIPO</p> <ul style="list-style-type: none"> a) arriba; balón al base b) abajo: balón al ala <p>2) ANTICIPO TOTAL</p> <ul style="list-style-type: none"> a) detrás: seguridad (bloqueo del rebote) b) delante: riesgo 	

2) EL ANTICIPO

A. La técnica. Jugar anticipando en defensa quiere decir defender muy de cerca al potencial receptor que se encuentra a un solo pase del balón. Quiere decir intentar que no se efectúe aquel pase y obligar al pasador a buscar otra solución o otro pase para iniciar el sistema ofensivo con el pase de apertura.

1) Los brazos

a) El pulgar hacia abajo. En el *diagrama 1*, se puede apreciar la posición fundamental del anticipo, con la mano derecha (en este caso), hacia adelante, con el pulgar de la misma mano hacia abajo, estando así en posición de interceptar un pase (o desviarlo) sin hacer ningún movimiento supérfluo. Esta mano está situada en la línea del posible pase.

b) La muñeca doblada. En el *diagrama 2*, se aprecia otra perspectiva de la posición de anticipo, que muestra la exacta posición del brazo izquierdo (en este caso), con el antebrazo que está ligeramente apoyado en el flanco del propio atacante, y la mano que no está en contacto, con la muñeca en posición de no cometer falta.

a) LA TECNICA

1) LOS BRAZOS a) PULGAR ABAJO



DIAGRAMA 1

1) LOS BRAZOS b) MUÑECA DOBLADA



DIAGRAMA 2

2) La intervención

a) Pulgar hacia abajo. Ahora podemos apreciar la ventaja de tener el pulgar hacia abajo. En el *diagrama 3*, se nota cómo es suficiente extender el brazo derecho para desviar o interceptar un mal pase. Es una intervención limpia sin tener que cambiar la posición de la mano para tocar el balón.

b) Balón suelto. Difícilmente el hecho de anticipar servirá al defensor para interceptar limpiamente un pase. En el *diagrama 4* se aprecia lo que puede pasar: un pase desviado que se cae al suelo. Entonces ha llegado el momento de colaborar con la otra mano y de doblar el cuerpo para prepararse a tirarse al suelo — si hace falta— para controlar el balón.

B. Dos tipos de anticipo. Como en muchas cosas del baloncesto, no hay una única forma de ejecutar un fundamento técnico. Más bien, hay muchas "escuelas" para cada tema. Es suficiente creer en la que se elige. De todas formas, hay dos maneras en las que un defensor puede defender a su contrario anticipando, y son diferentes una de otra, casi opuestas.

2) LA INTERVENCION
a) PULGAR ABAJO



DIAGRAMA 3

2) LA INTERVENCION
b) BALON SUELTO



DIAGRAMA 4

1) Medio anticipo.

a) **Impedir el "back door"**. En el *diagrama 5*, se puede apreciar un caso de "medio anticipo". En este, se nota que la pierna izquierda del defensor queda más atrás que el atacante. Este movimiento impide al atacante de efectuar un back door (puerta atrás) hacia la canasta de manera fácil. Los otros aspectos técnicos son ejecutados como debido, incluido el pulgar hacia abajo.

b) **Permite el pase**. Está claro que un medio anticipo permite el pase al atacante, pero más lejos de la canasta de lo que esperaba. Notar, en el *diagrama 6*, cómo el antebrazo izquierdo está suavemente apoyado en el flanco del atacante. ¡Atención!: no empujar, no agarrar. Es un punto de referencia y nada más.

2) Anticipo total

a) **Impedir el pase**. Como se aprecia en el *diagrama 7*, esta actitud

defensiva de total anticipo niega totalmente el pase al propio atacante. El defensor se ha colocado justamente entre el pasador, que tiene el balón, y el atacante, que quiere recibir este posible pase. Es una actitud agresiva.

b) **"Facilita" el back door**. Como se aprecia en el *diagrama 8*, esta actitud deja abierta la... puerta atrás, el back door. Ciertamente este es un riesgo, pero si el equipo está bien entrenado, se puede hacer porque cualquier pase se ve y se puede anticipar. Esto obliga al equipo atacante a efectuar un pase técnicamente perfecto.

C. Contra el back door. No importa la técnica de anticipo. Los atacantes ejecutarán muchos back door aunque sea sólo para cambiar de lado del campo o para efectuar un bloqueo o para aprovechar un bloqueo. En cada caso, el defensor que anticipa, tiene que saberlo y adop-

tar una de las dos soluciones.

1) Abrir

a) **Mantener la visión sobre el balón**. Como se aprecia en el *diagrama 9*, el defensor marca anticipando al posible receptor en el lado izquierdo del campo. Se nota también que el defensor efectúa un medio anticipo. Es importante darse cuenta de esto porque indica (generalmente) qué tipo de solución dispondrá este defensor contra el back door.

b) **Perder de vista al atacante**. A la derecha del *diagrama 9*, se nota cómo el defensor, que ha dejado que su atacante cortara hacia canasta, efectúa un medio giro hacia atrás sobre el pie perno, mira al balón, y levanta las manos invitando a efectuar un pase picado. Es una elección: considerar el balón más importante que el atacante.

2) Cerrar

a) **Mantener contacto con el atacante**. En el *diagrama 10*, a la iz-

b) DOS TIPOS DE ANTICIPO

1) MEDIO ANTICIPO
a) VISION ANTERIOR



DIAGRAMA 5

1) MEDIO ANTICIPO
b) VISION POSTERIOR



DIAGRAMA 6

2) ANTICIPO TOTAL
a) VISION ANTERIOR



DIAGRAMA 7

2) ANTICIPO TOTAL
b) VISION POSTERIOR



DIAGRAMA 8

c) CONTRA EL BACK DOOR

1) ABRIR

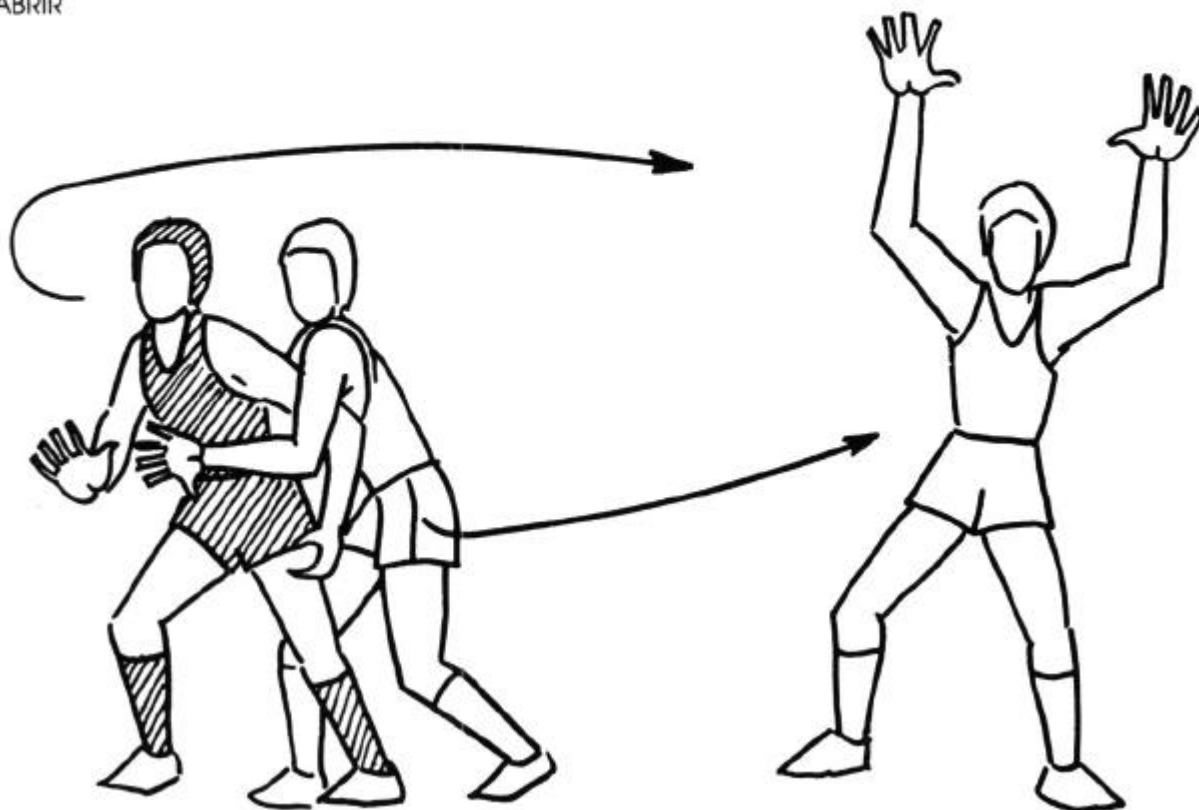


DIAGRAMA 9

2) CERRAR

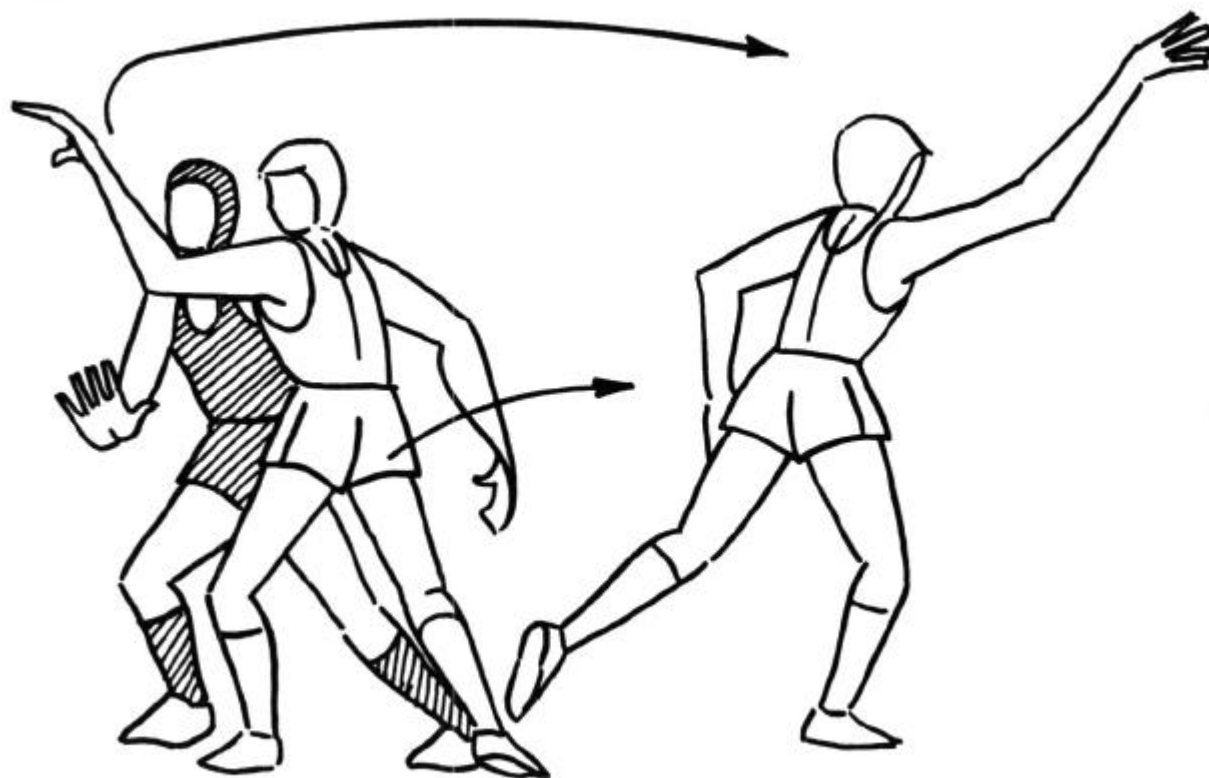


DIAGRAMA 10

d) ANTICIPO SOBRE EL PIVOT

1) MEDIO ANTICIPO
a) ARRIBA



DIAGRAMA 11

1) MEDIO ANTICIPO
b) ABAJO



DIAGRAMA 12

2) ANTICIPO TOTAL
a) DETRAS



DIAGRAMA 13

2) ANTICIPO TOTAL
b) DELANTE



DIAGRAMA 14

quierda, se nota que el defensor marca a su rival en una actitud de total anticipación, siempre en el lado izquierdo del campo. Esta actitud indica (en general) qué tipo de reacción tendrá este defensor si el atacante corta hacia canasta en un back door.

b) Pierde de vista al balón. En la parte derecha del *diagrama 10*, se nota al defensor en contacto, también visivo, con su rival. Si, pierde de vista al balón, pero "lee" en los ojos del rival y mantiene su cuerpo entre atacante y balón, haciendo muy difícil y arriesgado el pase. Está claro que también el riesgo defensivo es muy alto.

D. Anticipo sobre el pivot. Cualquier defensa sobre el pivot debe considerarse como un marcaje de anticipación, teniendo en cuenta que ningún jugador quiere permitir un pase fácil al pivot. Por ello, y mucho más que cualquier otro jugador, el pivot tendrá una defensa de anticipo muy pegajosa, en una de las cuatro maneras, dependiendo de la situación.

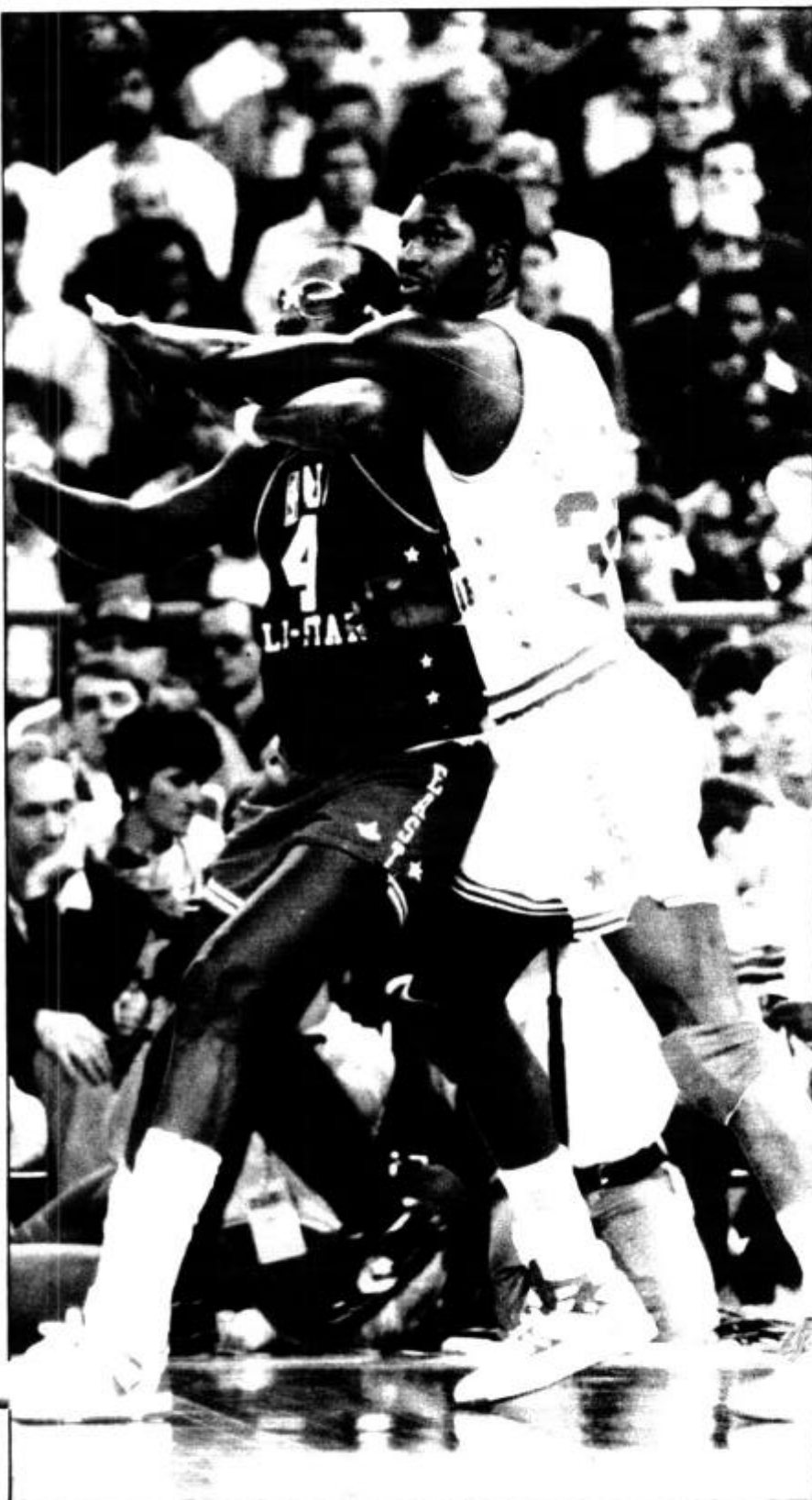
1. Medio anticipo

a) Arriba. Si el balón lo tiene el base o el escolta que quiere pasar al pivot, el defensor anticipa por arriba al rival, o sea en el lado más cercano a la línea de medio campo, como se aprecia en el *diagrama 11*. Destacar que la técnica es de medio anticipo, con la pierna izquierda detrás del pivot para evitar pases "lob" o fáciles palmeos.

b) Abajo. Si el balón lo tiene el alero, se tiene que cambiar la posición de medio anticipo de arriba a abajo, o sea en el lado más cercano a la línea de fondo. Fijarse cómo en el *diagrama 12*, la posición es idéntica, siempre con la pierna derecha (en este caso) detrás del pivot para impedir el pase "lob".

2) Anticipo total

a) Detrás. Existe una sutil diferencia entre el *diagrama 12* y el *13*. Se refiere a la posición de la pierna izquierda. Ahora en el *diagrama 13*, el defensor juega detrás del pivot, a lo mejor favoreciendo un pase hacia el centro, pero impidiendo el lob, palmeos o buenas posiciones para el rebote, y contando además con la ayuda en flotación de los compañeros.



b) Delante. En el *diagrama 14*, se aprecia que el defensor está totalmente por delante del atacante, impidiendo el simple pase y favoreciendo el lob, con la esperanza de recibir la ayuda de los compañeros.

Está claro, el riesgo es favorecer un

rebote ofensivo controlado o un palmeo. Esta técnica requiere un trabajo de equipo para ser totalmente eficiente.

DAN PETERSON

NUEVAS REGLAS Y ENTRENADORES

Por **JAIME ANDREU** (Vice-presidente del CNA-Comisario Técnico de la FIBA)

La FIBA ya ha remitido el informe definitivo de las modificaciones a las Reglas de Juego que entrarán en vigor después del Campeonato del Mundo de 1990 que se disputará en Argentina.

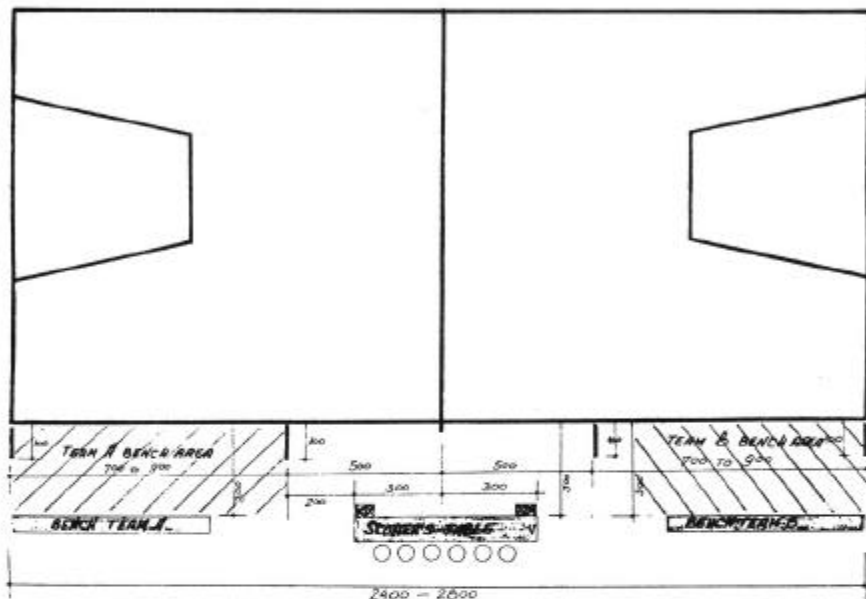
Muchos e interesantes son los cambios y algunos de ellos con incidencia muy directa en la labor de los entrenadores.

Con motivo del Campeonato de España Junior en Andújar tuve la suerte de coincidir en el hotel con una serie de entrenadores de equipos de primera división. Fue un encuentro interesante porque nos permitió intercambiar una serie de opiniones acerca de las modificaciones propuestas y que todavía estamos a tiempo, desde la Federación Española, de proponer algunos retoques en beneficio del baloncesto.

Primera medida importante que va a afectar al entrenador: se crea la **Zona de los entrenadores**. Esa zona es un espacio en la banda que va desde la línea de fondo a tres metros de la mesa de anotadores. En ese espacio el entrenador y su ayudante —pero, atención, nadie más— van a poder levantarse y dirigir libremente el partido. Dirigir el partido, obviamente, significa dirigir a su equipo, no al árbitro.

Caso de atravesar una línea que se marcará en el suelo —excepto para solicitar los tiempos muertos— el entrenador puede ser sancionado con falta técnica. Ya sabéis, dos tiros libres más posesión del balón.

El invento no es de la FIBA. Ya hace años que fue creado por los norteamericanos y en 1984 se planteó, por vez primera, introducirlo en el Reglamento de la FIBA. La medida será ejecutiva a partir de 1990. La razón de creación de esta zona radica en el incremento de situaciones violentas entre entrenadores y árbitros, que han provocado numerosos problemas en los partidos. Ahora los



árbitros disponen de una norma más objetiva —una línea que el público puede visualizar— para atajar los “desmanes” de los entrenadores y estos tienen mejor definidos sus derechos —poder dirigir el juego— y sus deberes.

Otro cambio importante. A partir de 1990, **los jugadores** —en las situaciones de tiro libre— **podrán entrar en la zona a por el rebote**, tan pronto el balón haya dejado la mano del jugador que lanza. Con las siguientes limitaciones. Los tres jugadores que no intervienen se situarán tras la línea de tres puntos y más allá de la prolongación imaginaria de la línea de tiros libres. Con ello se pretende clarificar la situación y evitar atropellos continuos en los rebotes. Los entrenadores deberán entrenar con sus jugadores la nueva situación y las salidas en contraataque según la nueva disposición de los jugadores sobre el terreno de juego. Con esta modificación se pretende agilizar el juego.

Cuando la FIBA modifica una regla lo hace siempre con una doble intención: facilitar a los árbitros el control del partido y agilizar el juego, para

favorecer el espectáculo.

Otros cambios que afectan a los entrenadores y las jugadas de los equipos. **Después de cada canasta conseguida se parará el reloj**. Se podrá solicitar tiempo muerto y no se podrá solicitar solamente cambio. Lógicamente, si se pide tiempo muerto, después podrán efectuarse los cambios.

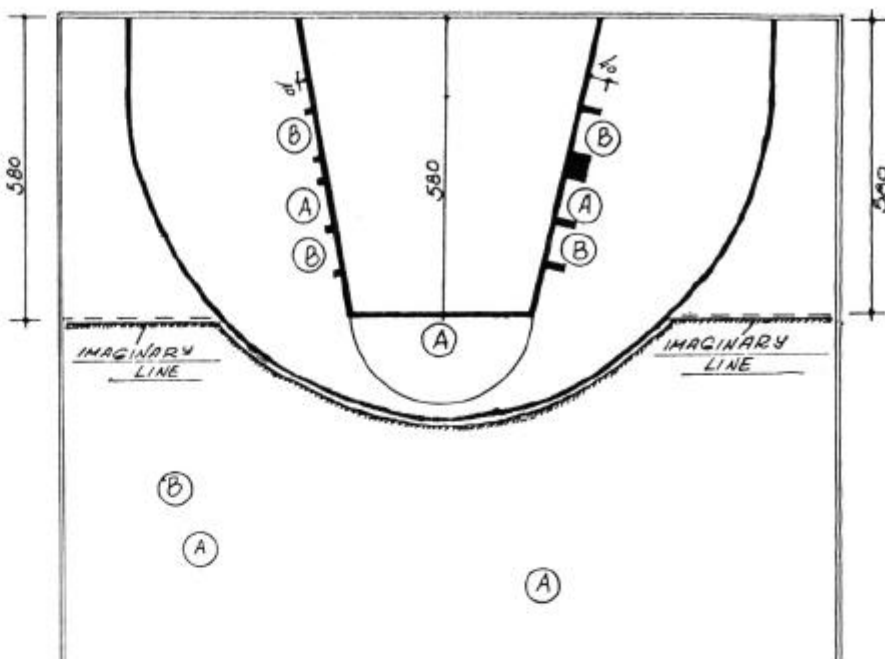
Con la detención del reloj, deja de tener tanta eficacia la necesidad de advertir a los jugadores, que muchas veces sin mala intención, tocan el balón después de las canastas válidas convertidas desde el terreno de juego. También se clarifica, con relación a la mesa, el momento de solicitar tiempo muerto, que había sido objeto de discusión en algunos partidos, llegando a provocar situaciones violentas.

Una modificación no esperada y que dará mucho que hablar, si prospera. **Va a volver a prohibirse el tocar al atacante con la mano por parte del defensor**. El “chequeo”, y perdón por el neologismo, queda prohibido, especialmente cuando se hace sobre el jugador que lleva el

balón, atención los bases, so pena de ser sancionado con falta personal.

El anuncio de esta modificación suscitó animada polémica en esa improvisada tertulia en el balneario de Marmolejo a la que me he referido con anterioridad. Unos defendían la regla y la encontraban del todo correcta, si acaso pedían —y con razón, por su parte— uniformidad a los árbitros en su aplicación; otros clamaban abiertamente contra esta regla que consideraban contraria al espíritu del juego tal y como se practica hoy en día en nuestras categorías superiores. Creo, personalmente, que la cuestión merece un debate más amplio y, lo que es más importante, caso de aplicarse los árbitros han de ser conscientes en su aplicación.

Lo mismo con unas modificaciones que se han introducido en el redactado del artículo 81, referido a la **falta intencionada**. La FIBA pide mayor rigor en su aplicación. ¿Serán los árbitros capaces de arbitrar con dicho rigor? La frontera que separa la falta normal de la falta intencionada es a veces más peligrosa que la frontera entre árabes e israelíes. Resulta tremendamente difícil discernir en algunos casos sobre la intencionalidad o no de las faltas y ahora se pide mayor severidad en su uso. El Comité Nacional ha sido claro en su definición de lo que es falta intencionada: el contacto personal producto de una acción no propia del baloncesto. La



zancadilla, sería el ejemplo más claro. Las faltas personales, así lo enseñamos a los árbitros, son deficiencias técnicas del atacante o del defensor, pero dentro de la técnica individual, o de equipo, del baloncesto.

Y queda para el final, la estrella de las modificaciones: la **supresión del derecho de opción**. Todas las faltas que hasta hora podían elegir los entrenadores entre tirar o lanzar el 1 más 1, deberán lanzarse. Cara a los entrenadores hay un aspecto positivo, ciertamente: les libera de la decisión de decidir en situaciones que muchas veces inciden directamente

en el resultado final.

A cambio es condenar a los equipos a tirar tiros libres y dar oportunidad de que, mediante la comisión abusiva de faltas personales, se pueda dar la vuelta al marcador. La cuestión es seria. Muy seria. Y sería conveniente también aquí abrir un debate profundo sobre el alcance de esta regla modificada, antes de emitir nuestra opinión como Federación Española de Baloncesto.

Esto es un avance, un aperitivo de la que se nos viene encima. Árbitros y entrenadores deberíamos, una vez más, sentarnos en una mesa y dialogar sobre estas cuestiones. De los entrenadores y sus relaciones con los jugadores y de los árbitros y su manera de aplicar las reglas va a depender que el baloncesto prosiga en su ascensión y se consolide como el segundo deporte de masas en España y en Europa.

Insisto, el diálogo me parece una necesidad imprescindible en estas cuestiones que pasan tan directamente por árbitros y entrenadores. Además, y como decía el recientemente fallecido Josep Tarradellas, es imposible que dos personas inteligentes sentadas en una mesa para dialogar y negociar sean incapaces de llegar a un acuerdo.

Y por inteligentes, pese a los gramos de locura que nos adornan, tengo a árbitros y... naturalmente a los entrenadores.



¿AFECTA LA COMPETICIÓN DEPORTIVA EN LA INFANCIA Y EN LA ADOLESCENCIA?

Por los Drs. ALFONSO DEL CORRAL y JAVIER VAQUERO

En los numerosos cursos realizados sobre ortopedia infantil y pediatría, hemos podido comprobar, junto con los entrenadores y preparadores físicos que controlan y vigilan el desarrollo deportivo de niños y adolescentes, la preocupación y sobre todo la desinformación existente en cuanto a la importancia del deporte, la necesidad de cuantificarlo y la de evaluar el momento más indicado para la transición de la etapa meramente lúdica a la de alta competición.

La Universidad de Alcalá de Henares de Madrid, y por supuesto numerosos autores extranjeros, han realizado y están realizando serios y rigurosos estudios sobre esta materia, de los cuales vamos a verter aquí algunos extremos.

Efectuado un estudio en la liga infantil americana de beisbol, se observó que el 71% de los participantes en la misma tenían una edad biológica mayor que la cronológica. CLARKE (1973), por su parte, no encontró diferencias entre jugadores de la misma edad, aunque sí se constataron diferencias de estatura, peso y edad esquelética entre participantes y no participantes con edades entre 12 y 15 años, diferencias que luego fueron cada vez mayores.

Estudiando a los 28 mejores nadadores juveniles de Hungría, entre 8 y 15 años, se vió que tenían también una edad esquelética superior a un grupo control; y en nadadores americanos de la misma edad se observó que poseían un mayor tamaño corporal, siendo más fuertes, aunque no se apreció una mayor estatura.

Entre las jugadoras americanas de volleyball, olímpicas, la menarquia —aparición de la primera menstruación— apareció a una edad media

de 14 años, frente a los 12 de las jugadoras universitarias aficionadas, de lo que se deduce que la actividad deportiva retrasa la menarquia, lo cual hace sospechar que también retrasa la maduración esquelética.

Veamos como se desarrolla el cuerpo durante la edad escolar por una parte, y por otra como va mejorando el escolar en ciertas actividades deportivas, para lo que nos basaremos en unos trabajos realizados por GRASSEL y colaboradores en la R.D.A., haciendo referencia únicamente a los valores medios de un amplio sector de población.

El crecimiento en altura de chicas y chicos es muy semejante entre los 7 y los 13 años, alcanzando las primeras su mayor pico de crecimiento entre los 11 y 12 años de vida. Es el "estirón puberal", que según SCHOLZ comienza medio año antes de la menarquia. A partir de este momento comienza a descender, progresivamente, la velocidad de crecimiento. En los chicos el estirón es más tardío.

El peso es muy parecido en ambos sexos entre los 7 y los 10 años de vida. A los 11 años aumenta más la masa corporal en las mujeres; entre los 12 y los 13 años hay una diferencia de unos 2 kg.; hacia los 14 años, las chicas se aproximan al valor femenino; a los 14 años divergen los valores medios del peso.

El tronco, midiendo la altura del sujeto sentado, sigue un crecimiento muy similar entre chicos y chicas hasta los 11 años. Luego, hasta los 14, se produce un crecimiento mayor en las chicas, siendo posteriormente sobrepasadas por los chicos.

El pie sigue un ritmo de crecimiento muy semejante en ambos sexos: A los 14 años alcanzan las chicas su longi-

tud definitiva, mientras que el pie masculino sigue creciendo hasta los 18.

Algo parecido ocurre con el crecimiento del miembro superior, tanto a nivel del brazo como del antebrazo. Hasta los 13 años el ritmo es muy parecido. Luego, en los chicos sigue creciendo más.

Un parámetro importante es el diámetro biacromial: En las mujeres alcanza su máximo crecimiento a los 12 años, y a los 14 en los varones, siendo el crecimiento total durante la edad escolar de 8 cms. en las chicas y 11 en los chicos, existiendo una diferencia media entre ambos sexos de 3,5 mm. a los 9 años y de 37,3 mm. a los 19.

Sin embargo, en el diámetro bicrestal no son tan grandes las diferencias lo cual se entiende por la especial fisonomía de la pelvis femenina.

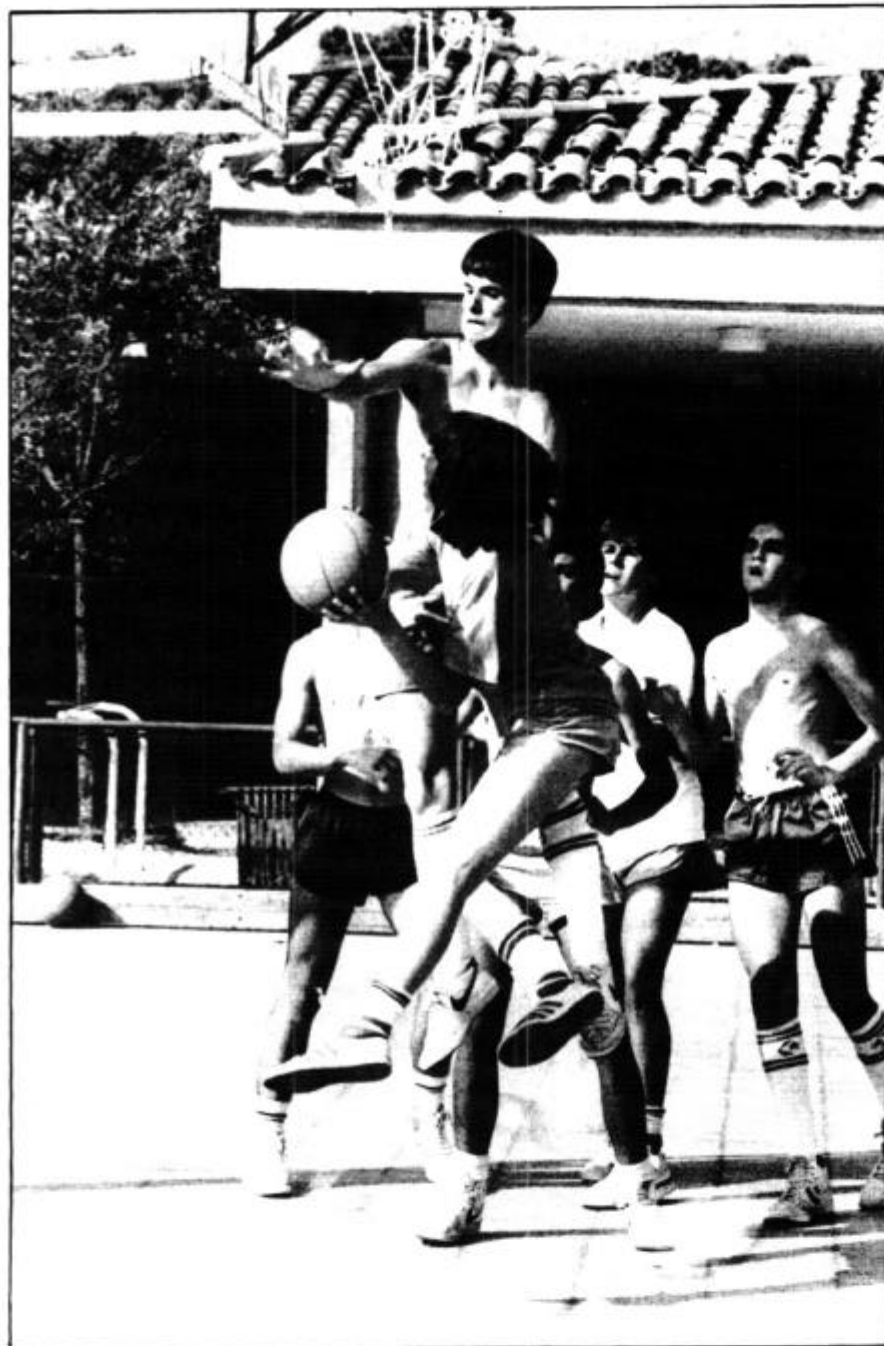
El perímetro torácico, tanto durante la inspiración como durante la espiración, sigue un crecimiento paralelo hasta los 12-13 años de edad. A partir de este momento sigue aumentando en los chicos, mientras que la velocidad de crecimiento disminuye bruscamente en las chicas.

El perímetro braquial, con su musculatura relajada o contraída, sigue también un parejo crecimiento hasta los 12-13 años. A partir de esa edad también decrece la velocidad de crecimiento en las chicas, aumentando en los chicos hasta los 17 años.

El perímetro de la mano alcanza su mayor índice de crecimiento, en los chicos, entre los 13 y los 15 años.

El tejido adiposo, que sigue un crecimiento paralelo hasta los 12 años, alcanza en las chicas valores superiores posteriormente, disminuyendo en los chicos durante la pubertad.

La capacidad vital de ambos sexos es muy parecida entre los 7 y los 12 años, sobrepasando posterior-



mente los chicos las cifras femeninas.

La frecuencia cardíaca antes y después del ejercicio tiende a disminuir con la edad, siendo siempre menor en los chicos que en las chicas.

Visto lo anterior, vamos a ver como los resultados en las pruebas deportivas realizadas por niños en edad escolar, de la R.D.A., sin entrenamiento especial, varían, mejorando hasta determinadas edades en cada caso.

Por ejemplo, el salto vertical (sobre el mismo sitio), que refleja la fuerza de los miembros inferiores, es muy semejante en uno y otro sexo hasta los

13 años, marcándose diferencias a favor de los varones a los 14. Asimismo, estudiando el tiempo que chicos y chicas de diferentes edades tardan en trepar una cuerda de 4m., se advierte como el tiempo empleado disminuye con la edad, en las chicas hasta los 12 y hasta los 18 en los chicos. Igualmente, las chicas mejoran sus marcas para correr los 60 m. hasta los 15 años de edad, mientras que los chicos siguen progresando, lo mismo que en el salto de longitud, combinación de rapidez locomotriz y de fuerza, donde ambos grupos mejoran sus marcas hasta los 14 años de

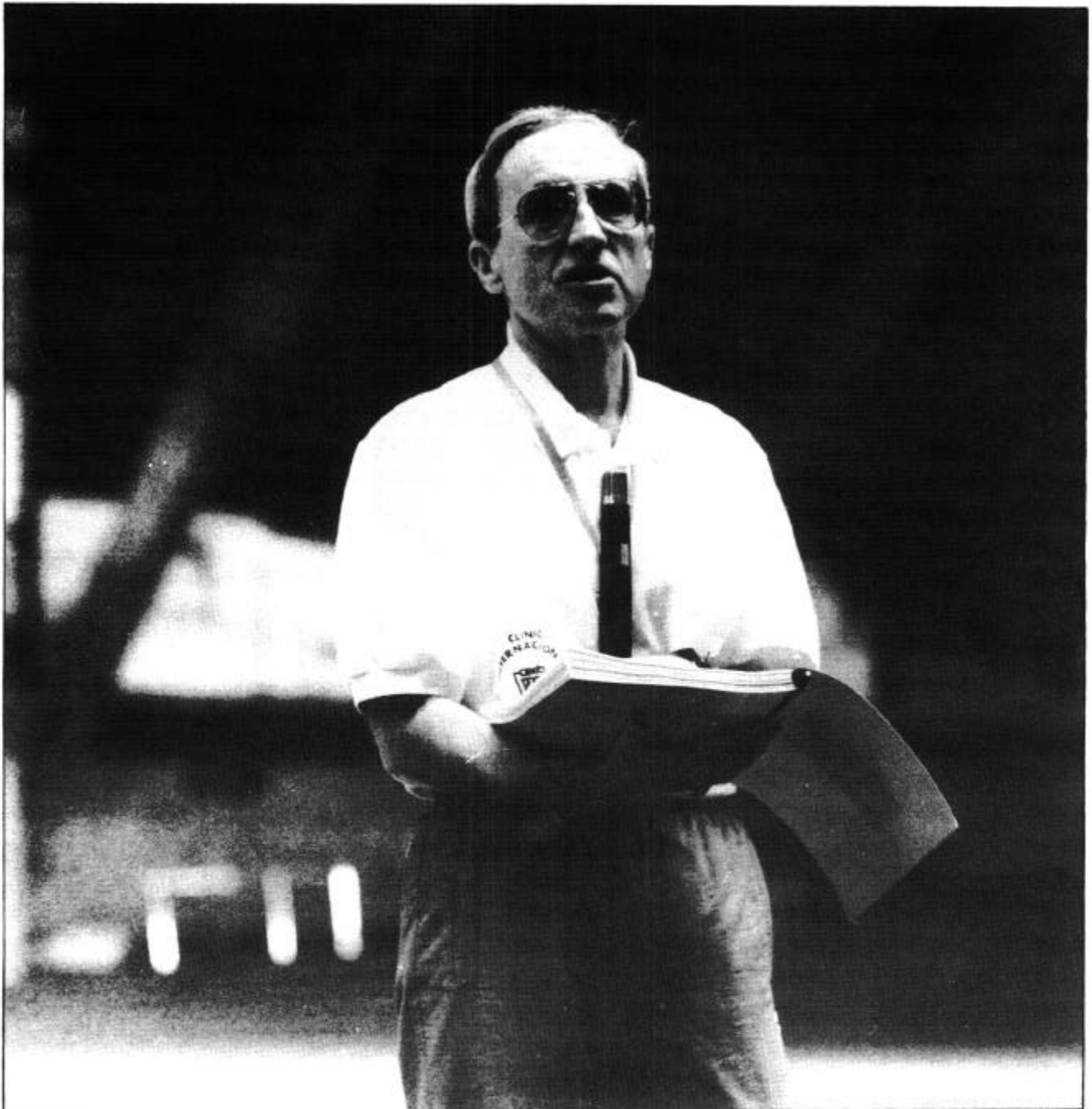
edad, a partir de la cual las chicas se estancan. Y lo mismo ocurre con el lanzamiento de peso, con diferentes pesos y a diferentes edades: las chicas alcanzan su mejor marca a los 14, mientras que los chicos, con algunos altibajos, siguen progresando.

A modo de conclusión, diremos que la antropología deportiva durante el crecimiento es fundamental para estudiar las proporciones y dimensiones corporales de los deportistas, analizar la capacidad física para la práctica del deporte y estudiar los cambios que se producen en el cuerpo con el entrenamiento. Todos estos conocimientos deben ayudar a encauzar a los jóvenes deportistas hacia las disciplinas para las que estén más capacitados. De alguna forma, se muestra como cada estilo de natación, por ejemplo, presenta unos valores corporales medios muy determinados.

Y para terminar, tenemos que señalar que la práctica del deporte infantil y juvenil, adecuadamente asesorada, no tiene efectos perniciosos sobre el crecimiento físico y el proceso de desarrollo, crecimiento que corre paralelo en ambos sexos hasta los 13 años de edad, pero en el caso de la mujer, que alcanza su madurez física de forma más temprana que los varones, más tempranamente que el hombre debe ser preparada para alcanzar sus resultados óptimos. Por el contrario, los chicos requerirán una preparación diferente a partir de los 13 ó 14 años.

Por supuesto que la aceleración también existe en el deporte: Tanto las mujeres como los hombres mejoran globalmente las marcas década a década, pues una mejor constitución física conlleva una mejora de los resultados.

Esperamos que, de una vez por todas, se vea en este país la etapa del crecimiento como una etapa fundamental para el deporte, y confiamos que se desarrolle de forma eficaz el deporte escolar, sabiendo ver los alumnos que presentan una constitución adecuada para determinadas actividades deportivas, para —creando hábitos y con un entrenamiento correcto— llegar a producir buenos deportistas en el futuro.



ENTREVISTA CON DAN PETERSON

Por **FRANCO PINOTTI** (*Entrenador y periodista*)

Hay nombres que marcan la historia en el mundo en el que viven. **Dan Peterson** es uno de ellos. Dentro de cien años cuando alguien contemple el pasado del basket europeo sin duda podrá comentar que hubo una época anterior a nuestro personaje y una posterior. Él fue la simbiosis entre un mundo con escasa profesionalidad y otro en el que la profesionalidad se convirtió en el principio número uno. En el mundo de los entrenadores siempre se contemplará la figura de Dan Peterson como la de alguien que ha ennoblecido la categoría, que ha dado el justo relieve a una figura muchas veces vejada: la del entrenador.

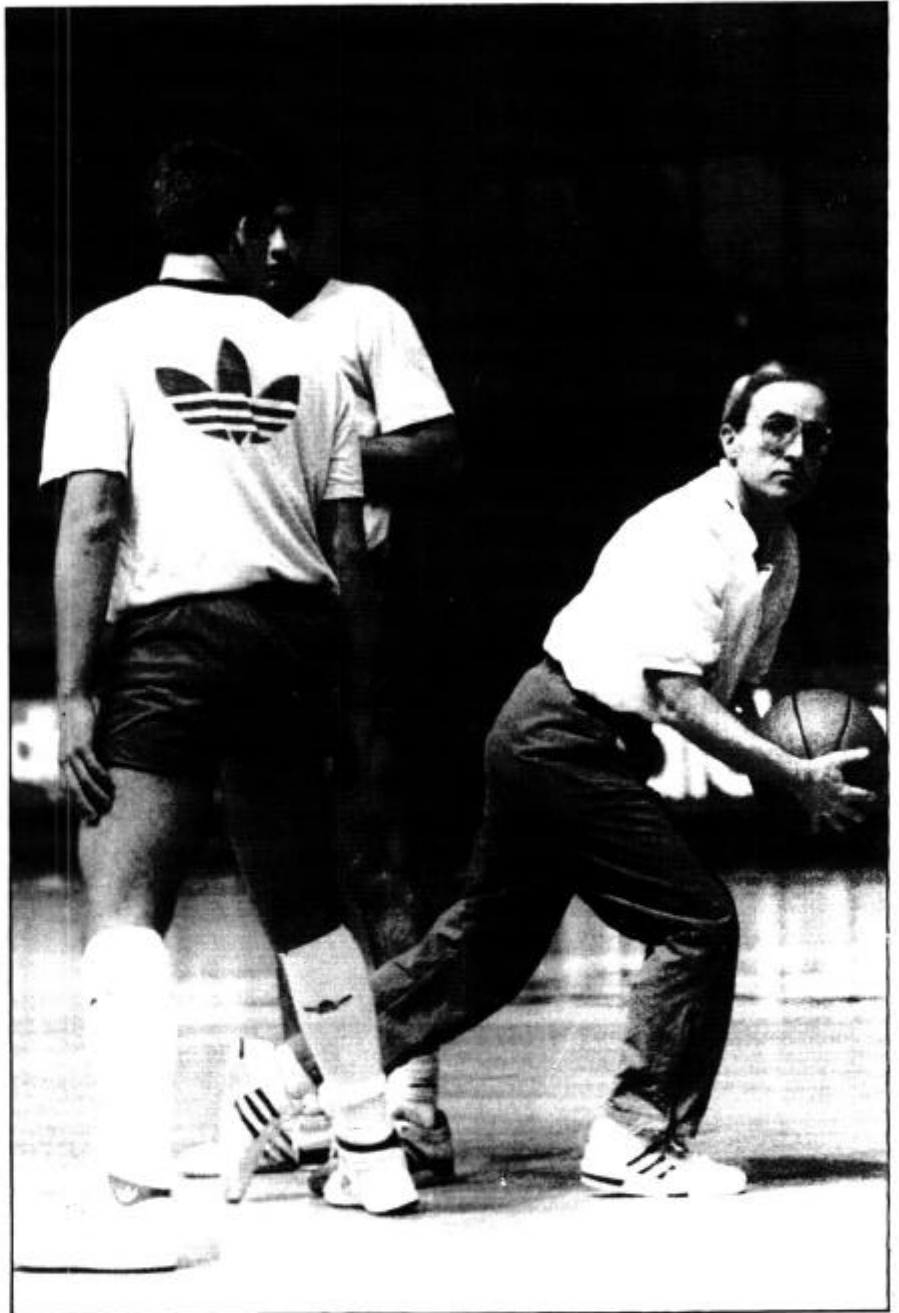
Peterson enseñó cual era el rol del entrenador en el mundo del basket, como tiene que vivir, pensar, actuar, dirigir y relacionarse con todos.

Pero Peterson es, en la actualidad, una figura real, viva, presente en todos los grandes acontecimientos de nuestro deporte. Él nos está enseñando que la figura del entrenador no sólo debe limitarse a la forja de nuevos valores o a la gestión de grandes equipos. El entrenador debe ser un ser instruido, con intereses dentro y fuera del basket, culto, que le guste la vida y sepa apreciarla y sobre todo que sepa transmitir estos deseos a sus alumnos aventajados: los jugadores.

La figura polifacética de Dan Peterson no sólo será historia dentro de cien años, sino que lo es ahora mismo porque todos los entrenadores, grandes y pequeños, modestos e ilustres, tenemos en él algo en que reflejarnos positivamente. Su saber estar, sus conocimientos, su facilidad en el manejo de las palabras, le convierten en algo imprescindible para la evolución de nuestro mundo, para que nos demos cuenta de que no hace falta ser un superdotado para alcanzar la cima, sino simplemente un gran profesional con mucho sentido común y una gran dosis de inteligencia.

CLINIC — ¿Qué es para usted el basket?

DAN PETERSON — El basket es la vida. Es el vehículo a través del cual pude aprender idiomas extranjeros, viajar por el mundo, hacer un trabajo inte-

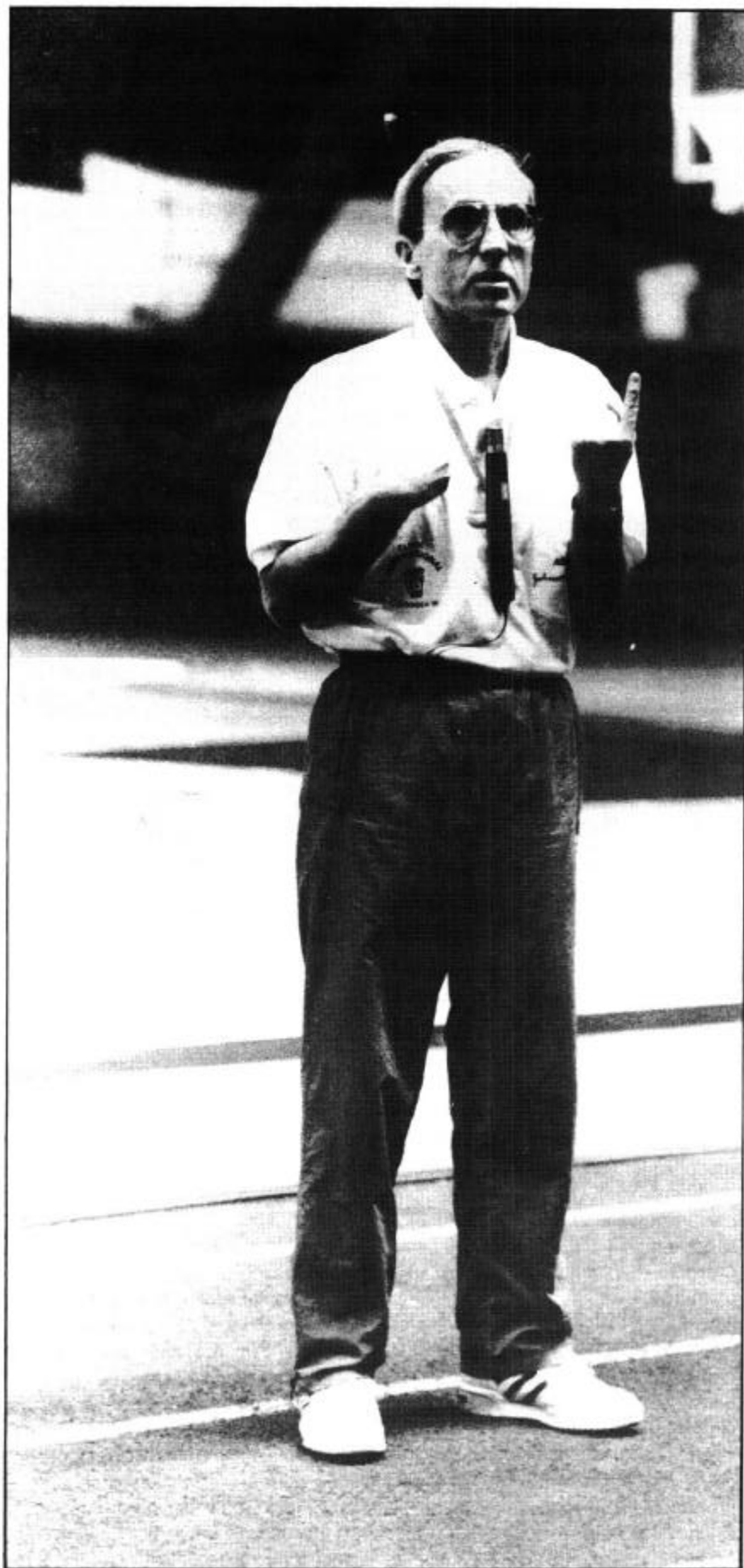


resante, ganarme bien la vida, ser famoso, lo es todo. Ha sido la puerta para entrar en un camino muy amplio y muy largo que todavía estoy recorriendo.

CLINIC — ¿Cómo entró en este camino?

DAN PETERSON — Yo nací y crecí en Evenston, una pequeña localidad cercana a Chicago a orilla del lago Michigan. Es un pueblo encantador, un pequeño paraíso, con muchos prados, jardines, el lago a dos calles de mi casa, un ambiente increíble. Frente a la puerta de mi casa había el Lincoln Center School con muchos campos de basket, de beisbol, de

rugby. Desde luego era imposible vivir ahí sin sentirse atraído por el deporte. Me gustaba el beisbol, pero nunca fui un buen jugador y además el basket era otra cosa. No se realmente por qué, pero desde siempre mis compañeros me pedían consejos, como hacer las cosas: tirar, pasar, etc. Esto me sirvió para darme cuenta enseguida de que no tenía mucho talento para jugar —y añade con sorna: "además con mi estatura..."—, y a los quince años comencé a entrenar en la Juventud Cristiana y luego, cuando mis compañeros se fueron a la universidad, yo los seguí, siempre de entrenador. Este fue



el comienzo de mi camino.

CLINIC — ¿Qué tipo de juego le gusta como entrenador y como espectador?

DAN PETERSON — Me gusta el basket con gran actividad: rebote, contraataque, velocidad. Para dar un ejemplo prefiero el basket de los Lakers y algunos detalles de los Celtics. Me gusta mucho el pressing a todo campo y los cambios de ritmo en los partidos. Fundamentalmente, como entrenador, me gusta el juego de conjunto en ataque y defensa, con gente que piensa con la cabeza y actúa con el corazón. Esto es lo más difícil y lo que más me gusta.

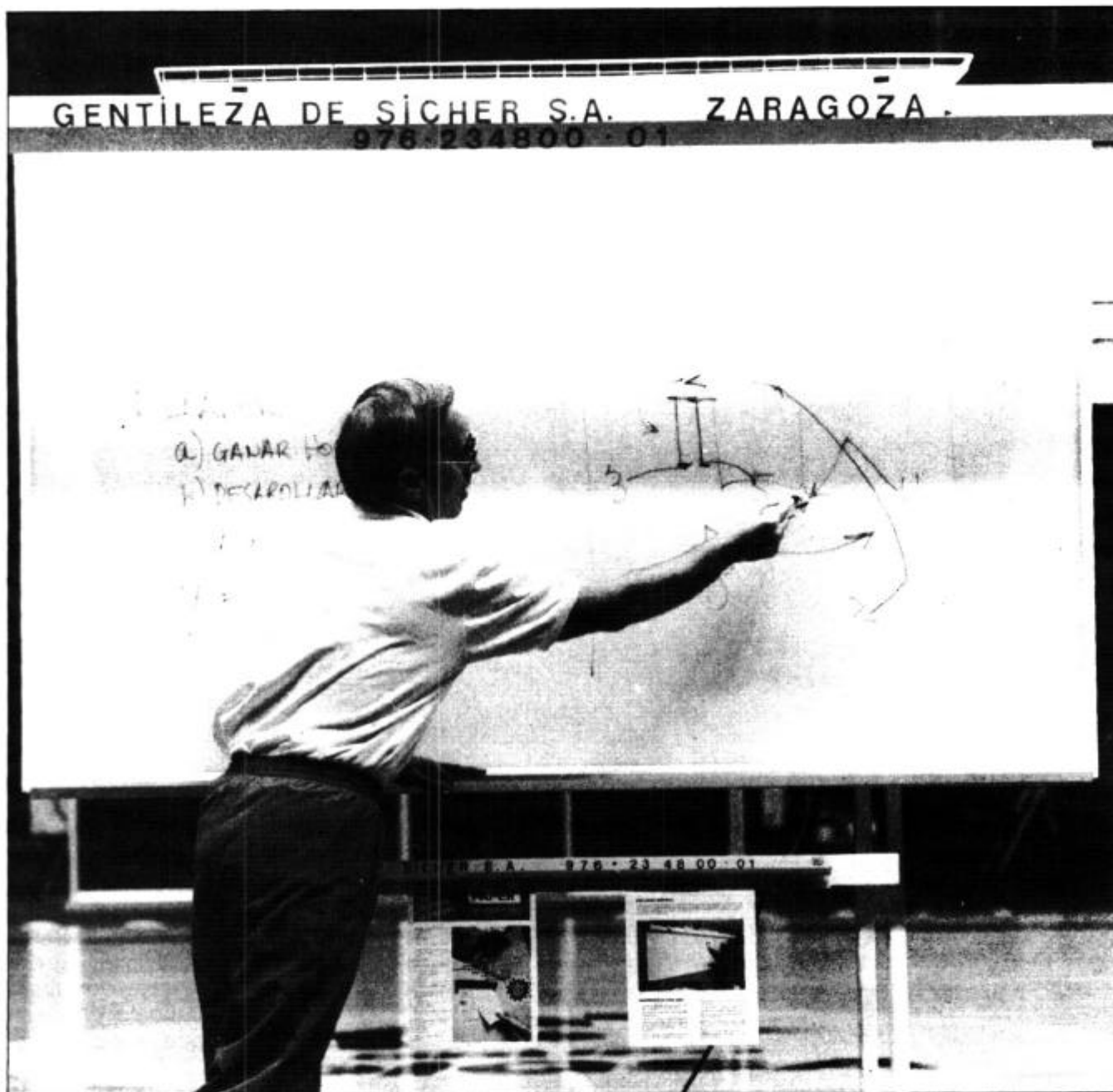
CLINIC — ¿Cómo ha madurado su filosofía?

DAN PETERSON — Todos nosotros tenemos un sentido de los valores que provienen de la familia, de los padres, de los maestros, de las escuelas, de los entrenadores que hemos tenido. Es todo una larga cadena en la que, como se dice en Italia, se pone un ladrillo encima del otro para construir una casa. Mi filosofía es un poco fruto de todo ello, y también de lo que me han enseñado los muchos errores que he cometido en mi vida. Los errores son los que te enseñan y te dan la experiencia suficiente. Hay gente que, por desgracia, nunca aprende de los errores que hacen en su vida.

CLINIC — ¿Usted como entrenador que ha aprendido de la mentalidad americana y de la europea?

DAN PETERSON — De América tengo todos los conocimientos técnicos de la metodología del trabajo, sobre todo de trabajar y organizarse mucho. Me gustaría explicar un detalle de mi evolución al respecto de la pregunta que me hacen. En mi vida hubo un período importante, determinante: fue mi estancia en Chile hace ya muchísimos años. Ahí logré mis primeras grandes satisfacciones, pero sobre todo fue una escuela de vida.

Una noche estaba cenando con el equipo, la selección chilena; tenía yo 35 años. A mi lado estaban los jugadores: Valenzuela, 35 años, Thompson, 34, Torres, 30 y alguno más y mientras los miraba me dije espontáneamente: *"no estoy entrenando chicos jóvenes sino hombres y entonces el que tiene que cambiar, que*



amoldarse soy yo, no ellos". Fue entonces cuando me di cuenta que más que un cambio de mentalidad América-Europa, era un cambio de actitud en las relaciones con los jugadores, con unos hombres como yo. Ahí comencé a adquirir esta mentalidad latina. Cuando me fui de Chile, uno de los jugadores, Jorge Ferrari, me dijo algo que quedará siempre grabado en mi cabeza: "coach ¿sabes por qué has funcionado bien con nosotros? Porque cuando hablas nunca nos has dicho: en América se hace así".

Estos episodios fueron los que me hicieron entender que nunca hay

que intentar imponer la mentalidad americana, sino intentar comprender los demás y adquirir de todos lo mejor.

CLINIC — Usted cuando se fija en algún jugador, ¿qué busca?

DAN PETERSON — De los jugadores me fijo antes que nada en su "corazón", en su carácter, en su capacidad de sufrir y superarse. Me hace gracia cuando la gente me comenta: "no se puede mirar dentro del cuerpo de un hombre, no se puede leer en su cabeza". Yo no creo que sea así, se puede muy bien hacer esto. Si alguien estudia, se fija hasta en los pequeños detalles, se dará cuen-

ta de quienes son los jugadores en los que puedes confiar siempre, en los que tienen el carácter justo, el "corazón", como le llamo yo. Cuando me enfrento a un rival difícil, a mis jugadores se lo advierto: el rival peligroso no es el que mejor juega, sino el que tiene el carácter para decidir. Es este carácter pues el que yo busco antes que nada en los jugadores; si luego tienen buen físico, buena técnica, tanto mejor.

CLINIC — ¿La gestión del grupo es la parte más importante en la dirección de un equipo?

DAN PETERSON — A alto nivel, sin duda, pero creo que también a un ni-



vel más modesto. Si nos fijamos, el entrenador de este nivel tiene más poder sobre los jugadores que uno de alto nivel, y puede gestionar mal este poder creando relaciones anormales y perjudiciales para los jugadores, sobre todo para los que empiezan. Yo creo que se debe tratar a todo el mundo igual, a un chaval como a Meneghin, por ejemplo. Al respecto puedo contar una de mis experiencias vividas en el Tracer con los entrenadores de los equipos inferiores. Con ellos tuve sólo una reunión algo "fuerte". Todo sucedió cuando un día entré en el pabellón y oí como uno de ellos gritaba a un chico. Convoqué la reunión y planteé así el tema: "si yo entro en el pabellón mañana y te oigo chillar, puedes estar seguro que es el último entrenamiento que harás porque yo a lo mejor no tendré este poder de decisión, pero iré al club y diré: este entrenador no sirve, y tu sabrás que yo lucharé para que te echen, y creo que lo conseguiré. O sea que no tienes porque gritarle. La segunda cosa que tengo que decir es que si mañana yo no

puedo entrenar y te ponen al frente del primer equipo, ¿qué harás? ¿tratarás a Meneghin como a un juvenil? Seguro que no, entonces tienes que tratar al chico como yo trato a Meneghin". La moraleja de todo esto es que hay que crear una relación normal para que un grupo funcione. Por desgracia hay muchos que no lo hacen.

CLINIC — ¿Usted que le diría a un entrenador joven, al que comienza?

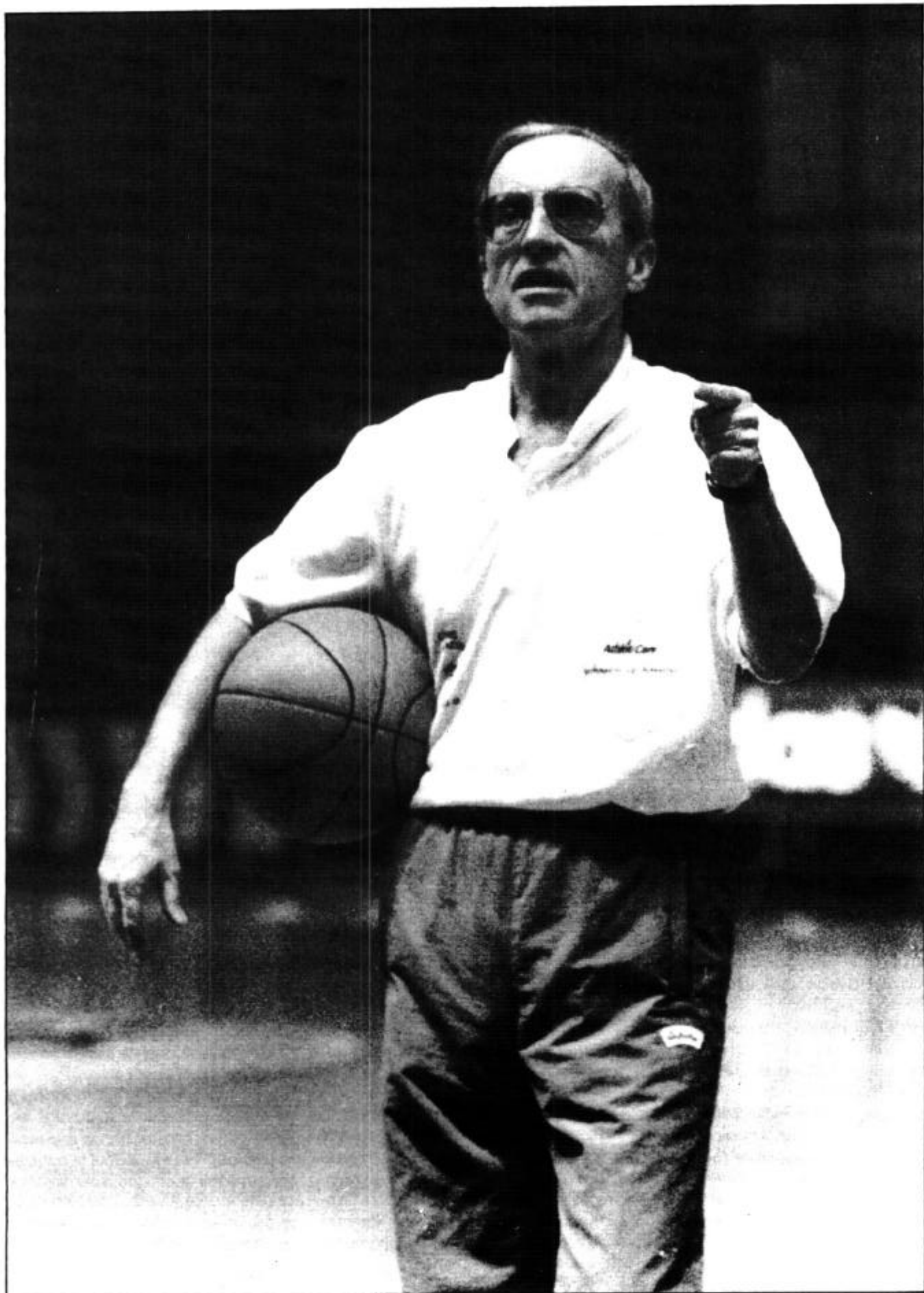
DAN PETERSON — Justamente lo que antes comentábamos. De no considerarse un fenómeno, sino de pensar en hacer las cosas bien, con entusiasmo, con energía, y establecer buenas relaciones con todos: jugadores, club, árbitros, etc. Hay que ser una persona positiva, que colabora. No hay que vanagloriarse de saberlo todo, sino tienes que ofrecer algo a tus jugadores, desarrollarte con ellos, colaborar, no ser presuntuoso.

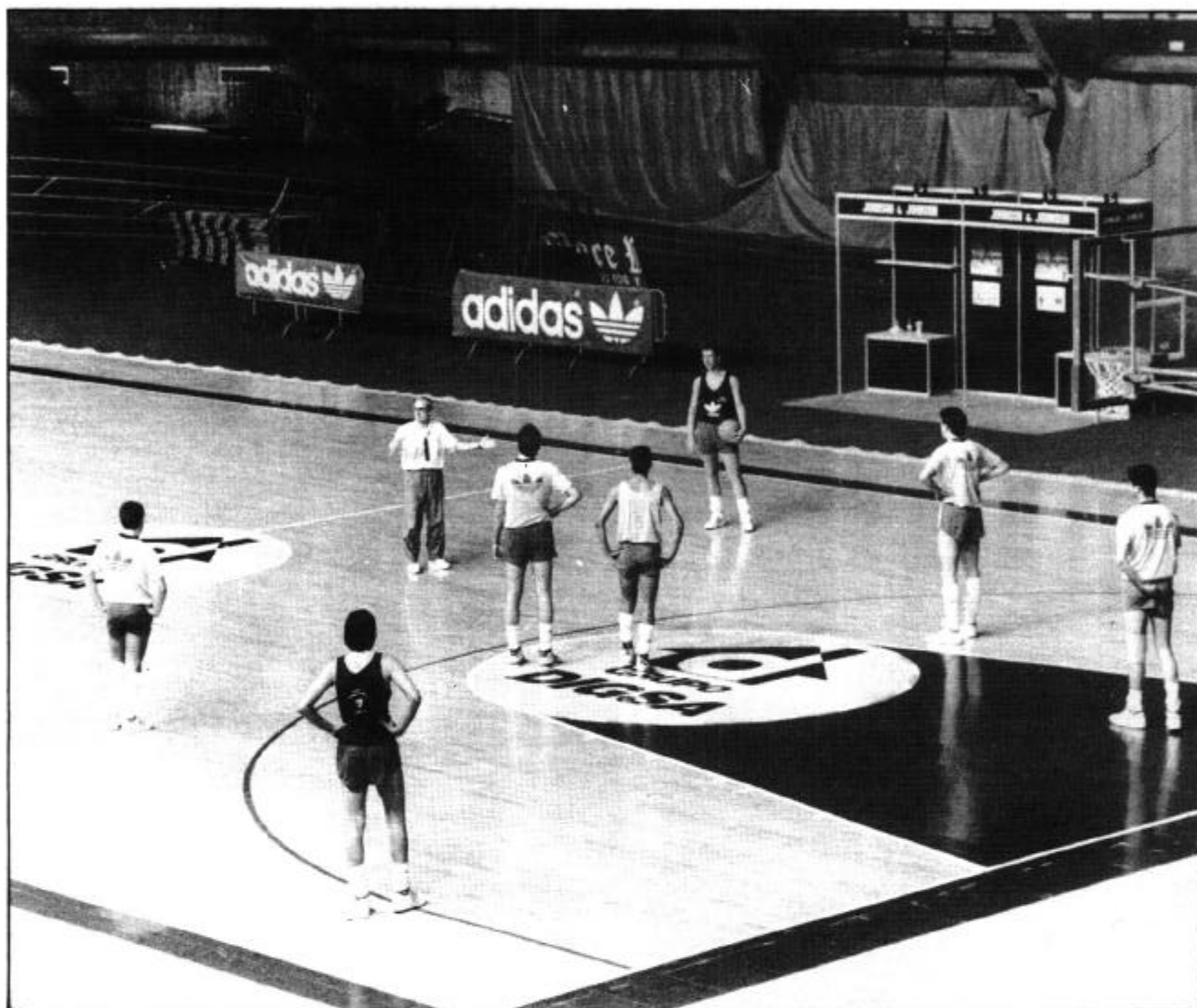
CLINIC, ¿Y al entrenador veterano?

DAN PETERSON — Intentar evitar la tentación de demostrar algo, de querer hacer ver que hace algo diferente, nuevo, revolucionario, demostrar

que él lo sabe todo de basket. Este es un error en el que caen muchos: buscar soluciones sofisticadas, complicadas, en lugar de la simplicidad. La experiencia además me ha enseñado que los que se portan así siempre tienen problemas con todos, cambian de equipo cada año, no saben relacionarse, hablan mal de todos.

El entrenador experto debe ser hábil en la gestión del grupo ya que a él se le pide más por su experiencia. Entonces en los partidos no debe hacer el fenómeno, intentar hacer una dirección provocatoria hacia el público, por ejemplo, porque el público es el que más entiende, el que razona con más lógica y puede llegar a pensar que eres tonto si a los cuatro minutos de un partido sientas a un jugador importante de tu equipo y no lo vuelves a sacar para demostrar algo que nadie entendería. Tampoco hay que quemar a los jóvenes, sacarlos en los momentos de "fuego" de un partido porque luego parece siempre que quieras justificarte diciendo que los chicos han hecho ton-





terías, cuando realmente la tontería la cometes tu que tomas esta decisión.

Hay muchos entrenadores que con 50 años cometen los mismos errores que cuando tenían 30. Esto es lo que debe evitar un entrenador experto. **CLINIC — ¿Ha cambiado tanto el basket desde que usted está en Europa, en Italia?**

DAN PETERSON — Ha cambiado absolutamente todo. Cuando vine el nivel comenzaba a ser semiprofesional, ahora todo está profesionalizado al máximo. Ha cambiado todo; la estructura organizativa a nivel FIBA y a nivel nacional, sobre todo en los países más adelantados en este aspecto: **Italia y España**. Cuando yo vine no había playoff, sólo jugaba un extranjero, se jugaban 26 partidos por temporada. Ahora se juegan 60-70 o más, hay dos extranjeros, se

juegan los playoffs, los jugadores son más experimentados. Por ejemplo, antes casi no había ex-profesionales de la NBA. Ahora todos los equipos los buscan. Antes se cobraba poco. Recuerdo que **John Fultz**, el primer americano que tuve en Bolonia, cobraba 26.000 dólares. El año pasado Bob McAdoo cobró 270.000. Todo se ha multiplicado por diez, por cien.

CLINIC — Para concluir esta charla, ¿Qué aconsejaría a los entrenadores españoles?

DAN PETERSON — España es un país privilegiado creo yo, porque en ningún otro lugar se dan tantos clinics como aquí, hay una difusión importante de las ideas, viejas y nuevas. Esto es positivo y los entrenadores deben intentar estar en todos los que pueden porque hay un reciclaje continuo de las ideas, tienes reuniones y conversaciones con otros entrenado-

res, se aprende mucho.

Me gustaría decir que de todos se aprende. No hay que encerrarse en una idea, en una mentalidad. De los americanos, como comenté en una pregunta anterior, hay que entender la organización, la metodología de la enseñanza y del entrenamiento: mucho trabajo, pocas palabras.

De los entrenadores europeos hay que captar su flexibilidad, su ductilidad, su capacidad de captar la realidad de las cosas. Yo creo que en Europa hay grandes entrenadores y de todos ellos he aprendido algo importante. Por ello, repito, no encerrarse sino abrirse al mundo. Para mí sería muy fácil decir: "no, sólo nosotros los americanos y... etc."; pero no pienso así, no es mi idea. Hay que tener los ojos y la mente abierta: América, Europa, clinics, conversaciones, diálogo, de todo y de todos se aprende.



Diagrama 7: bloqueo simple o doble. Los pivots (4) y (5) predisponen el bloqueo simple o doble para (2) que recibe el balón en un rápido cambio de lado.



Diagrama 8: bloqueos detrás (1) bota hacia (2) como si quisiera pasarle el balón. (3) corta al centro y después se abre en la esquina contraria. El pivot (4) lleva un bloqueo sobre el defensor de (3); este recibe de (1) en la esquina.



Diagrama 9: bloqueos detrás y salida. El hombre en punta (1) penetra en el lado opuesto al inicio del corte y pasa al compañero que se ha abierto lateralmente.

Diagrama 10: bloqueos en movimiento para saques de banda.



Diagrama 11: saque de banda. El pivot (4) bloquea a (2) y luego se abre para recibir el saque de banda. (2), después de cortar, hace un movimiento en "V" y bloquea detrás a (3) que corta hacia el ángulo del lado fuerte para recibir de (4).

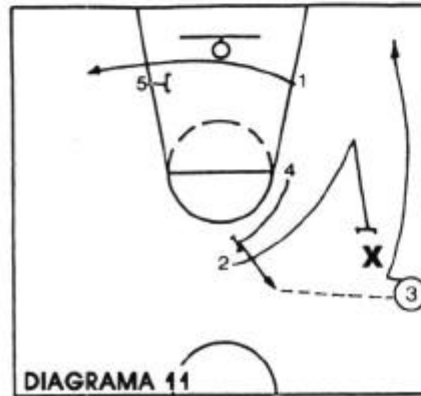


Diagrama 12: saque Yugoslavia. Un doble bloqueo de (4) y (5) permite a (2) abrirse en la parte alta del área para el tiro de tres. (1) se abre en la esquina como solución alternativa.



Contra la defensa zonal

Las opciones contra individual pueden utilizarse también contra algunas defensas zonales. Nosotros hemos tenido el máximo de éxitos con las siguientes opciones.

Diagrama 13-14: sustituciones en la li-



Diagrama 13

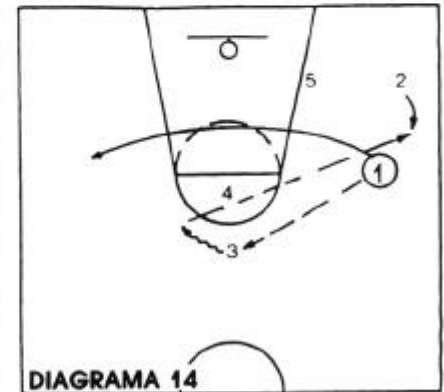


Diagrama 14

nea de fondo y en el tiro libre. **Diagrama 15:** aislar con un bloqueo. (5) bloquea al jugador de perímetro en el lado débil y (2) se desliza a la esquina. (3) sustituye o se aleja.



Diagrama 15

Diagrama 16: bloqueo en el lado débil. (1) puede pasar transversalmente al lado débil o a través de (3).



Diagrama 16

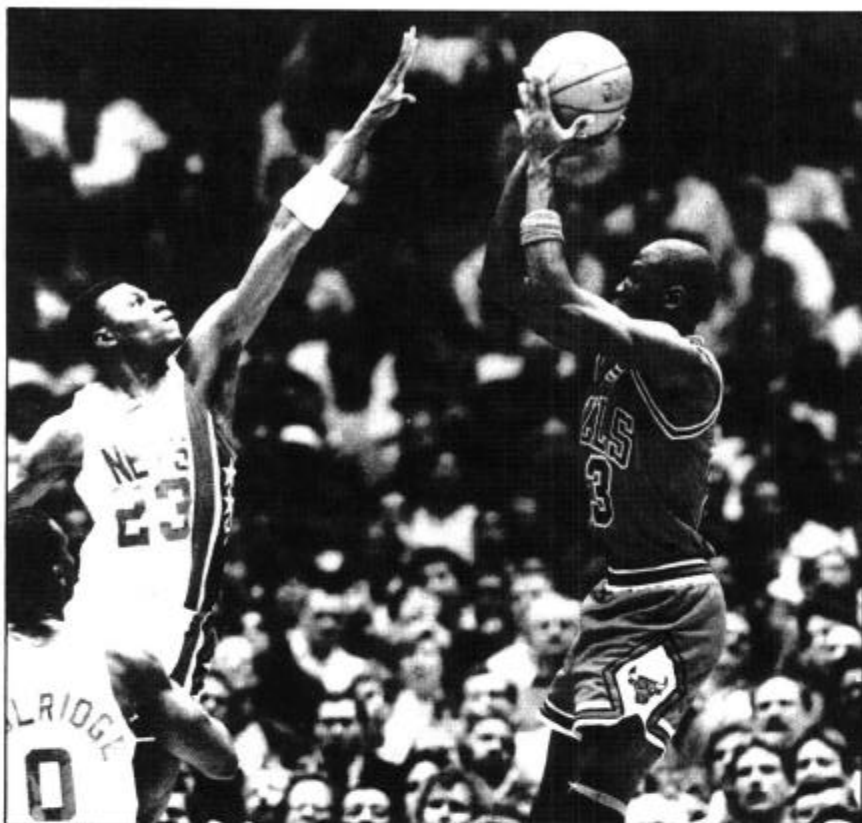


Diagrama 17: bloqueo detrás. (2) pasa transversalmente a (1) que utiliza (4) como bloqueo.

Diagrama 18: bloqueos par determinados jugadores. Si (4) es un buen tirador; podemos librarle por medio de bloqueos.

Diagrama 19: librar a (3). Este jugador utiliza los bloqueos de (2) y (4), busca el pase y el tiro.

Diagrama 20: librar los sustitutos. (1) pasa a (2) en la esquina y hace un bloqueo, al defensor que ayuda al poste alto, por delante. (3) sustituye a (1) y está listo para el tiro de tres.

CAMPAÑA DE CAPTACION DE SOCIOS

¡SOCIO!

Contribuye a engrandecer la Asociación de Entrenadores: **HAZ SOCIOS**

Por cada nuevo socio te regalaremos una prenda

adidas®

Para más detalles, dirigirse a la ASOCIACION ESPAÑOLA DE ENTRENADORES DE BALONCESTO o a las respectivas ASOCIACIONES AUTONOMICAS



Barcelona Plaza Hotel

Plaza España, 6-8
Tel. (93) 426 26 00 • Fax (93) 426 04 00
08014 • Barcelona



CENTRAL DE RESERVAS: 900/30 10 78

Osona, 4 bajos • Tel. (93) 418 48 18 • Fax (93) 418 51 57 • Télex 98718 APHO-E
Internet: <http://www.hoteles-catalonia.es> • E-MAIL: cataloni@nexus.es



Winterthur
Salud



**Cuidamos de su salud,
toda su vida**

winterthur
salud

Tan exigentes como usted