

# ELIMIC

REVISTA TECNICA DE BALONCESTO

Año VIII-Núm. 29-Abril 1995

DIFUSION GRATUITA PARA LOS SOCIOS



Jorge Juan, 82 - 28009 MADRID

Como resultado, el atleta que se hidrata con GATORADE® en sus entrenamientos y competencias puede mejorar su rendimiento y reducir el riesgo de sufrir un golpe de calor.

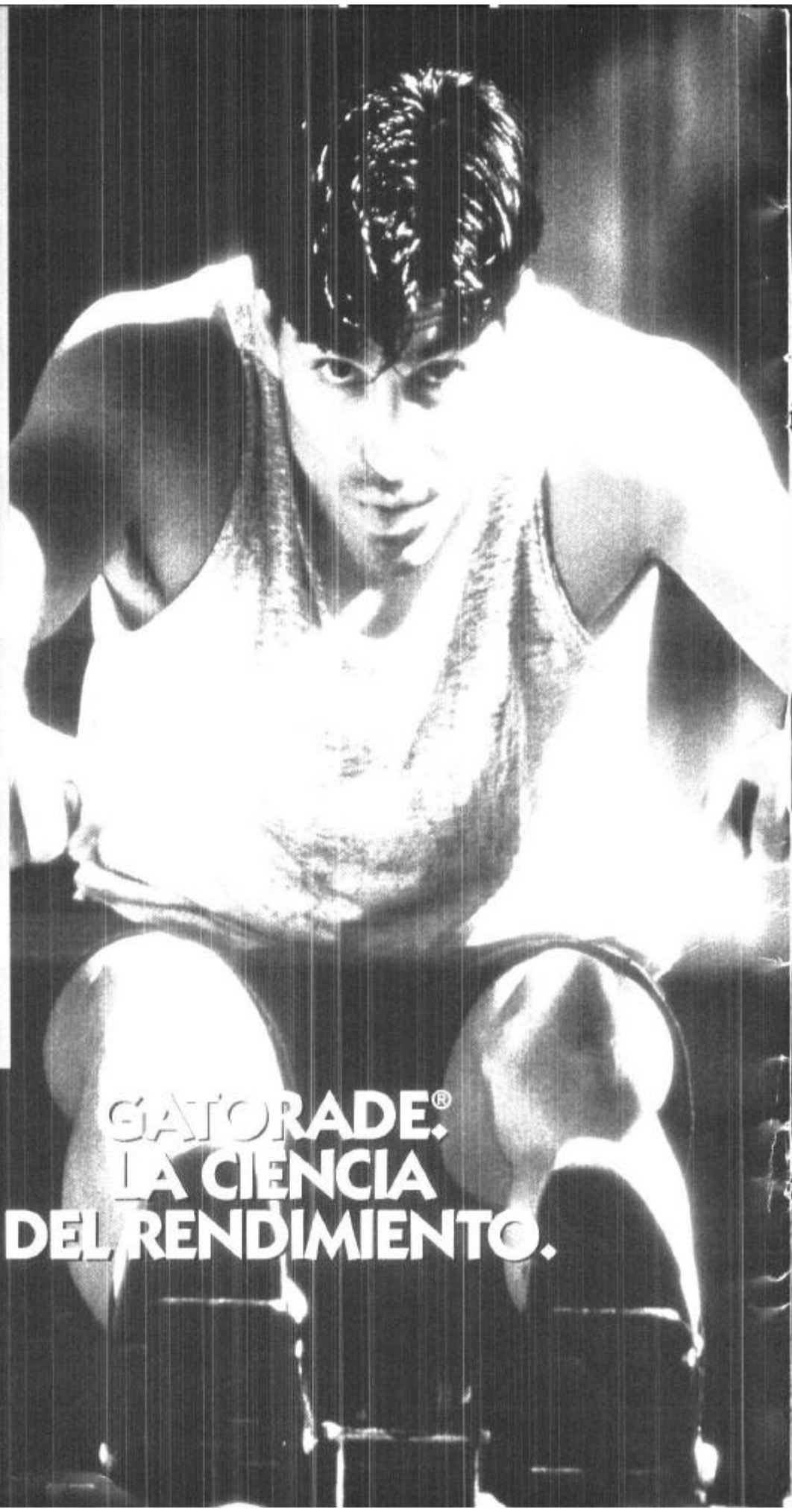
**GATORADE®** es una bebida deportiva que ayuda a rehidratarse y a recuperar la energía perdida durante el ejercicio físico. GATORADE® contiene electrolitos y azúcares que ayudan a mantener el equilibrio de líquidos y a proporcionar energía durante el ejercicio físico.

**Beneficios de GATORADE®:**

- Ayuda a rehidratarse y a recuperar la energía perdida durante el ejercicio físico.
- Contiene electrolitos y azúcares que ayudan a mantener el equilibrio de líquidos y a proporcionar energía durante el ejercicio físico.
- Reduce el riesgo de sufrir un golpe de calor.
- Mejora el rendimiento deportivo.



**Nota:** Los datos se basan en un estudio científico que comparó el rendimiento de atletas que se hidrataron con GATORADE® y aquellos que no lo hicieron.



**GATORADE®**  
**LA CIENCIA**  
**DEL RENDIMIENTO.**

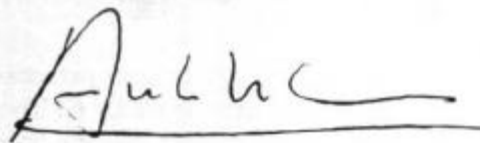
## FIELES AL COMPROMISO

**C**omo todos sabéis, coincidiendo con la pasada «Final Four» celebrada en Zaragoza, organizamos un gran clinic internacional en colaboración con la FIBA y la NBA (único clinic oficial de la NBA en Europa este año) que ha supuesto un nuevo éxito, ampliamente destacado por todo el mundo, en la larga lista de nuestra Asociación. El resultado tan positivo de este clinic, una vez más me hace sentir orgulloso de pertenecer a un colectivo que sigue demostrando que es uno de los más eficaces y, sin duda, de los más fieles al compromiso permanente con nuestro deporte. En Zaragoza, tanto por el número de asistentes como por su procedencia diversa (han asistido entrenadores de más de veinte países de Europa y América), hemos batido un nuevo récord de participación, en una actividad técnica que ha sido altamente valorada por los entrenadores asistentes y las autoridades del deporte nacional e internacional que nos honraron con su presencia en los actos de inauguración y clausura: El Secretario de Estado para el Deporte, D. Rafael Cortés Eivira, el Secretario General de la FIBA, D. Borislav Stankovic, el Presidente de la Zona Europea de la FIBA, D. Aldo Vitale, el Presidente de la Federación Española, D. Ernesto Segura de Luna y el Presidente de la ACB, D. Eduardo Portela, reconociendo públicamente el mérito de nuestra Asociación en su continuo esfuerzo por la formación de los técnicos y el desarrollo del baloncesto.

De nuevo hemos demostrado que nuestro interés por aprender y perfeccionarnos es inagotable, asistiendo periódicamente a actividades como el clinic de Zaragoza en las que recibimos lecciones del más alto nivel y dialogamos y reflexionamos con nuestros compañeros entrenadores de todas partes. Por encima de todo, nos sigue uniendo nuestra incuestionable y suficientemente demostrada pasión por el baloncesto. Y por eso, en un momento que algunos consideran crítico para nuestro deporte, los entrenadores seguimos trabajando en silencio, día a día, para ayudarle a salir adelante como siempre hemos hecho.

Gracias por pertenecer a la Asociación y contribuir y comprometerte con nuestro reto común: el avance de los entrenadores y del baloncesto.

Recibid un cordial saludo.



**ANTON M.º COMAS I COMA**  
Presidente A.E.E.B.

¿Fin de la diversión? JAVIER IMBRODA	Pág. 4
Dureza mental JOSE MARIA BUCETA	Pág. 6
Investigación y deporte A. DEL CORRAL y J. VAGUERO	Pág. 9
Oponerse para progresar JAVIER ZARAGOZA	Pág. 12
El instructor de minibasket MAURIZIO MONDONI	Pág. 16
Segundas ayudas PEDRO MARTINEZ	Pág. 20
Bloqueo entre postes RAMON BECH	Pág. 21
Saques de fondo ENTRENADORES NBA	Pág. 28
Atacando zona—press LOU CARNESECCA	Pág. 32
Rotaciones defensivas MARIO DE SISTI	Pág. 35
La transición MIGUEL DEL RIO	Pág. 39
Ejecutar, por favor JUAN CARLOS MITJANA	Pág. 44
Entrevista con Obradovic GONZALO PEREZ	Pág. 46

**Edita**  
A.E.E.B.

**Presidente**  
Anton M.º Comas i Coma

**Director**  
Francisco Miret

**Traducción**  
Neus Blanch

**Fotos**  
J.M. Arolas, M.A. Fomiés, Revista Gigantes.

**Han colaborado en este número**  
Javier Imbroda, José María Buceta, Alfonso Del Corral, Javier Vaquero, Javier Zaragoza, Maurizio Mondoni, Pedro Martínez, Ramón Bech, Lou Carnesecca, Mario De Sisti, Miguel Del Río, Juan Carlos Mitjana, Gonzalo Pérez.

**A.E.E.B.**  
Redacción y Publicidad: Jorge Juan, 82  
28009 MADRID  
Teléfonos (91) 575 35 65 - 575 21 81  
Fax (91) 577 50 73

**Distribución**  
Gratuita a todos los socios

**Producción gráfica**  
C&B

**Impresión**  
Offset Color

**Depósito legal:** M-26999-1988  
**ISSN:** 0214-2635

(c) 1995 A.E.E.B.- Reservados todos los derechos. Prohibida la reproducción total o parcial sin la autorización de la A.E.E.B.

# MARCADORES CORTOS: ¿EL FIN DE LA DIVERSION?

Por **JAVIER IMBRODA** (Entrenador Unicaja Málaga)

**P**resenciando las dos últimas «final four» (semifinales y finales), citas que han representado el «máximo» del baloncesto europeo, al margen de la satisfacción que han supuesto, tras muchos años de sequía, los títulos conseguidos para el baloncesto español del Joventut y del Real Madrid, me ha servido para revisar vídeos de principios de los ochenta. Viendo en ellos a Fernando Martín (q.e.p.d.) jugar 1c1 en el poste bajo, observas a la vez la evolución defensiva y estancamiento ofensivo que ha sufrido nuestro baloncesto. Fernando jugaba con cierta «comodidad»; hoy día es prácticamente imposible. Cada vez que juegas en el poste bajo tienes 2 ó 3 jugadores pendientes de tu movimiento: 2c1 del defensor de arriba o del que pasa, ..., teniendo las máximas dificultades para obtener opciones claras; en definitiva, tomando esta situación como ejemplo, la defensa ha ido progresando a un ritmo muy superior al ataque, entre otras cosas porque había un evidente retraso en esta faceta del juego. Por ello la capacidad de maniobrabilidad ofensiva ha disminuido y en consecuencia las posibilidades de anotar con mayor asiduidad.

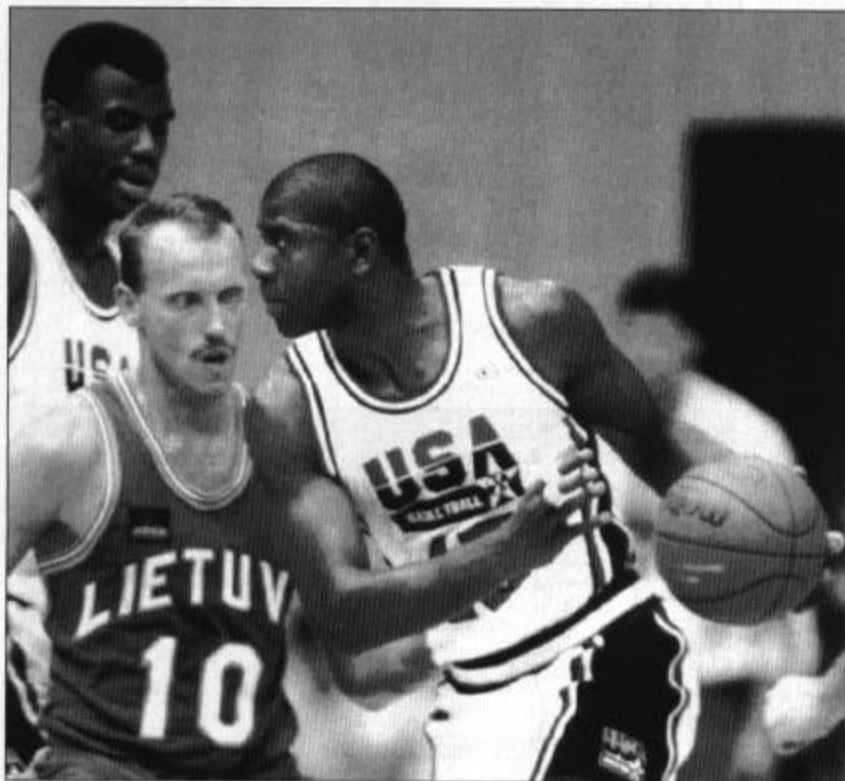
Sin embargo, si las defensas continúan en esa progresión conseguiremos que el juego ofensivo mejore de forma sustancial porque los jugadores se acostumbrarán a trabajar bajo una gran presión defensiva perfeccionándose las cualidades técnicas de ataque. Pero, esta mejora forma parte de un proceso evolutivo lento: ¿qué hacer mientras?



Las comparaciones entre la NBA con el baloncesto europeo, y en concreto con el nuestro de la ACB, empiezan a hacernos daño. Voy a tratar de explicarlo. Antes del «boom» baloncestístico nacional (temp. 83/84), para jugadores, entrenadores, público y medios de comunicación no existían otras referencias que las nuestras (europeas); sí es verdad que teníamos conocimiento de la existencia de la NBA, pero como algo muy lejano, inaccesible y desconocido; hoy tenemos más conocimien-

tos, más datos y más partidos grabados de NBA que de ACB, y no digamos los más jóvenes que conocen perfectamente a todos los equipos de la NBA mucho mejor que a los nuestros.

Muchos analistas comparan y después critican sin ningún pudor nuestro juego, cuando desgraciadamente es una situación que no es comparable; podremos estudiar y aprender cuestiones de organización, ideas y trasladarlas a nuestra realidad, pero es imposible importar



el sistema, la mentalidad y a sus atletas. Por eso nos van haciendo daño, y cada vez más, estas comparaciones. Antes veíamos a Juan Corbalán y nos parecía maravilloso su juego, como así era, pero no lo comparábamos consciente o inconsciente con Maurice Cheeks o Norm Nixon, por ejemplo, porque entre otras cosas para el gran público o para muchos de nosotros no los conocíamos demasiado. Si esta situación se diera ahora, seguramente a Juan Corbalán no le daríamos el valor que tuvo realmente, por tanto, también, sería bueno respetar nuestro baloncesto con nuestros defectos e intentar dentro de nuestras posibilidades (no olvidemos que aproximadamente 160 países forman la FIBA) poder mejorarlo. Pues bien, volviendo al tema central de mi artículo, ¿cómo podemos mejorar nuestras capacidades ofensivas sabiendo que la defensa se muestra superior? Creo que si en la NBA se han impuesto una serie de normas para favorecer el juego 1c1, con defensa legal, supresión de la defensa zonal y reducción de la posesión a 24", en nuestro

baloncesto sería factible aplicar alguna de estas normas, no todas por supuesto.

Analizando la situación, tenemos noticias de que en la NBA se están planteando alargar la posesión a 30".

¿Cuál es nuestra reacción?, intentar imitarlos, erróneamente, claro. Ellos alargan la posesión pero siguen manteniendo las otras normas que potencian el 1c1; nosotros no. No se puede hablar de defensa ilegal, no podemos suprimir la defensa de zonas, se produciría una hecatombe en el baloncesto FIBA. ¿Qué nos queda para intentar ayudar al juego ofensivo, sin que la defensa pierda su nivel y no se den marcadores 62-60?

En principio sólo se me ocurre reducir la posesión a 24", con lo cual permitiríamos más posibilidades de anotar, aunque mucho me temo que los porcentajes de tiro bajarían considerablemente debido al ritmo más rápido de juego, pero sería el único camino, en la actualidad, para el baloncesto europeo, de tener la esperanza de recuperar la diversión ofensiva. □

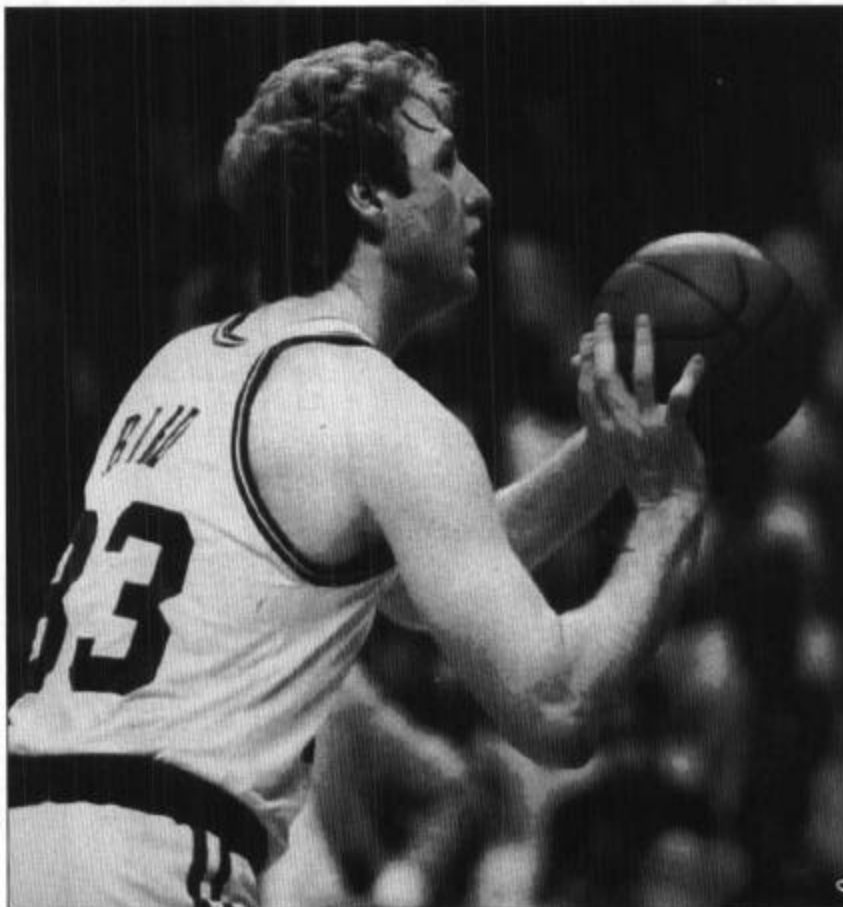


# «DUREZA MENTAL»: UN IMPORTANTE ATRIBUTO PARA TRIUNFAR EN EL BALONCESTO

Por **JOSE MARIA BUCETA** (Doctor en Psicología y Entrenador Superior)

**D**e una u otra manera los entrenadores de baloncesto nos hemos referido repetidamente a la importancia de que nuestros jugadores sean mentalmente «duros», siendo habitual que consideremos como tales a los que soportan grandes cantidades de esfuerzo, incomodidad e incluso dolor, toleran múltiples adversidades sin «venirse abajo», raramente «tiran la toalla» y/o son capaces de sacar fuerzas de «donde sea» cuando los que están alrededor se encuentran agotados o derrotados. Al contrario, los jugadores mentalmente «blandos» suelen ser los que enseguida se quejan (abierto o encubiertamente), apenas toleran el sobre esfuerzo, la incomodidad, el dolor o la frustración, «tiran la toalla» en cuanto las cosas no les salen como les gustaría, son incapaces de luchar con eficacia en condiciones adversas, se «vienen abajo» con facilidad e incluso se lesionan más veces, pudiendo ser las lesiones un instrumento útil para justificar sus fracasos y/o evitar sus responsabilidades.

La «dureza mental» es, por tanto, un importante atributo que suele tener una influencia decisiva en el rendimiento de los jugadores y del equipo. Sin embargo, a menudo se ignora o se minimiza cuando se selecciona a los componentes de un equipo de baloncesto, para después lamentarse por ello cuando los jugadores que tanto prometían por sus condiciones técnicas o físicas (pero que carecen de dureza mental) dejan al equipo «colgado» en los momentos más trascendentes de la temporada. ¿Cuán-



to tiempo y confianza hemos dedicado a jugadores de los que pueden considerarse «blandos» porque, por ejemplo, su técnica de tiro era impecable o eran muy altos, con la esperanza de que serían buenos jugadores y, sin embargo, una y otra vez, nos hemos llevado una tremenda decepción con ellos?

En el campo de la Psicología se ha considerado que la «dureza mental» puede tener fundamentalmente tres componentes: *compromiso*, *reto* y *control*. El **compromiso** impli-

ca la tendencia a involucrarse en gran medida en lo que uno hace o en lo que necesariamente tiene que afrontar, en contraposición a eludirlo total o parcialmente (el jugador «duro» tiende a comprometerse de verdad con el proyecto deportivo del equipo y con sus responsabilidades individuales, sin evitar o escapar de alguna manera de este compromiso). El **reto** hace referencia a la tendencia a considerar las situaciones problemáticas o adversas como retos o desafíos interesantes que de-



Bajo la organización de la AEEB

# CLINIC INTERNACIONAL



CONSELL INSULAR  
D'EIVISSA I FORMENTERA



GOVERN BALEAR

## Conferenciantes



LOLO SAINZ



BRIAN HILL



ZELJKO OBRADOVIC



JAVIER IMBRODA

Días 6, 7, 8 y 9

de julio

de 1995



SERGIO SCARIOLO



Para cualquier información e inscripciones dirigirse a:  
ASOCIACION ESPAÑOLA DE ENTRENADORES DE BALONCESTO



Jorge Juan, 82 - 5ª 1ª - 28009 Madrid • ☎ (91) 575 21 81-575 35 65 • Fax (91) 577 50 73

Patrocinadores:



molten





ben ser superados, en lugar de interpretarlas como situaciones gravemente amenazantes ante las que apenas se puede hacer nada, salvo evitarlas en lo posible (el jugador «duro» afronta la dificultad y la adversidad en partidos y entrenamientos como retos interesantes que intentan superar; mientras el jugador «blando» huye en lo posible de estas situaciones). Por último, el **control** implica la tendencia de percibir que uno puede controlar las dificultades y adversidades que suceden en su vida, en lugar de percibir que son éstas las que le controlan a uno (estableciéndose, aquí, una nueva diferencia entre el jugador «duro» y el jugador «blando»).

El jugador que de verdad se compromete con sus responsabilidades, acomete las situaciones difíciles y adversas como retos que deben ser superados y percibe que puede controlar estas situaciones, afrontará las múltiples demandas de partidos y entrenamientos con la «dureza men-

tal» que, tarde o temprano, suele conducir al éxito. Al contrario, el que no asume o sólo lo hace hasta cierto punto sus responsabilidades, contempla las situaciones difíciles y adversas como amenazantes e inevitables y además percibe que no tiene recursos para controlarlas, estará a merced de las circunstancias y sólo rendirá bien en situaciones poco estresantes o cuando las cosas le salgan bien desde el principio del partido.

La distinción que hemos hecho entre jugadores «duros» y «blandos», no quiere decir que se pueda etiquetar a todos los jugadores de baloncesto con atributos inamovibles. El ser más «duro» o más «blando» sólo debe indicar una tendencia, más o menos estable según los casos, que en contra de lo que muchos opinan puede ser modificada, en mayor o menor medida, mediante el trabajo apropiado. Conseguir que un jugador de los considerados «blandos» llegue a ser más «duro», implica un

plan de trabajo psicológico dirigido específicamente hacia este objetivo, y no esperar pasivamente (o dando «palos de ciego») a que el problema se corrija por sí solo. En general, se deberá hacer un trabajo muy cuidadoso que ayude a estos jugadores a comprometerse más, considerar la dificultad y la adversidad como retos en lugar de amenazas y percibir control sobre las situaciones problemáticas que les rodean, algo que requerirá potenciar progresivamente su autoconfianza en lugar de deteriorarla, cada vez más, con métodos habituales para motivarles que suelen ser inadecuados en muchos de estos casos.

El entrenador, desde su perspectiva, puede plantearles a estos jugadores dificultades progresivas que resulten alcanzables, simulando en los entrenamientos situaciones adversas parecidas a las de los partidos. También puede ponerles las cosas difíciles a estos jugadores (por ejemplo, hacer que les cueste ganarse el puesto), aunque en la medida que considere que el jugador será capaz de luchar para conseguir superar su situación adversa. En cualquier caso, será absurdo plantear dificultades que el jugador no pueda superar, bien por sus condiciones físicas o técnicas, bien por su falta de hábito de lucha contra la adversidad. Lógicamente, dependiendo de la edad y de la categoría de los jugadores, las estrategias a utilizar, y sobre todo la forma de utilizarlas, serán diferentes, debiendo tener presente el entrenador el contexto concreto en el que se encuentra.

El asesoramiento de un psicólogo especializado en casos tan delicados como éstos, puede resultar de gran ayuda para los entrenadores de baloncesto que pretenden que sus jugadores, o algunos de ellos, se hagan más «duros». Conseguir este objetivo puede suponer que muchos jugadores con un gran potencial salgan de su permanente estancamiento, mejorando notablemente sus posibilidades de rendimiento. □

# INVESTIGACION Y DEPORTE

Por los Dres. **ALFONSO DEL CORRAL** y **JAVIER VAQUERO**  
(Hospital Gregorio Marañón de Madrid. Servicios médicos del Real Madrid)

Cuando se acerca la celebración de unos juegos olímpicos, los medios de comunicación recurren a desempolvar los archivos de las hazañas olímpicas, su historia, sus anécdotas; la biografía de los héroes cuatrienales.

Para los países del occidente desarrollado, los éxitos deportivos son la prueba de su avanzada tecnología y continuo progreso, además de un importante ingreso de divisas. Para los países del bloque socialista, además de ingresos económicos, las medallas deportivas se convierten en la muestra de que no se encuentran rezagados con respecto a occidente y de que son capaces de los mayores éxitos. Los grandes acontecimientos deportivos son, para las naciones menos desarrolladas, la ocasión de señalar su existencia y de que a pesar de su retraso tecnológico y económico, poseen un potencial humano capaz de las mayores conquistas.

Por encima de estos planteamientos, el centro de toda actividad deportiva está ocupado por el propio deportista que intenta superar, día a día, sus propias marcas y llegar al máximo de sus posibilidades.

Aunque en España no ha ocupado la atención que merece, la investigación aplicada al deporte es un hecho que acompaña a los éxitos deportivos ya que evita la existencia de las figuras únicas y consigue crear un plantel de buenos deportistas en las diferentes disciplinas.

Investigar en el deporte constituye una actividad eminentemente interdisciplinar, que nadie puede llevar por sí sólo. La medicina deportiva, la fisiología, la bioquímica, la anatomía, la quinesiología, la biomecánica



ca y la psicología constituyen algunas de las áreas más interesantes. La biomecánica, entendida como la ciencia que aplica métodos ingenieriles en las ciencias biológicas, ha aportado con sus técnicas datos de gran importancia para el desarrollo de nuevas marcas deportivas. La biomecánica del aparato locomotor es un ejemplo de la necesidad de apoyo mutuo entre científicos de diferentes disciplinas con un objetivo común.

Un buen ejemplo de los programas de estudio e investigación deportiva lo constituye el presentado por el Comité Olímpico norteamericano, donde se traza como objetivo general prioritario la determinación de técnicas adecuadas y óptimas para ejecutar los movimientos deportivos, a partir de lo cual se investigarán las sollicitaciones corporales durante el ejercicio que permitirá a su vez diseñar nuevos equipos deportivos. Esta línea de trabajo general queda concretada en muchos aspectos puntuales dentro de las más diversas disciplinas, siendo muchos los centros encargados de

efectuar estos estudios a medio plazo.

La investigación aplicada al deporte debe estar muy bien planificada, sabiendo que el científico no puede hacer milagros, siendo necesaria la estrecha relación entre el deportista, el entrenador y el investigador, existiendo, como señala Hoffman, en el conocimiento deportivo tres niveles bien diferenciados: la observación, la evaluación y el diagnóstico.

Una de las formas más utilizadas hoy en día, es estudiar a los mejores y transportar estos resultados a deportistas de nivel medio o principiantes. Así, el equipo de trabajo dirigido por Dillman, analizando jugadores de hockey hielo profesionales, pudo mejorar en jugadores aficionados la velocidad de lanzamiento variando únicamente la posición del miembro inferior. Más evidente fue la publicación de un trabajo de Hatze, quien empleando un sistema total de optimización de movimientos humanos en un saltador de longitud, que tenía como mejor marca personal de 6.96, observó que en su salto, el atleta, producía una extensión insuficiente en el momento del despegue.

Después de entrenar y mejorar este defecto durante tres semanas consiguió unos saltos medios de 7.12 metros. Es cierto que no siempre se ha conseguido buenos resultados con estos estudios.

La investigación deportiva no produce genios pero mejora la calidad de los atletas, contribuyendo a conocer mejor los movimientos humanos y los materiales utilizados, lo que en un corto espacio de tiempo debe llevar, también a una mejor calidad de vida. □



# CAMPAÑA *de* CAPTACIÓN *de* SOCIOS

Nuestra Asociación de Entrenadores es la  
más importante del Basket FIBA

## ¡QUIERES QUE SEA AUN MAS IMPORTANTE!

Contribuye a engrandecer la Asociación de Entrenadores: **HAZ SOCIOS**, para que podamos realizar más cosas que ayuden a todos los entrenadores.

Para más detalles en esta campaña de captación de socios, dirígete a la Asociación Española de Entrenadores de Baloncesto o a las respectivas Asociaciones Autonómicas.

Por cada nuevo socio te regalaremos una prenda CONVERSE.

 **CONVERSE**



# VIDEO



# CLINIC "FINAL FOUR '95" ZARAGOZA



*Zaragoza, 11 al 13 de Abril de 1995*

## Conferenciantes

**HUBIE BROWN    ETTORE MESSINA**  
**ALFRED JULBE    RANDY PFUND**

### Temas de:

Ataque contra individual (**Brown**); Jugadas de fondo y banda (**Brown**); Situaciones de ataque rápido (**Julbe**); Principios de ataque contra zona (**Messina**); Técnica y táctica de la defensa individual: principios y ejercicios (**Messina**); Contraataque secundario: transición (**Pfund**); Trabajo de los hombres altos en ataque: técnica y táctica (**Pfund**).

**Precio:** 4.000 Pts. + gastos de envío.

**Pedidos contra reembolso a la AEEB**

Jorge Juan, 82 - 5ª 1ª • 28009 Madrid

☎ (91) 575 21 81-575 35 65 • Fax (91) 577 50 73

Patrocinan:



molten



FINAL FOUR

ZARAGOZA

95



# OPONERSE PARA PROGRESAR

Por **JAVIER ZARAGOZA** (Entrenador ayudante Somontano Huesca)

**E**n estos últimos tiempos se está planteando una serie de preguntas relacionadas con el proceso de formación del jugador de baloncesto en las categorías de base. Se ha comentado en diversas reuniones (con motivo del All Star sub-23, Madrid, 2-3 Enero), y han aparecido en diferentes medios de comunicación, respuestas, referidas tanto a aspectos formativos como organizativos..., que pretendían focalizar los problemas de la intervención pedagógica en el baloncesto durante los primeros momentos.

Aprovechando el interés que el tema ha suscitado, me gustaría, en éste artículo, reseñar y potenciar el **marcaje individual en todo el campo** como medio pedagógico fundamental en las primeras etapas de la formación.

El objetivo de éste artículo es defender el marcaje individual en todo el campo como estrategia pedagógica esencial en los primeros años de formación. Esta estrategia pedagógica, por supuesto, está enmarcada dentro de un planteamiento fenómeno-estructural que contempla las relaciones de oposición como base fundamental para la adquisición de la estrategia motriz. Además, dicha estrategia quiere enfatizar el desarrollo de las diferentes intenciones tácticas, tanto de defensa como de ataque, para lo cual es imprescindible que exista en el planteamiento global de la enseñanza del baloncesto una confrontación de intereses y objetivos para los atacantes y para los defensores. Esto nos va a permitir desarrollar **la capacidad de percepción y decisión** que debe de ser el objetivo general de los primeros pasos en la intervención pedagógica en el baloncesto.

Todo planteamiento educativo de enseñanza debe de contestar a una pregunta: ¿Qué tipo de baloncesto queremos enseñar?

Si la respuesta engloba términos como: espectáculo, invención, espontaneidad, iniciativa, creatividad, continuidad..., concluiríamos diciendo que la enseñanza tradicional no es la más adecuada para crear jugadores inteligentes, que son los que pueden desarrollar este baloncesto que deseamos. Para generar un juego creativo ..., deberemos considerar como punto inicial de partida que el baloncesto, como deporte colectivo, no implica en exclusividad a los mecanismos de ejecución, sino que antes de éstos, el jugador deberá recoger y seleccionar un conjunto de informaciones del entorno a partir de las cuales seleccionará una respuesta que posteriormente pondrá en práctica. Nuestro planteamiento educativo no podrá fundamentarse a partir de la exclusividad del trabajo de la técnica, sino que deberá centrarse fundamentalmente en el desarrollo de las **INTENCIONES**.

Por consiguiente, el concepto de **TACTICA INDIVIDUAL** que nos define y concuerda perfectamente con la idea de intencionalidad, ha de ser el aspecto referencial básico para estructurar una pedagogía de intervención en el baloncesto. Desde ésta perspectiva, sí que podemos formar jugadores inteligentes, dotados de experiencias y recursos suficientes, para solucionar las diferentes situaciones/problema que el juego del baloncesto genera.

Dentro de esta filosofía de intervención, comentada de forma muy escueta, es necesario que los jugadores puedan aplicar las situaciones pedagógicas, desarrolladas en la

clase-entrenamiento, a situaciones reales de juego o de partido. En la mayoría de casos, ya en las primeras etapas, se le ofrecen a los jugadores modelos de juego con una organización adulta, donde existe una rígida estandarización, tanto del ataque como de la defensa, pero que de ningún modo posibilitan poner de manifiesto las capacidades de percepción y decisión. Organizando situaciones jugadas, partidos, participando en competiciones, donde la organización de las situaciones de juego se concentra alrededor de la zona, en exclusividad, (se ataca y defiende alrededor de la zona de 3 segundos), no se está desarrollando profusamente las facultades perceptivas. El enfrentamiento, la oposición continuada, permitirá al jugador adquirir, tanto en defensa como en ataque, capacidades perceptivas de un nivel superior a las que se adquieren cuando la oposición sólo es esporádica.

Por ello, en este artículo, pretendo defender el marcaje individual en todo el campo como el medio pedagógico más importante en las primeras etapas de formación.

Pero, ¿qué ventajas pedagógicas representa la utilización del marcaje individual en todo el campo?

Las ventajas fundamentales son:

1) Representa un factor de progresión importante, ya que aumenta la dificultad para el ataque y la defensa. El marcaje individual presenta unas condiciones de aprendizaje, caracterizadas por entornos variables, que obligan al jugador en primer lugar a **intervenir de forma global**. Esta estrategia metodológica pretende crear una serie de actitudes, y para ello lo mejor es que el jugador tenga que soportar inconscientemente,



durante el ejercicio, una serie de dificultades que deberá resolver. Nunca serán las explicaciones y descripciones hechas por el entrenador, el medio más eficaz para conseguir resultados.

2) Conduce a un juego en dos dimensiones: **amplitud y profundidad**, frente al juego alrededor de la zona, que se desarrolla en una sola dimensión: *amplitud*.

El aumento del espacio de juego representará:

a) Aumento de la exigencia física en general, tanto para atacantes como para defensores, lo que favorecerá el desarrollo integrado de todas las capacidades que intervienen en el entrenamiento: físicas, técnicas, tácticas, psicológicas.

b) Aumenta, en cantidad y calidad, las diferentes situaciones/pro-

blema a las que se enfrenta el jugador.

c) Necesidad de crear un dominio creciente del campo visual; aumenta la importancia de la visión periférica.

d) El juego en grandes espacios incentivará e invitará a que todos los jugadores vayan hacia el objetivo, meter canasta.

3) Mejorará la calidad de la percepción de la visión periférica, y una aptitud hacia la orientación correcta del eje visual.

4) Favorecerá la utilización de los elementos técnicos con una intencionalidad táctica: disuadirá al jugador de botar largas distancias sin ser inquietado, es decir, sin estar obligado a dominar su campo visual. El marcaje en todo el campo obligará al atacante a utilizar el bote..., con

una intención, e incluso reducirá la utilización del mismo, defecto muy frecuente sobre todo en la iniciación.

5) El marcaje individual potenciará la responsabilidad individual, que será la base para la construcción posterior del juego colectivo.

6) Fomentará la adquisición del sentido de la continuidad en el juego. Fomentará el cambio continuo de rol, a la vez que relacionaremos cada rol con sus objetivos, para que estos se conviertan en acciones inconscientes. Es importante imponer a nivel inconsciente la necesidad de variar las funciones en relación al rol desempeñado en cada momento.

7) Rompe la tentación a la especialización precoz, ya que obliga a atacar y defender en cualquier sitio.

8) El marcaje individual ayudará a desarrollar los automatismos tácticos

de base. El espacio profundo de juego generará la utilización de elementos tácticos elementales que posteriormente serán la base del juego colectivo, como el *pasa y va...*

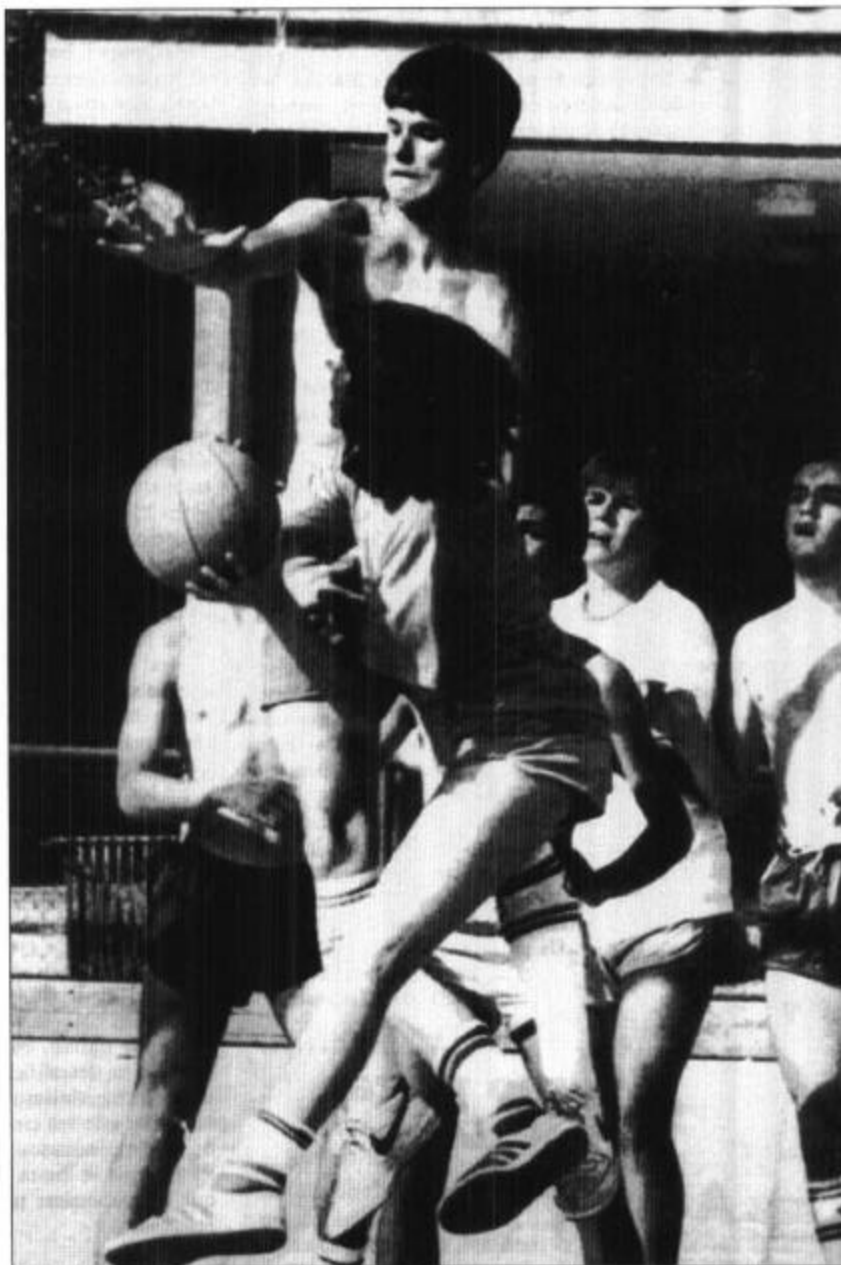
9) Obligar a los jugadores a estar siempre alerta, desarrollando un estado de disponibilidad y atención que posteriormente contribuirá a la construcción colectiva del juego. El grado de disponibilidad neuro-física, el grado de exigencia en cuanto a receptividad, jugarán un papel más determinante que en el juego alrededor de la zona. Si sometemos a un marcaje individual en todo el campo, el chaval necesitará recoger información continua, mientras que si esperamos en la zona, donde los defensores no salen de ella hasta que los atacantes se muestran peligrosos, el grado de atención requerido será de menor calidad.

Además, y concretamente para el ataque, el marcaje individual en todo el campo proporcionará innumerables ventajas, como por ejemplo:

10) El uso de la totalidad del espacio favorecerá el movimiento de los jugadores sin balón, hasta convertirse en hábito. Por consiguiente, se incentivará la intención del desmarque. En el desmarque, la manipulación de la orientación visual del adversario juega un papel capital. Para ello, deberemos crear los automatismos tácticos adecuados en lugar de hacer intervenir la percepción consciente, debido a que el juego exige respuestas en un breve espacio de tiempo, resultado de la intervención de la vía refleja, con el objetivo de liberar al cerebro para que actúe ante otras situaciones.

El marcaje individual en todo el campo obligará al jugador de ataque a tener en su campo de visión a su oponente, al balón, para comenzar su tentativa de desmarque en el momento adecuado y, por otro lado, deberá situarse en una dirección que le haga entrar en el campo visual del portador del balón.

11) Privilegiará el *pase* hacia de-



lante desde el principio del aprendizaje, lo que constituirá más adelante un arma táctica: el contraataque.

Todo entrenador en las categorías superiores valora el saber jugar con profundidad, lo cual no es posible si uno no tiene la capacidad de conservar su eje visual, en dirección a la canasta, para percibir todas las informaciones, lo cual no se aprende si los niños están jugando alrededor de la zona, utilizando los pases laterales fundamentalmente.

12) Favorecerá la idea del *desbordamiento*, al contrario que la de-

fensa alrededor de la zona, ya que la misma concentración de gente hace fracasar las tentativas. Este marcaje individual refuerza la intención del desbordamiento, de la progresión con y sin balón hacia el objetivo...

Exigirá al niño que, poco a poco, empiece a dominar la distancia de combate con respecto a su defensor, y al defensor con respecto a su atacante, para en función de ésta, aplicar las diferentes intencionalidades tácticas del ataque o de la defensa: desbordamiento, progresión, acoso, interceptación... □



# *i Deportes en USA!*

**CENTER FOR CULTURAL  
INTERCHANGE**

**&**

**CLIFFORD LUYK**

*10 años  
de exitos*

*Simply  
the best.*

**Basket en Boston**

**Fútbol por Equipos en Florida**

**Golf, Tenis e Hípica en Tampa**

**Campamentos de Deportes en :**

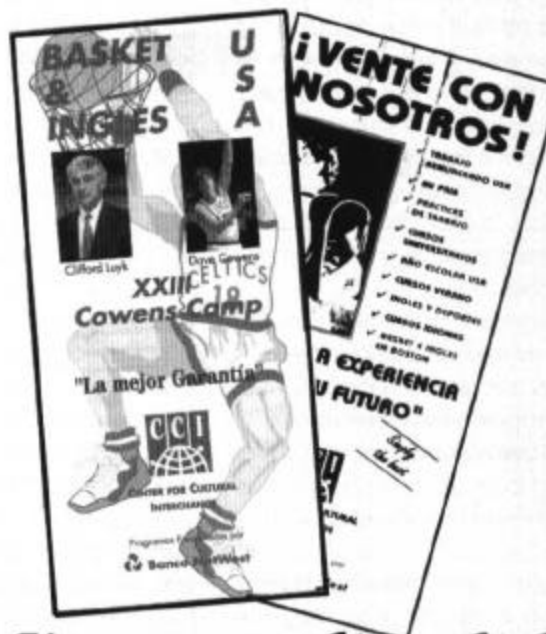
**Canadá Suiza Inglaterra**

**Austria Francia Alemania**

**INFORMATE**

**C.C.I.**

Serrano, 114  
28006 Madrid  
Telf. 564 01 62  
Fax. 561 51 16



# EL INSTRUCTOR/EDUCADOR DE MINIBASKET: EL ARTE DE SER LIDER

Por **MAURIZIO MONDONI** (Entrenador del Comité Internacional Minibasket)

¿Quién es el instructor de minibasket? ¿Cuáles son sus deberes?. ¿Cómo debe portarse en el gimnasio con los niños de 6 a 10 años?. ¿Cuál debe ser su actitud en los partidos?.

Todas éstas son preguntas muy importantes a las que hemos intentado responder de la forma más completa posible, teniendo en cuenta nuestra experiencia en contacto con niños/as en edad de minibasket, sea como instructor de minibasket que como responsable técnico de los instructores de la Federación Italiana -sector minibasket-, entrenador nacional y profesor de educación física.

*«Un instructor de minibasket debe ser lo que puede ser y debe llegar hasta donde es capaz de llegar».*

Enseñar es muy importante, educar es fundamental; **enseñar educando** es muy difícil y requiere una madurez tal que no se adquiere en poco tiempo y leyendo un libro de técnica de baloncesto o participando a una clase de minibasket, sino que se logra a través de la experiencia, la tenacidad, los errores, la autocrítica, la confrontación con los demás, las ganas de hacer las cosas bien hechas.

El individuo psicológicamente maduro es el que es capaz de educar y de trabajar contemporáneamente; trabajar con los niños es interesante, pero a la vez no es fácil; es entonces cuando toma gran importancia la relación entre el instructor y el niño.

Trabajar como instructor de minibasket no es sencillo y se convierte en complicado cuando nosotros

mismos complicamos la situación no interpretando de la mejor forma la función que tenemos.

Un entrenador que se acerca al minibasket está seguramente influenciando por sus propias experiencias. Si antes ha sido un calculador, su prerrogativa esencial será la de buscar dentro de sí mismo lo mejor; si ha sido un emotivo, se sentirá un líder carismático; si es un introvertido tendrá seguramente problemas al inicio con el grupo de niños; si es un inseguro, transmitirá ansiedad a los niños.

Si como jugador tuvo entrenadores autoritarios será al principio autoritario; mientras si su entrenador era «democrático», será flexible en el gimnasio, entenderá a los niños y se acomodará a sus necesidades y a sus motivaciones.

Será, con toda seguridad, el contacto continuo con los niños lo que mejorará la relación; también el entrenador necesita adquirir seguridad y autoconfianza.

Es importante que el instructor no mire superficialmente a los niños en el gimnasio, sino que observe como se mueven, como juegan, como se relacionan entre ellos.

El juego es el trabajo del niño y se adquiere gradualmente: es una forma de crecer, es un potente medio de educación y ofrece al instructor la posibilidad de conocer de una forma bastante rápida a los niños.

El grupo de niños debe ser considerado una entidad humana y no sólo una unidad técnica, y el instructor debe considerarse ante todo una «persona» y sucesivamente un técni-

co: ¡nunca el tecnicismo debe superar a la persona!

El instructor de minibasket no puede y no debe considerar a los niños como unos autómatas que deben aprender enseñada y a la perfección los fundamentos del basket, sino que deben intentar prestar, de una forma progresiva, todos los medios para que puedan conocerse (conocimiento de los movimientos del cuerpo sea de parado que en movimiento en relación al espacio y al tiempo para utilizar el instrumento balón, saber colaborar con los compañeros de juego, conocer el reglamento de juego) y en consecuencia, jugar mejor.

Es importante educar y desarrollar los esquemas motrices de base (caminar, correr, saltar, lanzar, recibir, etc.) y transformarlos progresivamente en habilidades motoras (fundamentos baloncestísticos), educando y desarrollando las capacidades motoras (condicionales, coordinativas y de movilidad articular).

El trabajo del instructor tendrá como objetivo la construcción progresiva de los fundamentos técnicos, enseñándolos antes como juego y posteriormente a través de ejercicios didácticos. En una fase sucesiva aportará las ideas/partido (de ataque y de defensa), educando a la vez la rivalidad entendida como una confrontación leal con los demás.

La función básica del minibasket no es la de crear campeones de basket en los períodos que van de los 6 a los 10 años, sino es, sobre todo, la de ofrecer a todos la posibilidad de realizar una canasta y de crear una co-



recta cultura motriz y deportiva, dando a todos la posibilidad de poder jugar a minibasket sin el «tormento» de ser abandonados por que no son capaces.

*El niño de minibasket debe ser el «sujeto» de la lección y no el objeto del instructor, por lo cual es más importante proponer situaciones/problema a resolver, que dar soluciones para recordar.*

Es fundamental que el instructor programe su trabajo (programa anual, mensual, semanal, entreno por entreno), fije los objetivos a lograr (a corto, medio y largo plazo) y verifique de forma periódica su validez mediante test generales y especiales.

*El objetivo a perseguir a la edad de 6-7 años es el de aprender a jugar 3c3 de forma libre, natural; con 8-9 años, jugar 5c5 de forma libre; con 10 años, jugar 5c5 de una forma algo más organizativa.*

El instructor debe estar a disposición de todos los niños, no debe conceder privilegios a los mejores, a los con más talento; no debe exasperar la técnica de los gestos y de los movimientos (pero sí debe conocer a la perfección los fundamentos); no debe especializar los roles a los puestos de juego y debe crear niños que piensen, creativos, que sepan escoger, durante el juego, lo que deben hacer (botar, pasar, tirar, etc.) en aquella particular situación.

Los niños vienen al gimnasio para divertirse, para «crecer jugando», para adquirir seguridad en sí mismos, para motivarse, para mejorarse, y por ello las clases de minibasket deben ser divertidas, interesantes, distintas y «vivas».

El entrenador debe ganarse a los niños y aceptarlos por como son; debe ser paciente y respetuoso de los distintos ritmos de aprendizaje; no debe nunca poner en tensión a los

niños, no debe estresarlos con correcciones inútiles y aburridas; debe siempre controlar su lenguaje, los gestos, su forma de vestir, debe ser siempre puntual a las clases y pretender la puntualidad como forma de educación del comportamiento.

Debe poner, en un orden de prioridades, en segundo término la importancia de la victoria a la fuerza, con respecto a la importancia de enseñar a los niños una cantidad de conocimientos motores y deportivos multilaterales y polivalentes, *dado que no es lógico, a estas edades, anteponer el concepto de victoria al concepto de formación.* No es útil, ni pedagógicamente correcto, utilizar un grupo de niños para satisfacer la propia personalidad vencedora, ya que la función del instructor es la de poner toda su «sapiencia» al servicio de la personalidad de los niños, para hacerles «crecer».

El instructor no debe portarse como un gran entrenador, un «coach», no debe hacer jugar a los niños con esquemas rígidos de juego, sino que debe aportarles ideas de juego muy simples para que puedan jugar cada vez mejor.

Hacer jugar a los niños con esquemas rígidos significa pedirles que interpreten algo para lo cual no están preparados, significa limitar su capacidad de elección, significa obligarles a intentar soluciones que a la primera dificultad fracasaran. En cualquier actividad humana, *antes de realizar es importante entender*, y por ello es equivocado pretender antes de tiempo gestos y movimientos sin estar seguros que los niños puedan efectuarlos.

Es evidente que *si aceptamos esta idea de enseñar el minibasket sin separar el juego de los gestos*, conseguiremos que los niños jueguen enseguida, y habiendo emprendido el camino de la utilización de su inteligencia, estimulando a la vez su creatividad y fantasía notoria, los habremos introducido en un minibasket simple y abundante de calidades propedéuticas.

El niño debe llegar al baloncesto por sí mismo, después de haber recorrido todas las etapas anteriores:

✓ multilateralidad y juegos con el balón.

✓ polivalencia.

✓ juego/deporte minibasket.

✓ paso de minibasket a basket.

«Si un instructor aporta de verdad el máximo, tendrá éxito aun si no gana enseñada». Lo más importante es creer en sí mismos, trabajar con humildad, creer en la excelencia del propio trabajo, amar a los niños, ser un modelo de equilibrio, de coherencia, de cultura, de autoridad, de creatividad, de claridad, de imparcialidad, de paciencia y de sinceridad.

El instructor de minibasket debe tener sentido común, debe saber controlarse en cada situación, debe hablar con los padres de los niños, debe conocer válidas y correctas metodologías de enseñanza en relación a las distintas edades de los niños, debe poseer cultura no sólo cestística, debe transmitir amor.

Proponemos, pues, un nuevo minibasket, gratificador, que sea menos técnico, abramos la base de participantes, busquemos que «todos prueben la emoción de realizar, por lo menos una vez, una canasta».

Lo importante es no perder a nadie por el camino y mucho menos seleccionar a niños en edades muy tempranas; el baloncesto, para crecer, no sólo necesita de los grandes campeones, sino también de campeones a distintos niveles, de instructores, de entrenadores, de dirigentes y de un público inteligente.

Estas directrices y estas metodologías de enseñanza van en la dirección correcta respecto a las exigencias de la sociedad actual, y aportan un concepto más general de las personas y de sus derechos. Este tipo de trabajo podrá, a medio y largo plazo, producir una mayor difusión del nivel cualitativo del deporte en general y del baloncesto en particular.

Podemos tener la tentación de pensar, después de esta larga re-



flexión, que el minibasket posee una potencia taumatúrgica capaz de resolver cualquier problema de orden psicológico, metodológico y técnico, pero como cualquier actividad humana tiene sus límites.

El minibasket es bonito y feo, agradable y aburrido, fácil o difícil, en la medida en que el instructor sabrá enseñarlo.

Pleno, llegado a este punto, que puedo afirmar con toda tranquilidad que me encuentro cómodo cuando, como instructor/educador, intento empujar a los instructores de minibasket a ser competentes y profesionales en sus enseñanzas, y continuaré encontrándome cómodo hasta que esté convencido que el minibasket es un juego verdadero y organizado, que ayuda a los niños a salir del pro-

prio egocentrismo, que es un fuerte medio de educación, que es comunicación visual, intuitiva, gestual, mímica y participativa. Mi profesión me permite en muchas ocasiones observar el comportamiento de los niños mientras juegan, de los instructores mientras enseñan o cuando están en el banco durante un partido y... podría explicar muchas anécdotas para justificar «mi pasión particular por el minibasket».

Pero no creo que hace falta explicar propias experiencias; será suficiente que cada uno de nosotros abra bien los ojos cuando se encuentre en un gimnasio y se de cuenta de cuanto sea importante el balón, la diversión, la alegría, y la sonrisa: únicamente de esta forma el minibasket cambiará y mejorará. □

Universidad Nacional de Educación a Distancia

# TÍTULOS DE MASTER Y ESPECIALISTA UNIVERSITARIO EN PSICOLOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL DEPORTE

1ª Promoción: Diciembre, 1995 - Septiembre, 1997  
(Estudios a Distancia)

Director: José María Buceta

## Destinatarios:

Podrán optar a cursar los estudios de **MASTER UNIVERSITARIO** personas que, como mínimo, posean un título de licenciado universitario; fundamentalmente: licenciados en Psicología, Educación Física, Medicina, Pedagogía o *entrenadores deportivos con alguna licenciatura*. Podrán optar a los estudios de **ESPECIALISTA UNIVERSITARIO**, todos los que, como mínimo, posean un título de *diplomado universitario*, sobre todo: maestros con la especialidad de Educación Física, Fisioterapeutas y *entrenadores deportivos con alguna diplomatura*. □

## Información:

Las solicitudes deben presentarse a partir del 15 de Septiembre y hasta el 31 de Octubre en la siguiente dirección:

FUNDACION UNIVERSIDAD - EMPRESA  
C/ Serrano Jover nº 5  
28015 Madrid  
Teléfono: (91) 541 71 32 / 541 72 65;  
Fax (91) 541 72 94.

Hasta entonces, se puede solicitar por correo una información más detallada en la siguiente dirección:

Dra. Carmen Pérez-Llantoda  
Facultad de Psicología  
Universidad Nacional de Educación a Distancia  
Apto. 60.148.  
28080 Madrid.

## Metodología:

Estos estudios se realizan mayoritariamente a distancia, aunque con un número de sesiones presenciales en la sede central de la Universidad en Madrid que se agrupan en tres o cuatro bloques a lo largo de cada curso. El trabajo a distancia se realiza gracias al apoyo de materiales didácticos especialmente elaborados y con la posibilidad de consultar a los profesores por correo o teléfono. Los estudios de **MASTER** abarcan dos años con un total de 70 créditos (700 horas). Los estudios de **ESPECIALISTA UNIVERSITARIO** se cursan en un año, con un total de 30 créditos (300 horas). El carácter de estos estudios es eminentemente riguroso y aplicado. Se pretende formar a los alumnos para que puedan emplear lo que aprendan en su trabajo específico como psicólogos, profesores, entrenadores, médicos o fisioterapeutas. □

## Asignaturas:

Existe un amplio programa de asignaturas y actividades complementarias relacionadas con las diversas áreas de la Psicología de la Actividad Física y del Deporte. Algunas son obligatorias y un gran número de ellas optativas. Así, en una considerable medida, cada alumno puede elegir los temas que más le interesan hasta completar sus créditos. Entre las actividades obligatorias, los alumnos que cursan el **MASTER**, deben realizar 100 horas de prácticas supervisadas a distancia y una tesina de investigación. □

## Profesorado:

Veinticinco especialistas de toda España, de amplia experiencia y reconocido prestigio en cada uno de sus campos específicos, son los principales responsables de las distintas asignaturas y actividades. Además, se cuenta con la participación de otras personas relevantes del mundo de la Psicología y del Deporte (deportistas, entrenadores, profesores, árbitros, directivos y periodistas) que enriquecerán la formación de los alumnos con sus valiosas aportaciones en conferencias y mesas redondas complementarias. □

# SEGUNDAS AYUDAS

Por **PEDRO MARTINEZ** (Entrenador C.B. Salamanca)

**P**ara que exista una buena defensa individual es preciso la utilización de ayudas defensivas. Una de las situaciones que crea más conflicto a la defensa es cuando el ataque realiza una penetración. En primer lugar, hemos de trabajar la mejora de los jugadores en la defensa del uno contra uno, puesto que las ayudas defensivas vendrán después de que el atacante haya superado a su defensor, es decir, hemos de crear un mínimo de responsabilidad en el jugador que defiende el balón; a partir de aquí, y teniendo en cuenta que el ataque siempre lleva la iniciativa, crearemos las siguientes ayudas. Básicamente, una ayuda defensiva es la reacción de los defensores que están lejos del balón ante una determinada acción ofensiva. Si queremos que la defensa sea realmente consistente es preciso que ante, por ejemplo, una penetración, no sólo haya una ayuda defensiva, sino que ante la primera ayuda otros defensores estén en disposición de ayudar al hombre que ha ayudado; esto son las *segundas ayudas*.

En el *diagrama 1* vemos una típica situación de ayuda defensiva tras penetración ofensiva. El defensor de (5) va a crear dificultad a la penetración de (2). La segunda ayuda tiene que hacerla el defensor de (3), que tiene que cerrar sobre (5) para impedir un pase de (2) a (5) ó para bloquear el rebote si (2) tira.

Si la penetración de (2) es por el centro, *diagrama 2*, la primera ayuda defensiva es la misma que en el caso anterior, puesto que no nos interesa dejar a (3) solo en la línea de tres puntos. Por lo tanto, ante la ayuda del defensor de (5), es el defensor de (1) el que cierra sobre (5). En el *diagrama 3* vemos la siguiente reac-



DIAGRAMA 1

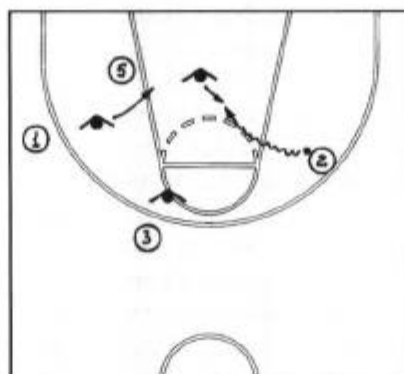


DIAGRAMA 2

ción de la defensa. (2), ante la ayuda del defensor de (5) y la siguiente ayuda del defensor de (1) sobre (5), pasa a (1). Tradicionalmente el defensor de (1) debería recuperar sobre su atacante, pero eso significaría permitir un tiro, con demasiado tiempo, de tres puntos. Por lo tanto, es mejor realizar un cambio defensivo. El defensor de (3) va a defender a (1) y el defensor que había cerrado sobre (5) recupera sobre (3), *diagrama 4*. En este punto es importante analizar el impacto que tiene en la defensa y el ataque los cambios automáticos. Defensivamente nos dan mayor actividad defensiva y desarrolla una mayor colectivización del trabajo defensivo; además, obliga al ataque a leer constantemente la nueva situación, obligando a realizar más



DIAGRAMA 3

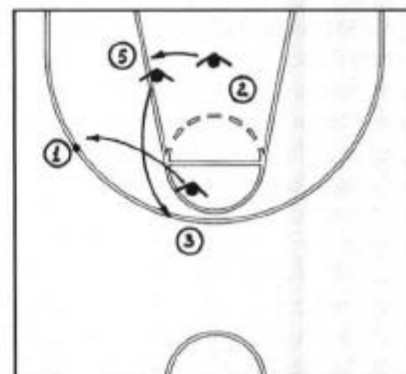


DIAGRAMA 4

pases y por lo tanto aumenta la posibilidad de errores ofensivos. En un principio los cambios sólo se realizan entre jugadores exteriores o jugadores interiores. La única condición es que se realizan cambios para crear dificultad al ataque y no porque sea más fácil y cómodo para los defensores.

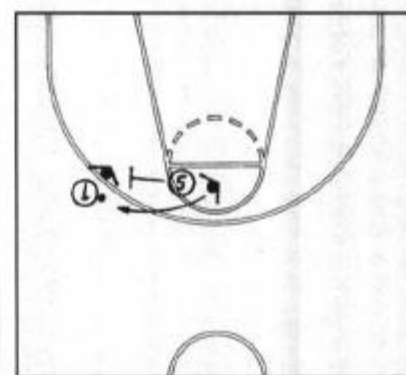


DIAGRAMA 5



DIAGRAMA 6

En la defensa de bloqueos directos es también fundamental el uso de segundas ayudas. En el *diagrama 5* tenemos una situación de dos contra dos en un lado del campo. Supongamos que el defensor de (5) tiene una actitud agresiva y sale al camino para dificultar la posible penetración de (1) por el centro; a su vez, el defensor de (1) trabaja para pasar el bloqueo por delante del bloqueador. Si en esta situación no creamos segundas ayudas el peligro es inminente; (5) puede continuar hacia el aro y



DIAGRAMA 7

recibir de (1). También puede suceder que (1) penetre por el lado libre del bloqueo. En el *diagrama 6* tenemos la misma situación cinco contra cinco. El defensor clave no es el de (5) ó el de (1), sino el de (4), que tiene que estar preparado para ayudar sobre la penetración de (1) ó sobre la continuación de (4), *diagrama 6*. Por otro lado, el defensor de (3), que es el que está más alejado del balón, tiene que estar preparado para realizar la segunda ayuda sobre (4), *diagrama 7*. Si el balón llega al ata-



DIAGRAMA 8

cante de (3) será el defensor de (2) el que dará la siguiente ayuda, *diagrama 8*. En este caso, hemos podido crear dos situaciones de cambio defensivo, primero entre (4) y (5) y después entre (3) y (2).

Por último, destacar que la metodología para mejorar en estos aspectos defensivos es el trabajo por partes, empezando por los aspectos técnicos de la defensa del uno contra uno para después pasar a las diferentes situaciones de dos contra dos, tres contra tres y cuatro contra cuatro. □

## BLOQUEO ENTRE POSTES MEDIOS

Por **RAMON BECH** (Entrenador Superior)

**A**ntes de empezar a hablar del tema propio del artículo, comenzaré diciendo que creo que el entrenador, cuando explica situaciones de juego como ésta, debe dar referencias claras sobre la posición del cuerpo, para que sus jugadores asimilen antes lo que quiere decir y puedan recordarlo fácilmente. En este artículo voy a dar diferentes referencias como: pierna más cercana a la línea de fondo, antebrazo más cercano a la línea de tiros libres, etc.

La situación comentada es la representada en el *diagrama 1*.

En la defensa de este bloqueo, el defensor que va a ser bloqueado

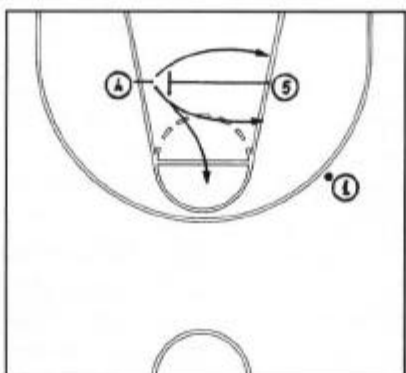


DIAGRAMA 1

estará en una posición inicial de triángulo defensivo (balón-defensor-atacante) y en cuanto el cortador le lleve contra el bloqueo, deberá decidir si mantener la misma posición



DIAGRAMA 2

de ayuda; o bien colocarse de espaldas al balón, pivotando de reverso hacia adentro sobre el pie más cercano al bloqueador. Si adopta esta última posición, correrá el riesgo



DIAGRAMA 3

de que su par reciba el pase directo sin necesidad de salir del bloqueo; pero dar este pase no es fácil, ya que además contamos con la ayuda del defensor del jugador que tiene el balón, que presionará fuerte al mismo, *diagramas 2 y 3*.

Como pasar el bloqueo, dependerá lógicamente de la posición final adoptada. Si se mantiene el triángulo defensivo, en cuanto el cortador vaya hacia su defensor, éste hará un body-check con el antebrazo más cercano al atacante (doblado 90°) y, a continuación, su movimiento de pies dependerá de por donde salga del bloqueo su par:

a) Si es por la línea de fondo, pivotará de reverso sobre el pie más cercano al bloqueador, para quedar con los dos pies paralelos a la línea de fondo y seguidamente, con el antebrazo que corresponde al pie de pivote, buscará contacto con el pecho del cortador y con el otro brazo extendido le defenderá en línea de pase, *diagrama 4*.



DIAGRAMA 4

b) Si es por arriba, intentará pasar el bloqueo colocando la pierna más cercana al bloqueador por delante de la de éste y a continuación, ponerse delante del cortador y cuando éste vaya hacia el balón, pivotar de reverso hacia adentro sobre el pie más cercano a la línea de tiros libres.

haciendo el mismo trabajo con los brazos que en el caso anterior, *diagrama 5*.



DIAGRAMA 5

Si el defensor se coloca de espaldas al balón, no dejará cortar a su par por delante suyo, por lo que debe interponer su cuerpo en esa trayectoria, moviendo primero el pie que corresponde a la dirección que coge su atacante, haciendo un body-check con el antebrazo más cercano a la línea de tiros libres, intentando siempre mantener a sus pies en línea con los del atacante. Cuando éste vaya hacia el balón, (tanto si va por arriba, como si lo hace por debajo), pivotará de reverso hacia adentro sobre el pie más cercano a la línea de tiros libres, *diagrama 6*.



DIAGRAMA 6

El defensor del jugador que bloquea se separa un paso de éste, colocándose de espaldas al balón, con sus pies paralelos a la línea de banda. Su trabajo dependerá de como ha salido del bloqueo el cortador. Si éste no sale con ventaja no es necesario que intervenga, pero si el cortador sale con su defensor detrás suyo, entonces tendrá que ayudar a su compañero. Contemplamos tres posibilidades:

—Ayuda defensiva (como en los bloqueos directos), saltando al camino para retrasar el movimiento del cortador hacia el balón y volver rápidamente sobre su par.

—Body-check, haciendo el mismo trabajo que en el caso anterior, pero contactando con el cuerpo del cortador, *diagramas 7 y 8*.

—Cambiar de marcaje. Entonces el defensor del bloqueador coge al



DIAGRAMA 7



DIAGRAMA 8

cortador y el defensor que recibe el bloqueo tiene que cambiar su posición para defender al bloqueador en su continuación hacia el balón. Aquí seguiremos una norma: el defensor que recibe el bloqueo tiene que ir en dirección contraria a la que ha ido el cortador.

Por lo tanto, si el corte es por arriba, iremos por la línea de fondo a buscar al bloqueador. El movimiento es parecido, pero la posición adoptada antes de recibir el bloqueo, condiciona los ángulos de movimiento y las referencias que damos a los jugadores. Si estamos en una posición de ayuda, pivotamos de reverso sobre el pie más cercano al bloqueador, y si estamos de espaldas, pivotamos sobre el pie más cercano a la línea de tiros libres; quedando en ambos casos los dos pies apuntando a la línea de fondo. A continuación, volveremos a pivotar (esta vez de cara) sobre el otro pie, para quedar defendiendo en 3/4 al bloqueador, con el antebrazo que corresponde al último pie de pivote en contacto con éste. Es decir, primero pivotamos sobre un pie y a continuación lo hacemos sobre el otro.

Es importante tener los pies bastante separados para aumentar el ángulo de pivote, *diagramas 9 y 10*.

Si el corte es por la línea de fondo, iremos por arriba, clavando la pierna más cercana al bloqueador (si estamos en ayuda) o la más cercana a la línea de tiros libres (si estamos de espaldas) por delante de la suya y a continuación, pivotar de caras sobre ese pie para pasar a defender

DIAGRAMA 9

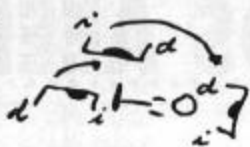
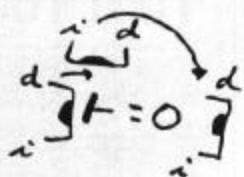


DIAGRAMA 10



en 3/4 al bloqueador, contactando con el antebrazo que corresponde al pie de pivote, *diagramas 11 y 12*.

A continuación pasaremos a hablar de los aspectos ofensivos. En primer lugar, el jugador bloqueado lle-

DIAGRAMA 11

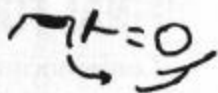
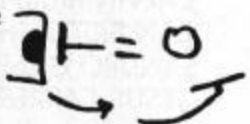


DIAGRAMA 12



va su defensor sobre el bloqueo, dirigiéndose hacia la línea de fondo, al mismo tiempo que el bloqueador va hacia él, buscando el mejor ángulo de bloqueo posible. Este dependerá de la posición que adopte el jugador bloqueado:

—Si está en ayuda, el ángulo será el que corresponde a la nariz del bloqueador en línea con el hombro interior del defensor, *diagrama 2*.

—Si está de espaldas al balón, el ángulo será su espalda, *diagrama 3*.

Seguidamente, el cortador lee la defensa y:

—Si su defensor no ha ido con él hacia la línea de fondo, sale del bloqueo en esa dirección (puerta atrás), cruzando la pierna más cercana a la línea de tiros libres por delante del defensor, saliendo hombro con hombro con el bloqueador, para no dejar espacio a su defensor para pasar el bloqueo por encima y a continua-

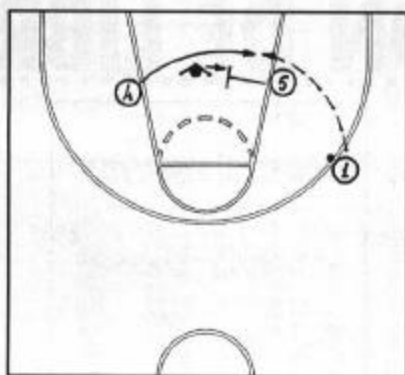


DIAGRAMA 13

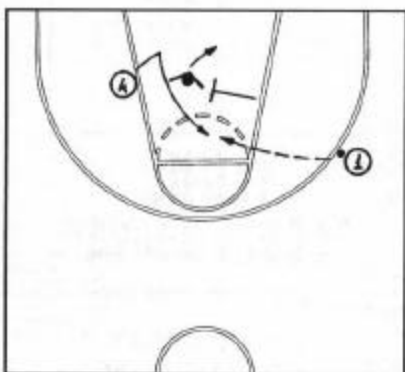


DIAGRAMA 14



DIAGRAMA 15

ción se dirige hacia el balón, *diagrama 13*.

—Si su defensor va con él hacia la línea de fondo, entonces la salida del bloqueo es por encima, cruzando la pierna más cercana a la línea de fondo por delante del defensor, *diagrama 14*.

Si el jugador que sale del bloqueo consigue que su defensor esté detrás suyo, entonces la defensa tendrá que tomar medidas para contrarrestar la ventaja ofensiva, ya que sino el cortador recibirá el balón.

Si el corte ha sido por la línea de fondo, y ha habido cambio de mar-



DIAGRAMA 16

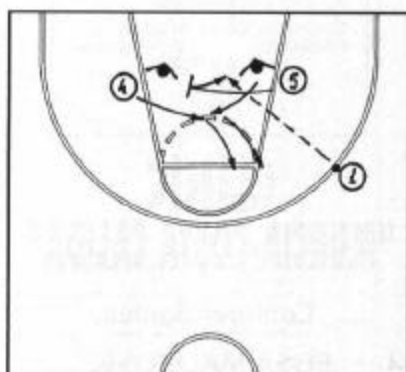


DIAGRAMA 17

caje, el bloqueador ha de continuar rápidamente hacia el balón, pivotando de cara sobre el pie más cercano a la línea de tiros libres, para poder controlar visualmente el movimiento del defensor que se ha quedado enganchado en el bloqueo y, a continuación, decidir si autobloquearse yendo a buscar contacto con él o bien dirigirse hacia el poste alto para poder recibir el balón. Si hay ayuda defensiva o body-check, en el momento en que el bloqueador ve que su defensor se dirige a realizar esta acción, se abre hacia el balón para provocar el cambio de marcaje, *diagrama 15*.

Si el corte ha sido por arriba, el cortador puede decidir si seguir en dirección al poste medio y entonces el bloqueador continúa igual que antes; o bien ir al poste alto, con lo cual, sea cual sea la opción defensiva escogida por el defensor del bloqueador, se creará mucha ventaja en la continuación del bloqueador hacia el balón, ya que tendrá mucho espacio para recibir el pase y jugar 1c1, *diagramas 16 y 17*. □

# COLECCION DE LIBROS AEEB



## CLINIC "MURCIA-COSTA CALIDA"

Conferenciantes  
BOSA MALJKOVIC  
SANTO COPPA  
JIM LYNAM  
ETTORE MESSINA  
PEDRO MARTINEZ

Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío



## CLINIC "COSTA BRAVA"

Conferenciantes  
JACK RAMSAY  
RICK ADELMAN  
PAUL WESTHEAD  
ALVIN ROBERTSON  
MONCHO MONSALVE  
ALFRED JULBE

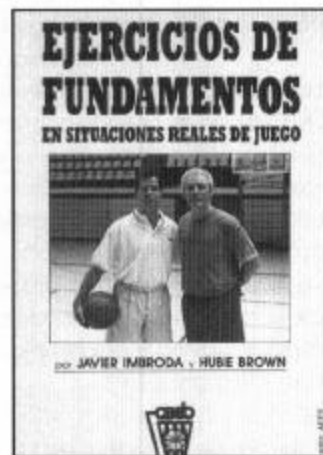
Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío



## CLINIC "FINAL FOUR"

Conferenciantes  
JOHN MCLEOD  
JACK RAMSAY  
CALVIN MURPHY  
DEAN BRITTENHAM  
SANDRO GAMBA  
JESUS CARRERA

Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío



## EJERCICIOS DE FUNDAMENTOS EN SITUACIONES REALES DE JUEGO

Por:  
JAVIER IMBRODA y HUBIE BROWN  
Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío



## 500 EJERCICIOS PARA UN BASKET VELOZ

Por:  
ALESSANDRO DEL FREO  
Precio: 1.500 Pts. + gastos de envío



## CLINIC "CENTENARIO DEL BASKET"

Conferenciantes  
ETTORE MESSINA    GEORGE KARL  
LOLO SAINZ        PEPE LASO  
HERB BROWN      CHEMA BUCETA  
Precio: 1.000 Pts. + gastos de envío

PEDIDOS CONTRA REEMBOLSO a la AEEB: Jorge Juan, 82 - 5ª 1ª - 28009 Madrid • ☎ (91) 575 21 81-575 35 65 • Fax (91) 577 50 73

# V I D E O S

## CLINIC DEPORTE GALEGO

### Temas de:

Situaciones defensivas (**Daly**); trabajo con hombres altos (**Luyk**); defensa de zona (**Bucci**); relación juego interior/perímetro (**Luyk**); ejercicios de defensa (**Daly**); transición de ataque (**Daly**); ataque a zona (**Bucci**); actividad del jugador sin balón (**Aíto**); trabajo con jugadores exteriores (**Laso**); transición defensiva (**Aíto**); ataque estático 5c5 (**Daly**).

**Precio:** 4.000 Pts. + gastos de envío.



Pontevedra, 7 al 10 de julio de 1993

### CONFERENCIANTES

**CHUCK DALY**                      **CLIFFORD LUYK**  
**ALBERTO BUCCI**                **PEPE LASO**  
**AITO GARCIA RENESES**

Con la colaboración de la  
Secretaría Xeral para o Deporte  
de la Xunta de Galicia

## CLINIC "COSTA BRAVA"

PLATJA D'ARO, 4 al 7 de julio de 1991



### Conferenciantes

**JACK RAMSAY**                      **PAUL WESTHEAD**  
**RICK ADELMAN**                  **ALVIN ROBERTSON**  
**MONCHO MONSALVE**            **ALFRED JULBE**



EDIT: AEBB

## CLINIC "COSTA BRAVA"

### Temas de:

Mejora individual mediante trabajo específico (**Monsalve**); contraataque (**Westhead**); presión a todo campo y situaciones especiales (**Westhead**); reglas para una buena defensa individual (**Ramsay**); defensa de equipo (**Ramsay**); passing game (**Adelman**); ataque a zonas (**Adelman**); la técnica del tiro (**Robertson**); las características del base (**Robertson**); nuevas ideas defensivas (**Julbe**); ataque a la presión (**Robertson**); tiro de 3 puntos (**Adelman**)

**Precio:** 4.000 Pts. + gastos de envío.

PEDIDOS CONTRA REEMBOLSO: ASOCIACION ESPAÑOLA DE ENTRENADORES DE BALONCESTO

Jorge Juan, 82 - 5ª 1ª - 28009 Madrid • ☎ (91) 575 21 81-575 35 65 • Fax (91) 577 50 73

# CLINIC INTERNACIONAL "FINAL FOUR '95": EXITO EN TODOS LOS FRENTES



Zaragoza fue el centro del basket continental en ocasión de la disputa de la «Final Four» a nivel de clubs; competición que, con todo merecimiento, ganó el Real Madrid, adjudicándose así por octava vez, ¡todo un récord!, la copa de la más importante competición europea.

Al margen, pero no con menor importancia, se celebró otro acto deportivo, un **clínica internacional** organizado por la FIBA y la NBA bajo la supervisión y organización efectiva de la AEEB y la EABC, entidades ambas presididas por Toni Comas.

Hay que destacar como éste ha sido el único **clínica** oficial FIBA/NBA que se celebra en Europa en el presente año y el primero de los cuatro que se irán celebrando en ocasión de las próximas «Final Four» que se disputarán respectivamente en París, Bolonia y Barcelona, en años venideros. La presencia de 650 entrenadores, provenientes de 20 países y contando con la presencia de los seleccionadores nacionales de Puerto Rico, Venezuela y Uruguay, de entrenadores suecos, croatas, yugoslavos, franceses, portugueses, italianos y, por supuesto españoles, dio todavía más realce a los tres días de conferencias en los que Hubie Brown fue la estrella indiscutible bien respaldado por Ettore Messina, Randy Pfund y Alfred Julbe.

**Brown** hizo una larga y completísima exposición sobre «jugadas de fondo», y «jugadas de banda» y «ataque contra defensa individual».



**Ettore Messina**, el entrenador de la Selección Italiana —que «prometió» que se «dejaría» ganar por España si ambos equipos se encontraran en las semifinales del Campeonato de Europa, pero que si el cruce fuera en cuartos ya sería otro cantar—, disertó sobre «conceptos de ataque contra





zona» y «técnica y táctica de la defensa individual a través de principios y ejercicios».

**Randy Pfund**, ex entrenador de los Lakers de Los Angeles habló sobre el «contraataque secundario: transición», «trabajo con los hombres altos en ataque a través de detalles técnicos y tácticos» y «rotaciones defensivas».

Finalmente **Alfred Julbe**, entrenador del Amway Zaragoza, nos explicó las claves del éxito del juego de ataque de su equipo, uno de los más espectaculares de la liga ACB, a través de «situaciones de ataque rápido».

Asistieron a la ceremonia de inauguración y clausura el Secretario de Estado para el Deporte, Sr. **Rafael Cortés Elvira**, el Secretario General de la FIBA, Sr. **Borislav Stankovic**, el Presidente de la zona europea de la FIBA, Sr. **Aldo Vitale**, el Presidente de la Federación Española, Sr. **Ernesto Seguro de Luna**, y el Presidente de la ACB, Sr. **Eduardo Portela**. Mandaron sus saluciones, porque no pudieron estar presentes, el presidente del Comité Olímpico Internacional, Sr. **Juan Antonio Samaranch**, y el comisionado de la NBA, Sr. **David Stern**. □



Patrocinan:

FINAL FOUR  
ZARAGOZA  
95



# JUGADAS DESDE LA LINEA DE FONDO (y III)

Por **COLECTIVO ENTRENADORES NBA**

**C**on el presente artículo completamos la serie de «jugadas de fondo», fruto de las experiencias de los entrenadores profesionales de la NBA.

En el *diagrama 45* buscamos un tiro cercano después de haber intentado una penetración con un hombre exterior.

El escolta (2) saca sobre el base (1), el cual ha recibido el bloqueo de (4). (1) vuelve a pasar a (2), después de que éste ha entrado en el campo; cuando (2) recibe, inicia una penetración por el centro. Si la defensa se cierra puede pasar dentro a (5) ó bien sacar el balón para un tiro cercano de (4), *diagrama 46*.

La siguiente situación es una jugada pensada para un tiro exterior de nuestro alero tirador o bien para dar un pase interior.

(1) recibe el primer pase después de haber cortado por la zona *diagrama 47*. (3), el hombre que ha sacado, sube verticalmente hacia la parte superior de la zona recibiendo los bloqueos simultáneos de (5) y (4). Este, después de bloquear, toma la posición en el interior de la zona, bien por el rebote ofensivo o intentando recibir, *diagrama 48*.

En el *diagrama 49* iniciamos una jugada para el poste, con el hombre que saca que realiza un flash-pivot. (1) recibe de (5) un bloqueo y sale a buscar el primer pase. Puede intentar el tiro. Existe la posibilidad de pase interior al poste bajo sobre (3), que nada más sacar gana posición. Si recibe un trap o la ayuda de un defensor, (5) se abre al lado débil, donde intentará recibir y buscar un tiro



DIAGRAMA 45



DIAGRAMA 46



DIAGRAMA 47

corto o una penetración. (2) y (4) juegan muy abiertos ocupando la atención de la defensa, *diagrama 50*.

En el *diagrama 51*, una jugada



DIAGRAMA 48

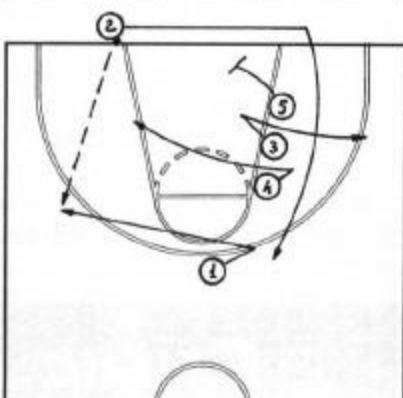
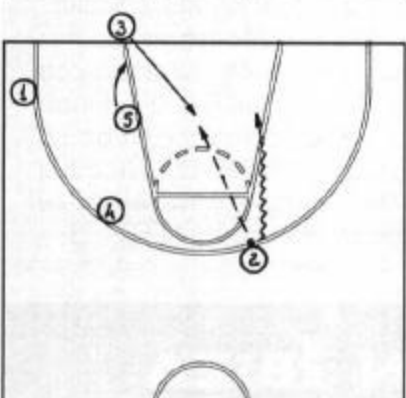


DIAGRAMA 49



DIAGRAMA 50

rápida en la que buscamos un tiro exterior. Se practica también cuando quedan pocos segundos en el reloj.



Bloqueo en paralelo a la línea de fondo de (4) sobre (3) (nuestro mejor tirador), que se ha situado debajo del aro; (3) sale a recibir sobre el bloqueo de (4), para un tiro rápido. (1) y (5) efectúan movimientos de distracción en la parte superior de la zona.

También la siguiente jugada es para los últimos segundos de posesión. En el *diagrama 52* realizamos bloqueos de distracción entre (1) y (5), dentro de la zona, y nuestro escolta muy abierto fuera de la zona.

Sacamos en largo sobre (2) para un tiro inmediato. (3), nada más sacar, entra en la zona buscando un

pase interior o coger una buena posición de rebote ofensivo.

Observar que (2), al recibir, tiene todo ese cuarto de campo para generar espacio suficiente para tirar o buscar un buen ángulo de pase interior e incluso un 1c1, *diagrama 53*.

En el *diagrama 54*, realizamos movimientos con bloqueos para (1) que, al recibir, tiene un aclarado para un 2c2, entre él mismo y (3), que al sacar, va a realizar un bloqueo directo. (1) busca la penetración o continuación del bloqueo con (3). Si, sobre la penetración, ayuda el defensor de (5), éste deberá ir hacia el

aro, para poder aprovecharse de un pase, *diagrama 55*.

Obsérvese que el bloqueo de (3) sobre (1) lo realizaremos por uno u otro lado según nos interese.

En el *diagrama 56*, iniciamos una serie de varios bloqueos sobre el hombre que ha sacado, buscando un tiro exterior. Los hombres que han bloqueado, bien se abren fuera de la zona, bien ganan posición dentro de ella. (3) busca el pase fuera y tiro exterior, (4) intentará recibir dentro de la zona. (5) tomará posición para el rebote ofensivo, *diagrama 57*.



DIAGRAMA 60



DIAGRAMA 61

En esta jugada tenemos varios posibles objetivos: buscar la recepción y tiro rápido de nuestro alero tirador (3), y por otro lado, inversión del balón para el aclarado de (2).

(1), después de sacar, recibe los bloqueos de (4) y (5), *diagrama 58*. Si (2) no consigue penetrar a canasta, busca el vértice de la zona, con buen ángulo de pase a (3) que corta sobre los bloqueos de (4) y (5), *diagrama 59*.

Finalmente en el *diagrama 60*, efectuamos bloqueos sucesivos para que reciba (1), con cambio de lado y penetración del escolta.

Atención a los bloqueos ciegos iniciales.

(1) corta desde el lado contrario al saque, recibiendo al salir de los bloqueos de (4) y (5), *diagrama 60*.

(1) recibe el saque y pasa sobre (2) que tiene un aclarado para buscar la penetración por ese lado, *diagrama 61*. □



## IX CLINIC DEPUTACION DE OURENSE

El pasado 31 de marzo y 1 y 2 de abril se celebró el ya tradicional Clinic de Ourense en su novena edición con la presencia de cinco conferenciantes y 130 asistentes. **Zeljko Obradovic** habló sobre «preparación de minutos finales de partido y últimas jugadas»; **Randy Knowles** sobre «zona press 1-2-2»; **Ranko Zeravica** dio dos charlas sobre «selección y formación de jugadores»; **Moncho Monsalve** dio tres charlas: «ataque contra zona por conceptos», «trabajo con hombres altos», «conceptos de la defensa individual». Finalmente **Slobodan Vukcevic** habló sobre «construcción de un pressing a todo campo después de tiro libre». El clinic fue organizado por la Deputación de Ourense, a través de su Servicio de Deportes, con la colaboración de la AEEB. □

## CLINIC EN IBIZA

Los pasados 14 y 15 de enero, bajo la organización del **Consell Insular de Ibiza y Formentera** en colaboración con la AEEB, se celebró un clinic con la presencia de Lolo Sainz, Pepe Laso y Franco Pinotti. Asistieron a las charlas 70 entrenadores, cifra récord en un acto de similar importancia celebrado en Ibiza. **Lolo Sainz** habló sobre «defensa individual» y «contraataque»; **Pepe Laso**, que tuvo que dar una sola charla por culpa de un cólico nefrítico que le tuvo en cama el primer día, habló sobre «fundamentos individuales de ataque y defensa», y **Franco Pinotti** habló de «transición» y «conceptos de ataque contra zona».

El clinic fue un éxito hasta el punto que en estos días de enero se sentaron las bases y las primeras tomas de contactos con las autoridades locales para la organización del clinic internacional que cada verano celebra nuestra Asociación y que finalmente se celebrará en la capital de las Pitiusas. □

# VIDEO



# CLINIC ALICANTE

## ESTRELLA DEL DEPORTE



*Alicante, 9 al 12 de Julio de 1994*

### Conferenciantes

**LENNY WILKINS**  
**PEDRO MARTINEZ**  
**MAURO DI VINCENZO**

**ZELJO PAVLICEVIC**  
**EDUARD TORRES**  
**MARIO PESQUERA**

#### Temas de:

Ejercicios para el contraataque (**Di Vincenzo**); ataque contra zonas (**Martinez**); técnica individual (**Pavlicevic**); defensas alternativas (**Pesquera**); conceptos de defensa individual (**Torres**); defensa 2c1 interior y exterior (**Wilkens**); saques y juego en transición (**Wilkens**); ataque contra individual con dos postes altos (**Di Vincenzo**); juego de ataque por conceptos (**Pavlicevic**); defensa match-up (**Pesquera**).

**Precio:** 4.000 Pts. + gastos de envío.

**Pedidos contra reembolso a la AEEB**

Jorge Juan, 82 - 5ª 1ª • 28009 Madrid

☎ (91) 575 21 81-575 35 65 • Fax (91) 577 50 73



**ESTRELLA DEL DEPORTE**

Con la colaboración de:



**DIPUTACIÓN  
DE ALICANTE**



# ATACANDO ZONA—PRESS

Por **LOU CARNESECCA** (Ex-entrenador St. John's University)

**L**a idea básica o filosofía de cualquier presión es la de incomodarte o crearte confusión llevándote hacia lugares en que no estás acostumbrado a jugar.

Los equipos que presionan quieren que realices malos tiros, pases equivocados, que cometas violaciones, es decir alterar tu equilibrio y obligarte a jugar de forma diferente a como habitualmente lo haces.

En este punto es donde debemos imprimir a nuestros jugadores el carácter de que nosotros somos los que controlamos el «TEMPO» (ritmo) del juego, no nos sentimos incómodos y que incluso, podemos sacar ventaja de los lugares donde nos hace jugar la presión. Muchos equipos que presionan quieren que corramos y tiremos rápidamente. Pero, ¿por qué realizar su juego?. Demos la vuelta a esa filosofía y juguemos nuestro partido.

El primer objetivo debería de ser el organizarnos primero como entrenadores y luego hacerlo con el equipo.

Si tu, ni tu equipo, estáis preparados mentalmente ni físicamente, os vais a ver conducidos a pasar un mal rato.

Así pues estáte preparado para planificar de forma efectiva lo que quieres hacer.

Tenemos dos métodos de ataque:

1) *Contraataque*: correr, coger posiciones en la pista, y sacar antes de que la defensa se organice.

2) *Ataque organizado*: planificar un ataque en el cual previamente están organizados los movimientos de tus jugadores contra la defensa que realiza el equipo contrario.

Este ataque debe de ser sencillo y ha de realizarse en toda la cancha.

## Objetivos

*Saque*: Queremos conseguir subir el balón y pasar el medio campo

antes de los 10 segundos permitidos.

*Colocación*: Hemos de conseguir que tu equipo vaya pronto a realizar su ataque habitual. Mantén presente siempre un balance entre la defensa y el ataque.

*Anotar*: ten presente siempre el marcador, algunos equipos se obsesionan en salir de la presión, pero se olvidan de que hay que anotar, perdiendo buenas oportunidades.

## Ideas generales

*Rápida organización*: Coloca a tus jugadores rápidamente en los lugares adecuados y determina de antemano como van a actuar.

Tu ataque debe de ser sencillo y ocupando toda la cancha. Averigua, lo antes posible, que tipo de zona—press están jugando y cuando la aplican (si es después de canasta en juego, tiros libres, etc.), así como si la realizan en todo el campo, 3/4, 1/2 campo, etc.

*Tranquilidad*: No debe de cundir el pánico ante la zona—press. Tenemos 5 segundos para sacar y 10 para pasar el medio campo. En el caso de cometer un error, no cometas un segundo. En lugar de sacar el balón hacia cualquier lado, es mejor un salto entre dos. Estáte alerta de la colocación del equipo contrario, de «1-2-2» a «1-3-1» y observa donde realizan más presión, traps, etc.

*Tres puntos de visión*: En cuanto tienes el balón vuélvete y mira hacia adelante, no debes iniciar el dribbling de inmediato. Levanta la vista, mira si un compañero está solo. Mira ante del dribbling: mejor que botar, pasar.

Mira antes de pasar: asegúrate que tienes buena línea de pase.

*Entrenamiento*: Organiza la salida de presión todos los días. Inicialo la primera semana de temporada y llévalo en tus planes diarios. De este

modo en caso de necesidad, en los partidos, será algo natural para tus jugadores.

## Principios:

*Tablero*: Asegúrate que no estás sacando justo debajo del tablero. Separa un poco al jugador de la vertical del mismo. No saques siempre desde el mismo lado, alterna. Con el fin de tener mejor visión de todo el campo, cuando vas a sacar haz que tu jugador se retire hacia atrás un poco.

*Pases*: Utiliza pases cortos y rápidos, finta antes de lanzar el balón. Evita los pases bombeados pues son sencillos de cortar. Evita, también, los pases cruzados.

*Recepción del balón*: Antes de ir a recibir el balón, antes de ir a recibir un pase es preferible que el receptor se sitúe detrás del defensor más cercano. Si vas a por el balón, recógelo agresivamente, entonces girate con el fin de ver toda la perspectiva del campo y al tiempo estar preparado para avanzar con él. Una vez que has recibido el balón estáte atento a todas las posibles «salidas».

*Dribbling*: No eches el balón al suelo inmediatamente. Aguanta el bote, utilízalo para penetrar a canasta o dividir. Cuando vayas botando has de estar atento a los defensores que por detrás vayan al balón. Cuando penetres botando a canasta trata de dividir la defensa, no vayas de cabeza contra ella. Busca la atención de dos defensores y si van a por ti, pasa el balón antes de que realicen un trap contra ti.

En ocasiones es buena la idea de tener a uno de tus jugadores del equipo como «trailer» del hombre que bota el balón, de forma que siempre haya otro pase de salida.

Ten cuidado en no girarte en el

dribbling, sería muy fácil realizar un 2c1 en esa situación.

### Abiertos

Hemos de colocarnos inicialmente muy dispersos, y abiertos sobre el campo. Según avanza el balón trataremos de llevarlo por el centro, de forma que la defensa no pueda obligarnos a ir a las líneas de banda. Llevando el balón por la zona central siempre tendremos dos salidas. Evita el ser atrapado en las esquinas, donde es fácil encerrarte y realizar un 2c1.

El poste a veces deberá tener que salir a recibir muy fuera de su posición. Deberá de tener los brazos levantados y preparado a recibir agresivamente el balón. Deberá girarse hacia el campo de ataque y buscar el pase a un hombre libre de marca. En el momento que vea a uno de sus compañeros con problemas, deberá acudir como hombre de referencia.

Lleva el balón tan lejos de la defensa como puedas. Evita los traps cerca de la línea de medio campo, pues al ser encerrado podrías caer en violación.

Nunca pierdas el control, ni te

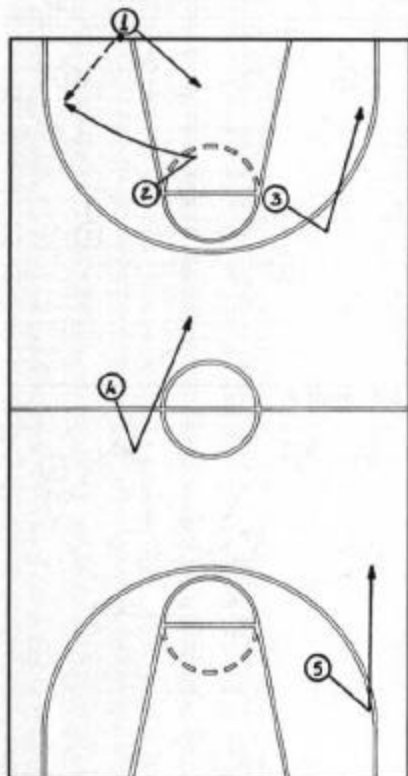


DIAGRAMA 1

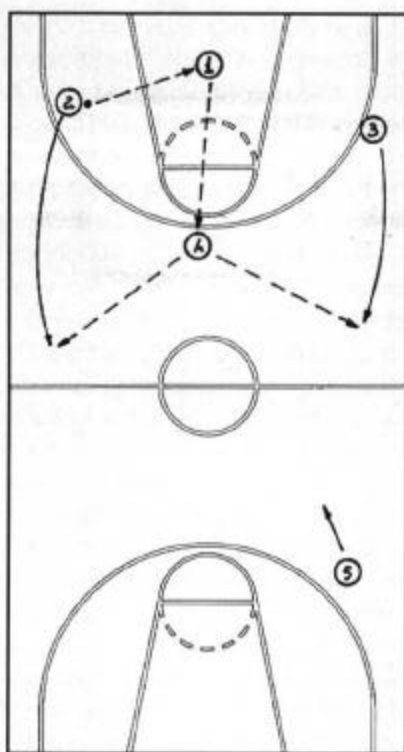


DIAGRAMA 2

desmoralices. Realiza el tiro que quieras hacer. Probablemente prefiramos una entrada o un tiro cercano. Recuerda que el equipo que presiona lo que quiere es el balón. No se lo entregues fácilmente. Hazle trabajar

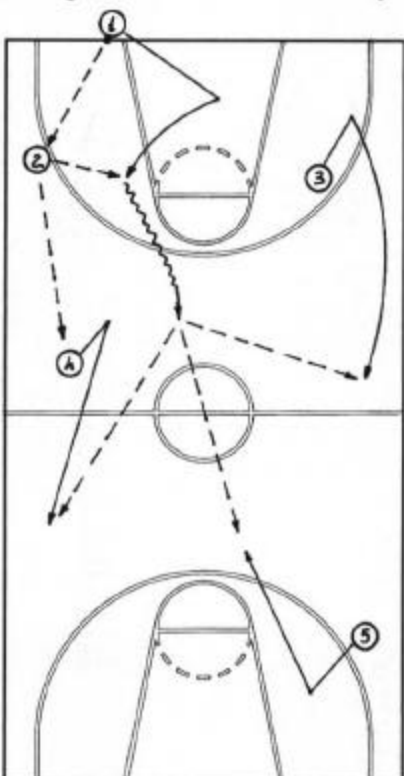


DIAGRAMA 3

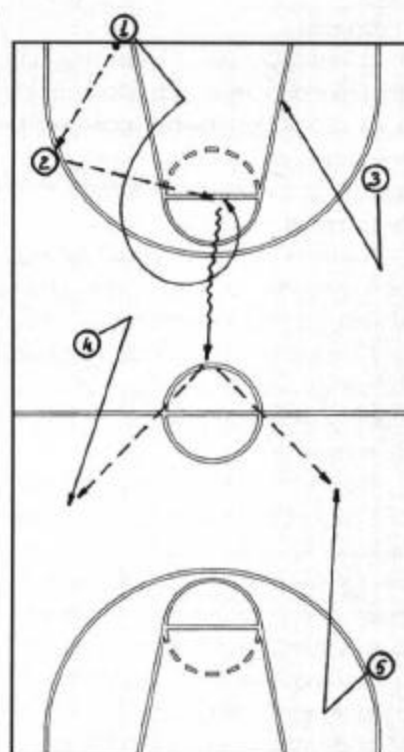


DIAGRAMA 4

por el.

Se concreto al organizar tu balance ofensivo—defensivo.

### Asignaciones

Número (1): El mejor driblador,

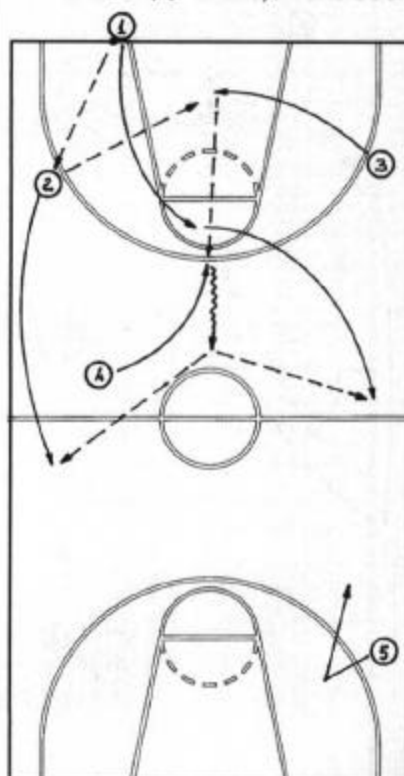


DIAGRAMA 5

inteligente.

Número (2): (lado fuerte) segundo mejor driblador, más alto que (1), pues recibirá el primer pase, será encerrado por un trap y será mejor que no le avasallen jugadores más altos que él.

Número (3): (lado débil) el más pequeño de tus aleros altos (forwards), ha de saber driblar.

Número (4): El mejor driblador de tus aleros altos. Ha de ser agresivo, fuerte y estar listo para ser el punto de referencia.

Número (5): Hombre más grande, con menor movilidad. Será el hombre que te gustaría esconder. A veces también es bueno colocar a un buen anotador pues es el jugador que se quedará al final de la cancha.

Veamos ahora el desarrollo del ataque. En el *diagrama 1*, (1), después de pasar, entra en el campo; (2), va hacia la esquina. (3), preparado para saltar a buscar un pase, salta y vuelve. Se mantiene detrás del defensor. (4), está preparado para cortar. Siempre detrás del defensor, y (5) está alerta por si tiene que ayudar. Se mantendrá al final del campo mientras el equipo esté disperso.

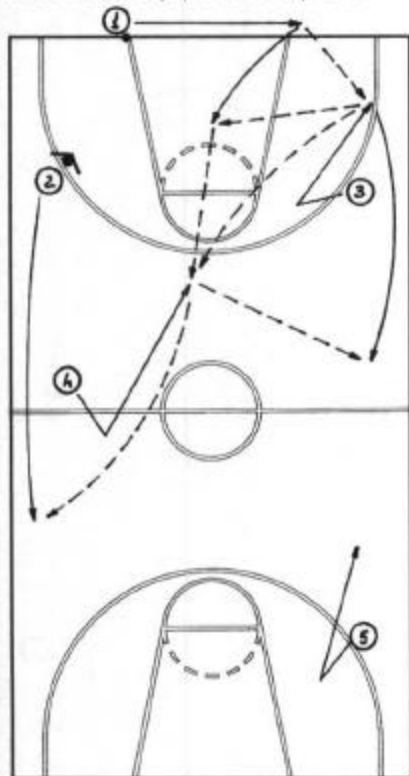


DIAGRAMA 6

En el *diagrama 2*, (1) pasa a (2), éste devuelve a (1) que rápidamente pasa a (4), que ha ido a recibir. Según recibe, (4) se gira y busca un pase a (2) ó a (3), los cuales van corriendo a cortar por la pista. (5) se acercará o no, en función de si tiene que ayudar.

En el *diagrama 3*, (1), después de pasar a (2), corta por el interior y recibe el pase de (2). (1) dribla y avanza por la pista pudiendo pasar a (2) ó (4), que corren por los laterales de la cancha. También puede pasar a (5) que va a recibir. Si (2), en el pase inicial, no puede devolver a (1), pasará a (4), sobre ese mismo lado.

En el *diagrama 4*, (1), después de pasar a (2), corta por el interior y se vuelve para recibir, asumiendo la posición de poste. (2) pasa a (1); éste puede girarse y driblar avanzando, o buscar pases a (4) o (5). Tener en cuenta que después de que (1) corta, (3) ha de quedarse libre.

En el *diagrama 5*, (1), pasa a (2) y corta a tomar la posición de poste. Si (1) está cubierto, se abre a ayudar por la línea lateral. Mientras esto sucede, (3) trata de recibir pase de (2). (3) pasa a (4) que baja a recibir y que se girará para pasar a (1) ó (2),



DIAGRAMA 7

que van cortando.

En el *diagrama 6*, si (2) está sobremarcado por su defensor, (1) corre, sobre la línea de fondo, bajo canasta, y pasa a (3) que se abre a recibir. (3) pasa a (1), que ha entrado en el campo, en pase de vuelta y éste pasa a (4) que ha ido a recibir al centro. De nuevo (4) tiene posibilidad de pase a (2) ó (3), que cortan por los lados.

En el *diagrama 7*, (1) dribla para dividir a los defensores (1) y (3). Según van los defensores a realizar un trap, (1) pasa a (2) y éste a (4) que dribla para iniciar nuestro ataque. Observar a (5) subir al poste alto; podría subir a recibir y pasar al fondo dividiendo a la defensa.

En el *diagrama 8*, (4) busca el pase a (5) que corta por la zona, buscando espacio. Según (5) se va, entra (3) cortando. Como se ve, (4) puede pasar a (5) ó a (3). Si están cubiertos, pasa a (2) para empezar de nuevo.

En el *diagrama 9*, (1) recibe y pasa a (5) directamente sobre el corte. (5) recibe y se gira, busca el tiro o en su caso busca el pase a (3) ó (4), que cortan hacia la línea de fondo. □



DIAGRAMA 8



DIAGRAMA 9

# LAS ROTACIONES DEFENSIVAS

Por **MARIO DE SISTI** (Entrenador Selección Nacional de Suiza)

**C**on mi equipo suelo trabajar sobre dos tipos de defensa a lo largo de toda la temporada:

1) una defensa en el perímetro menos agresiva de lo normal y que no quiere, ejercitando mayor agresividad sobre los jugadores interiores, que el balón llegue dentro del área.

2) una defensa muy agresiva sobre los jugadores de perímetro y que permite que el balón llegue al interior del área.

En el primer tipo de defensa se corre el riesgo de que te tiren de lejos: por el contrario, en el segundo caso, el tiro de cerca es el más peligroso. El escoger un tipo de defensa con respecto a otro depende de las características del rival del turno. El

trabajo en el gimnasio debe, pues, tener como objetivo una serie de ejercicios de elevada intensidad y dificultad con el fin de que los jugadores estén preparados para, en los partidos, superar cualquier obstáculo que se le presente.

El trabajo lo podemos dividir en dos apartados: uno para los jugadores de interior y otro para los jugadores exteriores que pueden así trabajar contemporáneamente en las dos canastas.

Lo mejor, para explicar mi filosofía defensiva, es hacerlo a través de los ejercicios pertinentes.

El primer ejercicio es para mejorar la habilidad de desplazamiento de los jugadores de interior. En el *diagrama 1*, (A) pasa a (1) y el defensor de (5) va a defenderle mientras el

defensor de (4) cierra el área con los brazos levantados. Cuando el balón vuelve a (A), los dos defensores recuperan las respectivas posiciones. Se alternan los lados de apoyo. La continuación del ejercicio anterior es cuando (1) pasa a (4). La labor del defensor de (4) es recuperar sobre este atacante, mientras el defensor de (5) vuelve a bajar y recupera la posición de ayuda, *diagrama 2*. El defensor de (4) debe impedir la penetración por el fondo y para ello, en los desplazamientos laterales, los pies deben siempre estar en movimiento para mejorar la velocidad de los movimientos defensivos. Cuando el balón vuelve a (1), *diagrama 3*, el defensor de (5) vuelve a salir para cerrar el espacio mientras el defensor de (4) vuelve al centro con un rápi-



DIAGRAMA 1

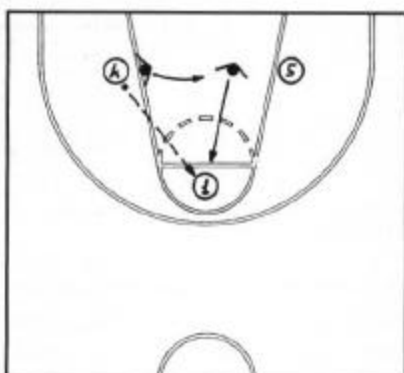


DIAGRAMA 2

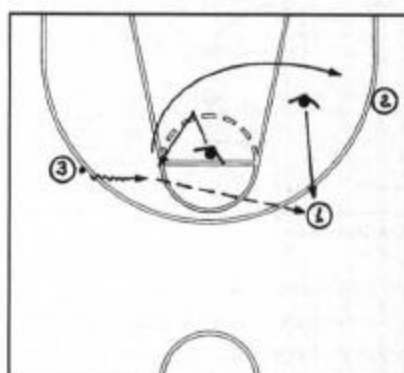


DIAGRAMA 3

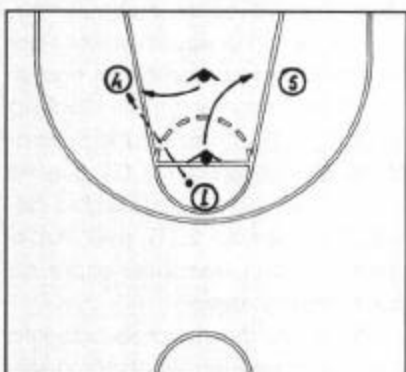


DIAGRAMA 4

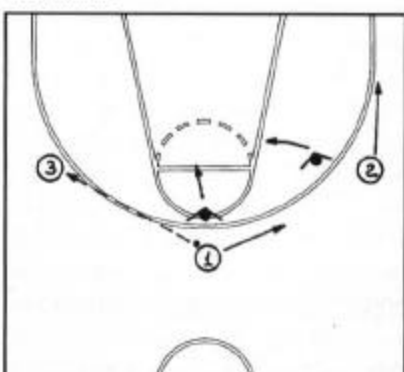


DIAGRAMA 5

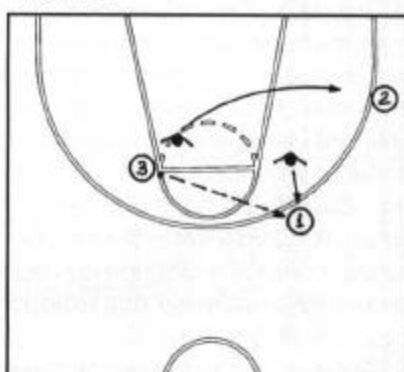


DIAGRAMA 6



DIAGRAMA 7

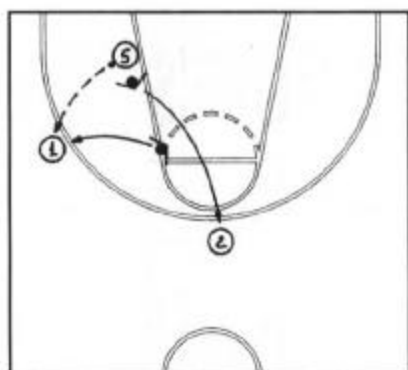


DIAGRAMA 10

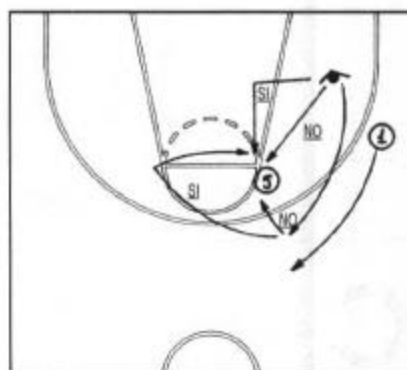


DIAGRAMA 13

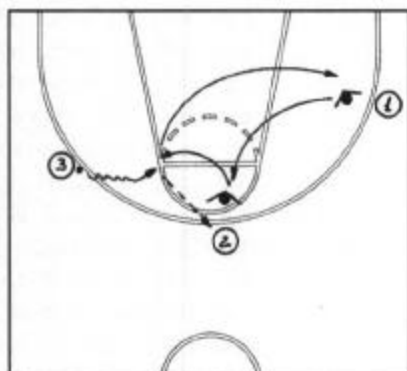


DIAGRAMA 8

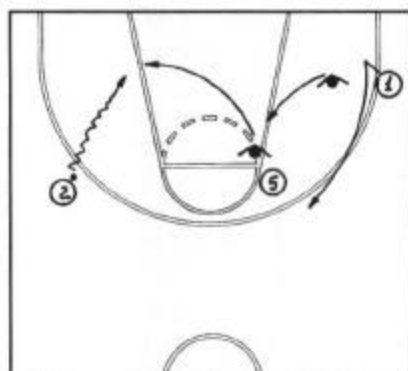


DIAGRAMA 11



DIAGRAMA 14



DIAGRAMA 9

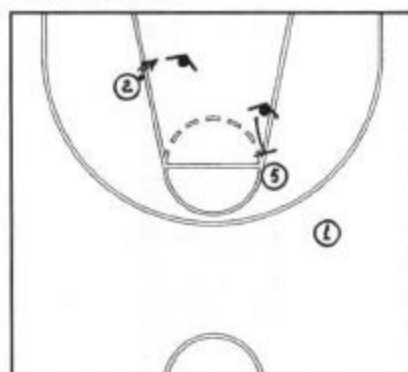


DIAGRAMA 12



DIAGRAMA 15

do desplazamiento lateral.

El segundo ejercicio lo utilizamos para entrenar la defensa del perímetro. En el *diagrama 4*, (1) pasa a (3) y se aleja. (3) sólo puede hacer un bote en penetración hacia el centro. Enseguida que inicia la penetración, el defensor de (1), que es el que más cerca está del balón, va a cerrar el espacio llamando la «ayuda». Cuando (3) pasa a (1), el defensor de (2) va a defender a (1) gritando «cambio», indicando con ello al compañero defensor que se haga cargo de (2), *diagrama 5*.

Quisiera destacar la técnica de ayuda del defensor de (1) sobre la

penetración de (3). No hay que atacar directamente al balón sino que, antes de hacerlo, hay que retroceder hacia la canasta, haciendo un movimiento en «V» con los pies muy abiertos. Es fundamental la agresividad del defensor de (2) cuando va sobre (1). Debe intentar llevarle al centro, impedir un cambio de lado fácil hacia (2) del balón, y sobre todo no debe dejarse superar por el intento de penetración de (1), *diagrama 6*. Este es un tipo de trabajo en el que el orgullo personal de querer hacer algo difícil es fundamental. Hay muchos jugadores que en este movimiento de ayuda se dejan su-

perar fácilmente por el atacante, por ello es importantísima la labor psicológica con el defensor para producir el sobre esfuerzo necesario para llegar a cubrir cualquier circunstancia. En el siguiente ejercicio, *diagrama 7*, trabajamos en una situación de «pasar y cortar». Cuando (1) pasa a (3) y corta al lado contrario, será el defensor de (2) que va a realizar la ayuda y el cambio defensivo cogiendo a (1), mientras el defensor de (1) recupera sobre (2) que ha reemplazado.

Una situación similar se presenta cuando el defensor de (2) va a realizar la ayuda sobre la penetración

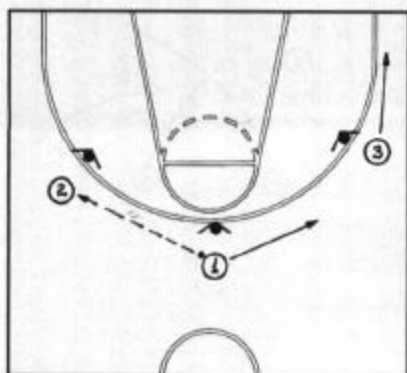


DIAGRAMA 16

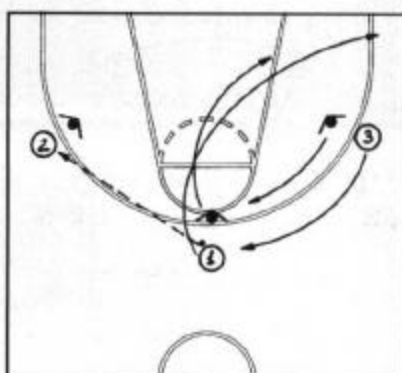


DIAGRAMA 19



DIAGRAMA 22

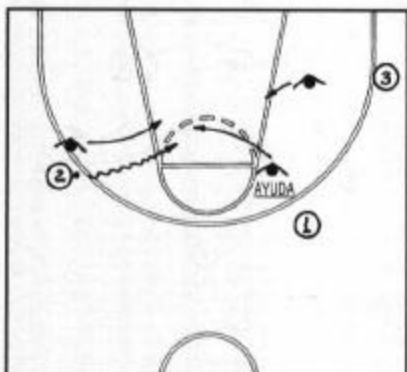


DIAGRAMA 17

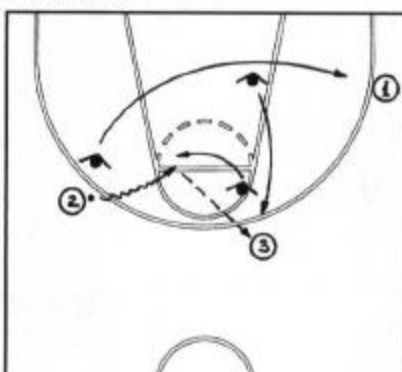


DIAGRAMA 20



DIAGRAMA 23

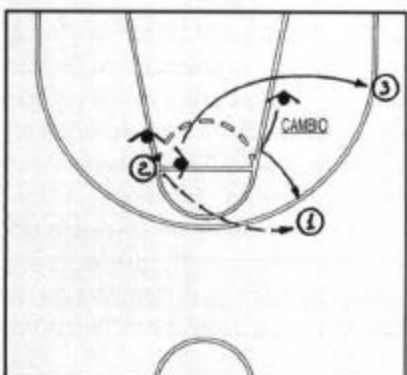


DIAGRAMA 18



DIAGRAMA 21

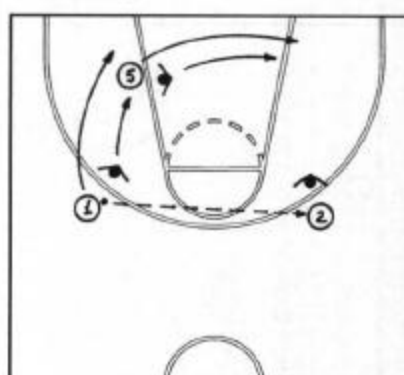


DIAGRAMA 24

de (3); entonces es cuando el defensor de (1) sube a controlar a (2) y el defensor de (2), tras parar la penetración de (3), recupera sobre (1), *diagrama 8*.

Otra situación que debemos controlar a la perfección es la rotación defensiva cuando realizamos un trap en el poste bajo. Cuando el balón va de (1) a (5), el defensor de (1) realiza un trap en el poste; entonces es cuando el defensor de (2) ocupa una posición de ayuda intermedia, *diagrama 9*, y en el caso de que el balón salga nuevamente hacia (1), será este defensor el que lo va a cubrir, y el defensor de (1) subirá a ce-

rrar a (2), *diagrama 10*. Todos estos movimientos se deben efectuar mediante comunicación oral entre los defensores.

En mi equipo, en muchas ocasiones, los aleros y los bases juntos consiguen coger más rebotes que los pivots: ello es debido a las rotaciones defensivas que prevén que jugadores más bajos bloqueen el rebote a los más altos del equipo contrario. Para crear una buena dinámica en el equipo, hemos introducido estos ejercicios para motivar a los más bajos de la importancia que pueden tener en el rebote.

En el *diagrama 11*, una situación

normal de juego, con (2) que aprovecha un bloqueo de un compañero para jugar 2c2, mientras en el lado contrario (5) hace lo mismo con (1).

Cuando (2) penetra, el defensor de (5) va a realizar la ayuda y avisa en voz alta; en este momento el defensor de (1) va a cerrar por delante de (5) para bloquearle en el caso de que (2) haya tirado, *diagrama 12*. Es importante mecanizar bien el movimiento de rotación del defensor de (1) que no debe ir en la dirección de la canasta, porque (5) le bloquearía, sino que debe ir en la dirección del balón y luego cortar por delan-

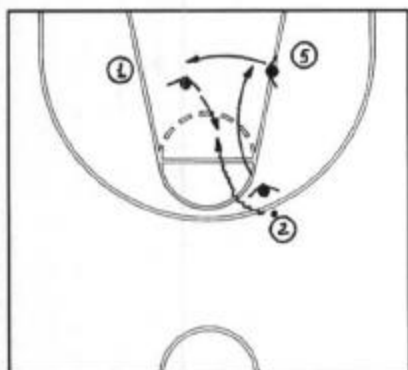


DIAGRAMA 25

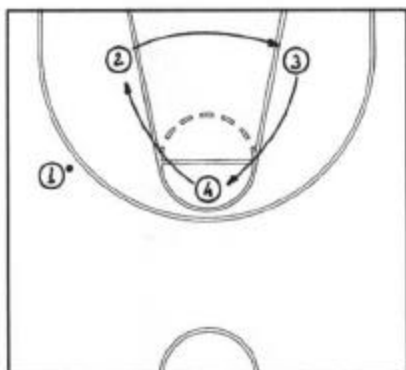


DIAGRAMA 28



DIAGRAMA 30



DIAGRAMA 26



DIAGRAMA 29

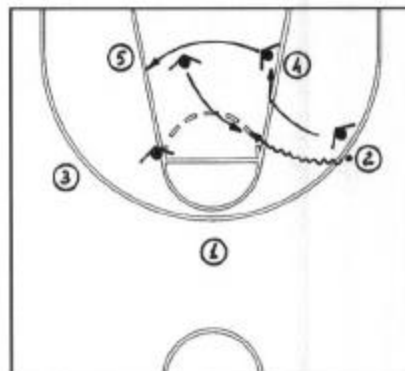


DIAGRAMA 31



DIAGRAMA 27

te de (5), *diagrama 13*.

Otra situación parecida al ejercicio anterior. (2) aprovecha el bloqueo de (5) para cortar y cambiar de lado despejando la zona para la penetración de (1), *diagrama 14*. Cuando (1) se acerca al área, el defensor de (5) sale a realizar la ayuda; es entonces cuando el defensor de (2), que ha estado pendiente de la colocación de los compañeros, se cierra sobre (5) y bloquea el rebote en el caso haya un tiro de (1), *diagrama 15*. En el siguiente ejercicio jugamos un 3c3 con los mismos conceptos del 2c2, *diagrama 16*: (1) pa-

sa a (2) y se mueve tal como está marcado. En este momento el defensor de (2) obliga a que éste se vaya por el centro, *diagrama 17*; cuando (2) inicia la penetración, el defensor de (1) va a ayudar atacando al balón gritando «ayuda». En este momento el defensor de (2) obliga a que éste se vaya por el centro, *diagrama 17*; cuando (2) inicia la penetración, el defensor de (1) va a ayudar atacando al balón gritando «ayuda». En este momento el cambio es automático, *diagrama 18*, con el defensor de (3) que grita «cambio» y va sobre (1), y el defensor de (1) que, después de ayudar, recupera sobre (3). Siguiendo siempre en la dinámica del 3c3, en el *diagrama 19*, (1) pasa a (2) y corta al lado contrario y es sustituido por (3). Cuando (2) inicia la penetración, será el defensor de (3) quien hace la ayuda y el defensor de (1) quien sustituye, *diagrama 20*.

En el próximo ejercicio jugamos 3c3 con dos jugadores de perímetro y uno interior. El inicio del ataque es el del *diagrama 21*, con (2) que corta sobre el bloqueo en el poste bajo de (5). Cuando (2) recibe, pasa interior

a (5); entonces el defensor de (2) realiza la ayuda efectuando un trap sobre (5) y el defensor de (1) se sitúa en una posición intermedia entre (1) y (2), *diagrama 22*, listo para recuperar en ambas direcciones. Cuando el balón vuelve de (5) hacia (2), será el defensor de (1) que recupera sobre (2), mientras el defensor de (2) cambia y va a defender a (1), *diagrama 23*.

Como pueden comprobar, los ejercicios son todas evoluciones del básico 2c2. En el siguiente, trabajamos sobre las rotaciones interiores con un 3c3. En el *diagrama 24*, (1) pasa a (2) y se sitúa en el poste bajo mientras (5) corta y se coloca en el poste bajo del lado contrario. Cuando (2) penetra, *diagrama 25*, el defensor de (1) realiza la ayuda; el defensor de (5) cierra en medio para impedir que se doble el pase hacia (1) y el defensor de (2) bloquea el rebote a (5) en el caso haya un tiro.

Seguimos el mismo juego pero con otros desplazamientos. En el *diagrama 26*, (1) pasa a (2) y se aleja hacia el lado débil mientras (5) corta al poste bajo hacia el balón. En esta

situación el defensor de (5) lo hará anticipando al atacante mientras el defensor de (1) se pondrá en una situación normal de ayuda, *diagrama 27*. Cuando (2) penetra, el defensor de (5) se situará en la línea de bote mientras el defensor de (2) saltará rápidamente para bloquear a (5).

Ahora jugamos 3c3 con apoyo y penetraciones verticales partiendo de las situaciones del *diagrama 28*, donde los atacantes intercambian posiciones entre ellos. Cuando (3) recibe el balón de (1), *diagrama 29*, (3) ataca a su defensor y penetra. En este caso, el defensor de (2), en

la trayectoria de penetración, va a parar a (3) y sus dos compañeros hacen una rotación defensiva, con el defensor de (4) que va a cubrir a (2) y el defensor de (3) que va a cerrar a (4).

Finalmente jugamos un 4c4 con apoyo saliendo de una posición en box, *diagrama 30*; cuando (2) y (3) se han abierto y (4) y (5) intercambian la posición en los postes bajo, (1) realiza el primer pase a (2). Cuando éste penetra, el defensor de (5), *diagrama 31*, va hacia el balón mientras el defensor de (4) recupera sobre (5) y el defensor de (2) cierra sobre (4). ¿Porqué realizamos este

tipo de rotación?. Considero que este tipo de rotación impide un tiro fácil de (3) que podría recibir de (2) en el caso de que fuera su defensor el que hace la ayuda. La situación podría tener otra solución en el caso de que (5) fuera un atacante con mucha movilidad y muy fuerte cerca del aro.

De todas formas, todos estos ejercicios son justamente esto, unos ejercicios para que los jugadores aprendan a mecanizar determinados movimientos y sepan acoplarse a cualquier situación de cambio o rotación defensiva, sea cual sea su dificultad. □

---

## LA TRANSICION AJUSTABLE A CUALQUIER NIVEL DE DESARROLLO

---

Por **MIGUEL DEL RIO LOPEZ** (Seleccionador Nacional Femenino de Cuba)

---

**E**l trabajo aborda la transición ofensiva muy poco utilizada con óptima productividad en equipos femeninos; y en la generalidad, los equipos carecen de movimientos automatizados que respondan de forma eficaz a este tipo de juego. Se ofrecen ideas, consideraciones de carácter general y específicas así como las ventajas e inconvenientes, todas ellas de gran importancia en los mecanismos de transición en las diferentes combinaciones de la transición.

Partiendo de todos estos aspectos, se brinda la metodología de trabajo y de aplicación práctica mediante ejercicios a partir de la posesión del balón, preparatorios de forma fragmentada, de conjunto a partir de posiciones defensivas, mecanismos alternativos, etc., todos ellos establecidos en el equipo nacional de balon-

cesto femenino de Cuba y ajustables a los diferentes niveles de desarrollo.

Es conocido que el baloncesto abarca y define dos grandes aspectos: la ofensiva y la defensiva, imponiéndose en ambos la búsqueda y aplicación de sistemas con la finalidad de contrarrestar los efectos del accionar en una u otra dirección. En el amplio campo ofensivo se encuentran los movimientos o sistemas de combinaciones de transición, terminología más usada aunque no es la única.

Las observaciones, apreciaciones y experiencias acumuladas en esta disciplina deportiva, nos hace reflexionar y considerar que este importante aspecto ofensivo (la transición) es muy poco empleada con óptimos resultados en los equipos femeninos; en general, adolecen de proyecciones y movimientos carac-

terísticos y eficaces hacia esta forma de juego.

El esquema de transición que abordaremos, por su simplicidad y flexibilidad de movimientos, es válida su aplicación a cualquier nivel de juego; sólo es necesario considerar sus ajustes o mecánica de movimientos a las características de las jugadoras y en la medida de respuestas provechosas, mayor debe ser su aplicación y búsqueda de métodos y medios de trabajo que respondan a tales exigencias.

El equipo de baloncesto femenino de Cuba reúne ciertos elementos básicos para desarrollar esta forma de juego evidenciándose entre otros el nivel de desarrollo físico, una defensa eficaz incluyendo la potencialidad y nivel técnico de las atletas en el juego interior y exterior. Por otro lado, toda filosofía de trabajo se pro-

yecta hacia determinados objetivos muy específicos y consideramos entre ellos, lograr entre el 35%-45% de anotaciones en el juego de contraataque y transición, aspectos que no podemos verlos por separados.

A continuación algunas ideas para una mayor dedicación, unido a un marcado interés de desarrollo y perfeccionamiento en este aspecto ofensivo.

1) Lograr entre el 35%-45% de las anotaciones en este tipo de juego.

2) Explotar de forma eficaz las características de las jugadoras.

3) Aprovechar en el juego de transición la velocidad de las jugadoras altas así como su nivel técnico y potencialidad cerca del aro.

4) Tratar de lograr un equilibrio en el juego interior y exterior.

5) Lograr un desequilibrio integral en los equipos contrarios.

6) Reducir al mínimo de tiempo de inversión en la transición y ataque preestablecido.

Antes de pasar a la ejecución práctica, es necesario señalar algunas consideraciones de carácter pedagógico que constituyen la guía técnico-metodológica en todo el proceso y perfeccionamiento.

*Las recomendaciones de carácter general son:*

- ◆ Estar convencidos para poder convencer a las atletas de la importancia del juego en transición.

- ◆ Definición posicional caracterizada.

- ◆ Lograr en las diferentes fases del proceso de trabajo la mayor interpretación mental de las atletas.

- ◆ Llegar al dominio de los movimientos básicos así como las diferentes soluciones alternativas de los jugadores.

- ◆ Vincular en todo momento el proceso de contraataque/transición/sistemas.

*Las recomendaciones de carácter específico son:*

- ◆ Definir cuando empleamos el proceso de transición.

- ◆ Reducir el tiempo de incorpo-

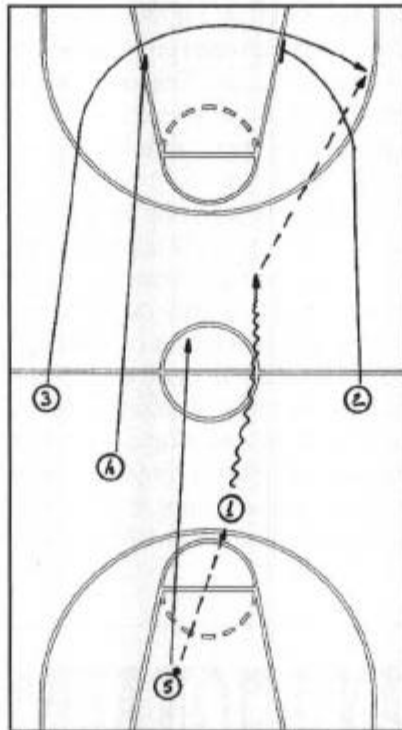


DIAGRAMA 1

ración de las jugadoras trailer.

- ◆ Iniciar el contraataque a partir de una rápida salida inicial del balón y posteriores formas de avance.



DIAGRAMA 2



DIAGRAMA 3

- ◆ Ocupar y correr por carrileras fijas.

- ◆ Entrenar movimientos alternativos de solución en todas las fases.

- ◆ Reducir al máximo la pérdida de balones.

- ◆ Dar alternativas para la salida y recepción del primer pase.

- ◆ Combinar el juego exterior e interior de forma cíclica.

*Las ventajas de la transición son:*

- ◆ Nos posibilita la simplicidad de anotación.

- ◆ Ayuda a la ejecución constante de un juego dinámico.

- ◆ Reduce la pérdida de tiempo para el inicio de la ofensiva preestablecida.

- ◆ Crea dificultades en la defensa y estabilidad en el ritmo de juego de los equipos contrarios.

- ◆ Nos permite pasar directamente a los sistemas preestablecidos.

*Los inconvenientes de la transición son:*

- ◆ Puede limitar las acciones del contraataque en su forma simple.

- ◆ Puede aumentar los índices de bolas perdidas.

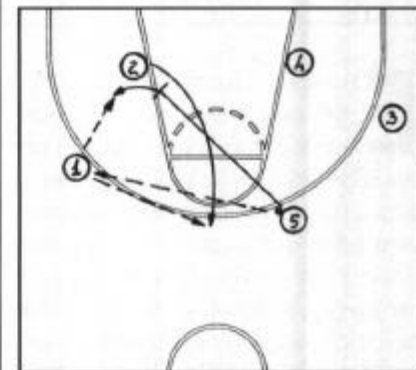


DIAGRAMA 4

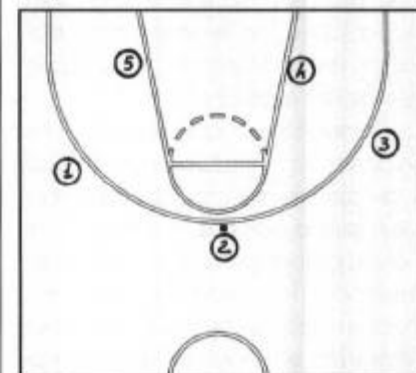


DIAGRAMA 5

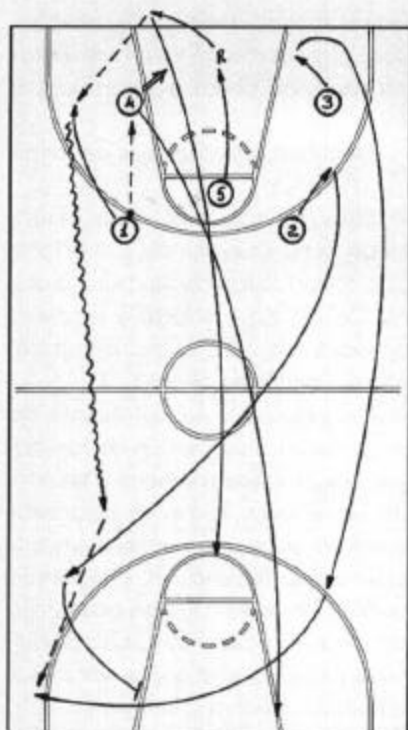


DIAGRAMA 6

♦ Puede acortar el tiempo disponible para la ofensiva preestablecida.

#### Metodología de trabajo

En los siguientes cinco diagramas se manifiestan los movimientos finales de la transición.

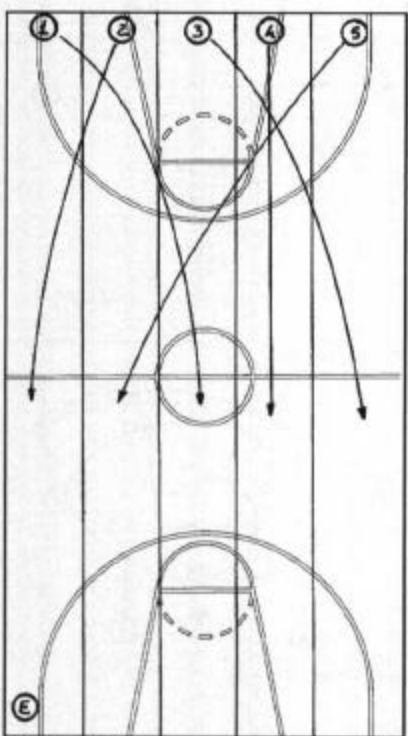


DIAGRAMA 7

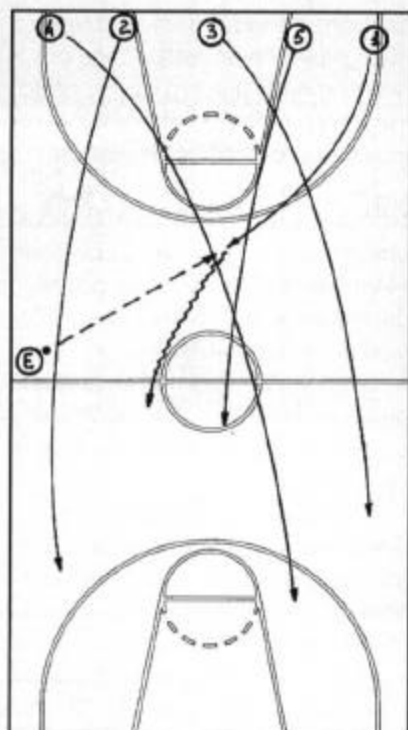


DIAGRAMA 8

Comienza el ejercicio con pase del jugador (5) a (1) con avance rápido del balón, al tiempo que los jugadores (2) y (3) se desplazan por sus carrileras externas y (4) por la interior contraria a (1) para situarse en el poste bajo.

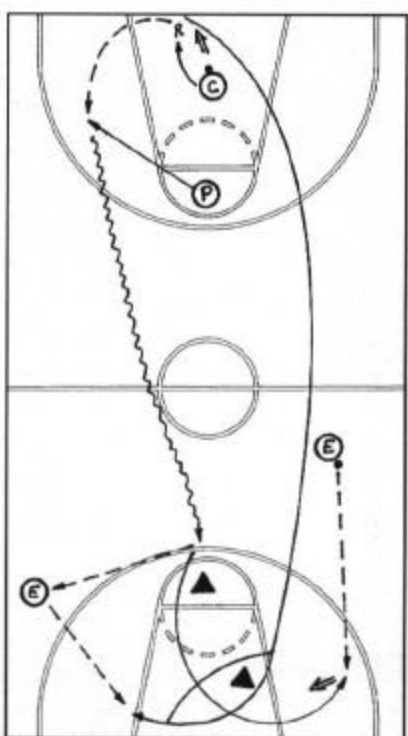


DIAGRAMA 9

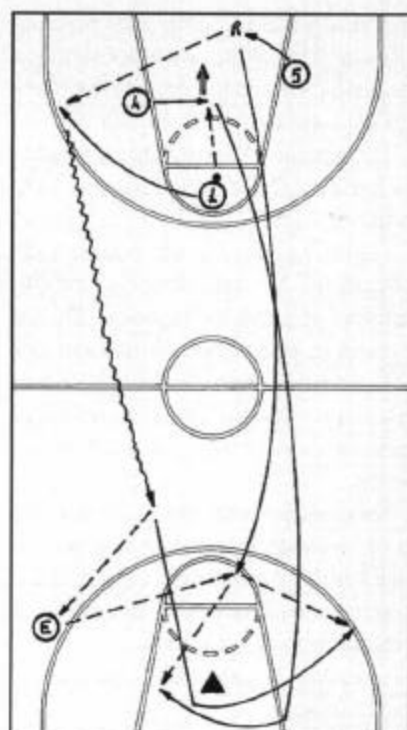


DIAGRAMA 10

La primera opción es para el jugador (3) que sale a recibir el pase de (1) para tirar de tres puntos al recibir el bloqueo de 2, *diagrama 7*.

En el *diagrama 2*, la continuidad de bloqueo o bloqueos en serie del jugador (2) a (4) logrando de esta for-

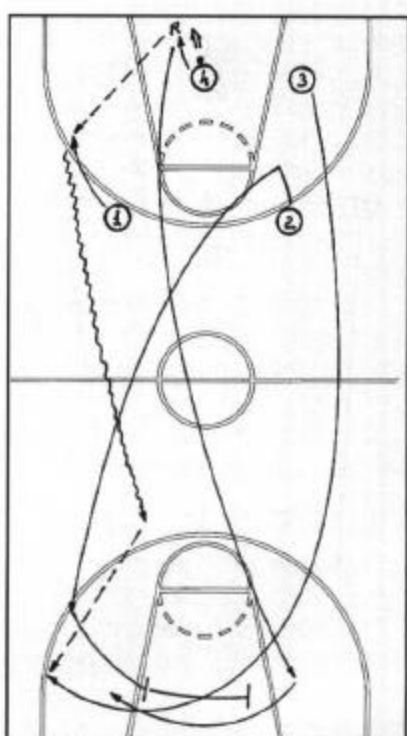


DIAGRAMA 11

ma la segunda opción si (3) no puede efectuar el tiro, estableciéndose de esta manera la combinación entre el juego exterior e interior.

El jugador (1) después de realizar el pase a (3), corta hacia el lado débil.

Si el jugador (3) no puede tirar, *diagrama 3*, ni relacionarse con (4), retorna el pase al jugador (5) que ocupa la posición libre dejada por (1) y de esta forma darle continuidad a los movimientos donde tiene la opción de pasar a (4) que gana la posición.

Si el jugador (5) no logra el pase a (4), invierte el pase al jugador (1) al lateral e inmediatamente corta a bloquear a (2) que sube para buscar tiro exterior, *diagrama 4*.

El jugador (1) tiene tres opciones:

- 1) Tirar;
- 2) Pasar a (5) ó,
- 3) Pasar a (2).

Las opciones finales son:

- 1) Juego de 2c2 entre los jugadores (1) y (5) ó (3) y (4).
  - 2) Tiro al aro del jugador (2).
  - 3) Juego de 1c1 formando aclardos, mandando a irse los centros.
- Las ventajas de esta formación

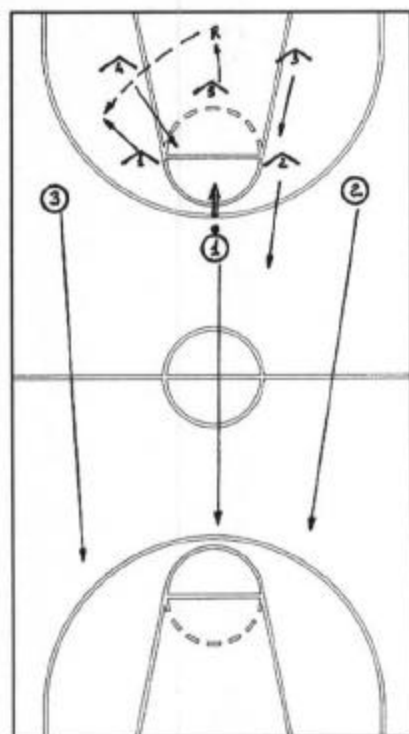


DIAGRAMA 12

final son que, independientemente a las múltiples opciones, permite pasar directamente al inicio de los patrones ofensivos sin la realización de movimientos rotacionales extras.

Una vez establecidos las posiciones y los movimientos básicos, pasamos a la ejercitación en todo el terreno partiendo de la posesión del balón en el rebote y de anotación del equipo contrario.

Los jugadores (1) y (2) en posición de bases, (4) y (5) como pivot bajo y poste alto, y jugador (3) en el lateral, *diagrama 6*.

(1) pasa a (4) para tirar al aro o pasar el balón por encima del tablero; (5) y (3) ocupan posición de rebote, y (1) y (2), posterior a cubrir la zona de rebote largo, se abren para el inicio del contraataque, donde (1) recibe el primer pase de (5) para comenzar el dribbling de impulso, al tiempo que (2) corre por la carrilera del primer pase y (3) por la carrilera opuesta, (4) ocupa la carrilera interior contraria al pase y (5) detrás cumpliendo doble función; trailer y de jugador de continuidad, e inicio de la misma con cruce del jugador (3) pa-



DIAGRAMA 13



DIAGRAMA 14

ra recibir el bloqueo de (2), aplicándose seguidamente los movimientos de transición de los diagramas 2, 3, 4 y 5.

*Ejercicios preparatorios de forma fragmentada.*

Estos ejercicios instructivos se emplean para el inicio del contraataque, sirviendo los mismos para la ubicación de las carrileras y posterior transición de no culminar el contraataque de forma directa.

Los jugadores se distribuyen de acuerdo a la disposición de los *diagramas 7 y 8*; en el primero, a la señal del entrenador, todas las jugadoras corren a ocupar sus carrileras hasta la mitad del terreno y en el siguiente corren mientras (1) recibe pase y cada jugador ocupa su carrilera, culminando el ejercicio con los pasos transitorios de forma íntegra.

En este ejercicio, aunque fundamental para los jugadores (1), rotamos a las demás posiciones para posibles soluciones alternativas.

El objetivo básico es la salida rápida y precisa del primer pase y el drible de impulso, *diagrama 9*. El jugador centro (C) tira a canasta o al

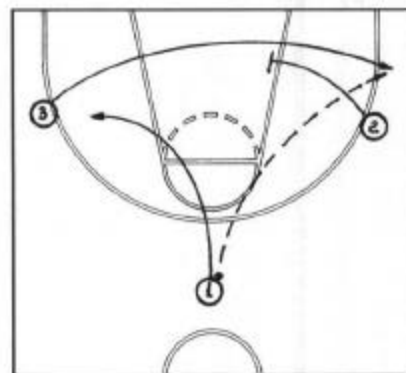


DIAGRAMA 15



DIAGRAMA 16

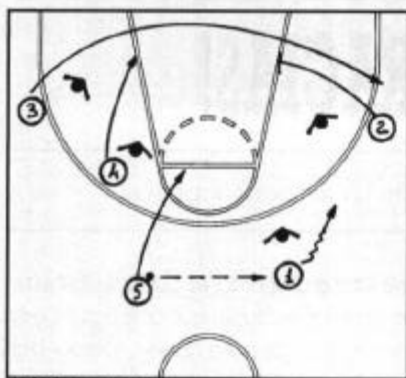


DIAGRAMA 17



DIAGRAMA 18

tablero al tiempo que el jugador de arriba (P) se abre para recibir y avanzar en dribbling; el centro (C), después de pasar, corre al lado contrario al pase para llegar al poste bajo y cortar con bloqueo imaginario para recibir el pase del pasador fijo que recibe pase del jugador del perímetro, mientras (P) corta rápido, posterior al pase, para recibir del entrenador y tirar.

En el *diagrama 10*, un ejercicio con movimientos específicos de los jugadores (1), (4) y (5).

(1) pasa el balón a (4) que tira al aro, (5) pone rápidamente el balón en juego pasándole a (1) que inicia el drible; los jugadores (4) y (5) ocupan sus respectivas carrileras.

(1) realiza el pase al entrenador (E) y corta sobre el bloqueo imaginario; el jugador (5) ocupa la posición de (1), recibe el pase del entrenador (E) y da la continuidad pasando a (1) ó (4) que ganan la posición.

Este ejercicio es para los jugadores (1), (2), (3) y (4), *diagrama 11*. Los jugadores (2) y (3) siempre se desplazan por lados contrarios tras el primer pase de salida; (2) realiza dos

bloqueos en serie, el primero a (3) y el segundo a (4), quedando la posición relámpago de pivót bajo.

En el siguiente ejercicio de conjunto se parte de posiciones defensivas, *diagrama 12*, para buscar una anotación tras capturar el rebote defensivo.

En este ejercicio se realiza el trabajo de conjunto pero partiendo de posiciones en la defensa y unimos cierta oposición defensiva.

Los jugadores ofensivos (1), (2) y (3) pasan a defender a los tres de-

*grama 15* muestra el comienzo de los movimientos de los jugadores, donde el objetivo principal es el bloqueo para el tiro de tres puntos.

Arrastramos el mismo ejercicio pero incorporamos al jugador (4), dejando libre la posición (1), utilizando a un entrenador (E) en función de pasador repetidor. Aquí lo fundamental es la efectividad continuada de los dos bloqueos de (2) y la opción de (3) de tirar, o pasar a (4), *diagrama 16*.

En el siguiente ejercicio dejamos



defensores que se convierten en atacantes, para crear cierto grado de dificultad.

En el *diagrama 13*, distintas opciones de mecanismos alternativos. Cuando no se puede pasar al jugador (3), por anticipación de la defensa, (1) pasa a (5) y realiza el corte recibiendo bloqueo de (2); al tiempo que (1) llega a su posición, (4) gana posición para recibir pase interior de (5); de no realizarse el pase a (4), lo hace al jugador (1) para tirar.

Cuando se imposibilita el pase de retorno del jugador (3) a (5), éste continúa el mecanismo habitual de bloquear a (2) y lograr una posibilidad de tiro o provocar la continuidad de los movimientos finales, *diagrama 14*.

También realizamos mecanismos de perfeccionamiento de algunos movimientos fundamentales con oposición. Los movimientos iniciales del mecanismo de transición son realizados con cierto grado de dificultad creado mediante un ejercicio de 3c3 en medio terreno. El *dia-*

libre al jugador (5), y lo iniciamos con pase de (5) a (1); obligamos la ejecución íntegra del movimiento o sea, hasta su fase final buscando una doble finalidad; el perfeccionamiento de las diferentes opciones y la introducción al trabajo de conjunto con oposición completa, *diagrama 17*.

Finalmente realizamos el ejercicio con oposición de conjunto; se trata de un 5c5 utilizándolo con varias finalidades:

1) Partiendo de la mitad del terreno, realizar la transición para el perfeccionamiento.

2) Igual al anterior pero pasando a la segunda transición o sistemas de ataque.

3) La unión de ambos casos pero jugando en series repetidas.

Después de abordar la idea central del mecanismo de transición empleado por el equipo nacional de baloncesto femenino, es importante no concluir sin abordar el pase de la misma a los sistemas de ataque que han sido denominados como la transición número dos. □

# EJECUTAR POR FAVOR. ¡GRACIAS!

Por **JUAN CARLOS MITJANA** (Arbitro Internacional y ACB. Entrenador Superior)

**T**uve la suerte de poder asistir en directo a la «Final Four» de Zaragoza, y no solo a los partidos en vivo, sino también al Clínic de entrenadores que una vez más nuestra asociación y nuestro presidente Toni Comas, organizó con notable éxito en cuanto al número de asistentes y al nivel técnico mostrado por los conferenciantes. Ettore Messina me sigue encantando por su facilidad de transmitir los conceptos claros y prácticos para nuestro Baloncesto Europeo.

Pero lo mejor de la «Final Four», bajo mi punto de vista, fue el debate abierto que se creó, paralelo a las actividades técnicas, respecto al tipo de juego que se practica y el que se debería practicar o permitir.

Quiero hacer hincapié que cuando se habla «DE PERMITIR», enseguida nos culpan a los árbitros de aceptar todo tipo de infracciones y faltas al reglamento sin castigarlas. Aquí es donde quiero hacer mi reflexión.

Cuando hablamos de baloncesto de alto nivel ya sea FIBA, ACB, Liga EBA, etc., los árbitros debemos aplicar unas reglas que están escritas y el criterio de éstas viene dado por nuestros superiores. Nuestros responsables deciden sus criterios en función del ambiente que se crea alrededor de todo el baloncesto. ¿Se acuerdan de los duelos «Audi Norris—Fernando Martín»? batallas campales, pero la prensa dijo: «Ya estamos en la NBA» y el ambiente que se creó alrededor de ese tipo de juego era favorable. Esta forma de jugar junto con otras circunstancias conllevan a que todo equipo que no practique ese estilo de juego se quede fuera de las posibilidades de conseguir un éxito deportivo.

Lo que no puede hacer la estructura arbitral, unilateralmente, es tomar la decisión de aplicar un determinado estilo de arbitraje que castigue de repente más contacto e infracciones.

Para unificar los criterios a seguir, lo primero es retomar el diálogo o discusión abierta en Zaragoza, y el cual ha seguido durante los play-off finales de nuestra liga, así como en Grecia, Italia y Francia, y por último sacar unas conclusiones y desde el poder ejecutivo de las respectivas organizaciones, dictar las normas y hacer que se cumplan, sin miedo a lo impopular que puedan ser puntualmente.

*Ejecutar por favor*, sino este deporte que nos atrajo en otro tiempo cuando éramos pequeños, se está convirtiendo en un balonmano de canastas altas, que no invita a los jóvenes actuales a practicar o simplemente a contemplarlo.

Plenso que los árbitros, como dijo el Presidente de la FIBA, «Tenemos el reglamento para aplicarlo», y tiene mucha razón al afirmar que sólo hay que aplicarlo, tan sólo falta que todo el mundo alrededor del baloncesto deje que se aplique; si este reglamento no favorece el baloncesto técnico y espectacular, entonces estudiemos las propuestas, hagamos los ensayos pertinentes y ejecutemos las conclusiones todos juntos.

Pensar que en la NBA, el año pasado, llegaron a la conclusión de que no se podía permitir tectar al jugador con balón cuando iba avanzando por el campo. Lo primero que hicieron fue detectar el error, lo estudiaron a fondo, montaron un video ilustrativo, que por cierto lo tengo en mi poder y es fantástico, y luego dieron las órdenes a sus árbitros para ejecutar esa norma. A la vez invitaron a los entrenadores a que no enseñaran las infracciones que habían decidido sancionar, digo invitar porque no se puede obligar, cada entrenador es libre de aplicar el estilo de juego que quiera, lo que si que es cierto es que si se aplican, o se enseñan acciones ilegales a los jugadores, después no deberían quejarse cuando se les castiguen.

Hasta aquí esta pequeña reflexión, y

mi última pregunta es que si todos estamos de acuerdo en que este baloncesto no es el mejor para nadie, ¿porqué tardan tanto en ejecutar los cambios para enderezarlo?

Os adjunto la respuesta del test del último Clínic nº 28; como podéis ver, junto a las respuestas he puesto la referencia al reglamento para que podáis comprobar vosotros mismos las contestaciones. Gracias por el interés demostrado en el Clínic de la «Final Four» por las soluciones, me ha sorprendido el alto grado de interés al respecto. □

1) Ref. Art. 3.c.4.c.	(F)
2) Ref. Art. 4.d.3	(V)
3) Ref. Art. 14.a.	(F)
4) Ref. Art. 13.4.a.3	(V)
5) Ref. Art. 20.a.3.a	(F)
6) Ref. Art. 31.a.1	(V)
7) Ref. Art. 19.c.2.c	(F)
8) Ref. Art. 39.b.2.a	(F)
9) Ref. Art. 39.b.3	(V)
10) Ref. Art. 39.b.b.1	(V)
11) Ref. Art. 41	(F)
12) Ref. Art. 43.2.b.	(F)
13) Ref. Art. 31.c.4.	(F)
14) Ref. Art. 31.c.5.	(F)
15) Ref. Art. 32.5.a	(F)
16) Ref. Art. 60.e.	(F)
17) Ref. Art. 53.b.	(F)
18) Ref. Art. 59.2.b.1.	(V)
19) Ref. Art. 59.2.c.1.	(F)
20) Ref. Art. 44.1.	(V)
21) Ref. Art. 31.	(V)
22) Procedimientos partidos oficiales A.2	(F)
23) Ref. Art. 61.1.3.4.	(V)
24) Ref. Art. 54 Sanción 1.a.	(F)
25) Ref. Art. 23.3 Art. 24.1.a (R-6) - Art. 49 Sanción (R-8)	(F)
26) Ref. Art. 60.D.2.c. Sanción (nota) (R-10)	(F)
27) Ref. Art. 52) (R-9)	(V)
28) Ref. Art. 53.B.3. (R-9)	(F)
29) Ref. Art. 54, Art. 59.2.b.1.e	(V)
30) Art. 30 Comentario	(F)
31) Art. 20 A.4	(V)
32) Ref. Art. 15.7 (R-4)	(F)
33) Ref. Art. 23.3 (R-6)	(F)
34) Ref. Art. 28.1.b (R-6) - Ref. Art. 47 Sanción 3.a	(F)
35) Ref. Art. 29.2 (R-6)	(F)
36) Ref. Art. 31 B.3.b.	(V)
37) Ref. Art. 1 al Art. 61	(V)
38) Ref. Art. 60.e (R-10)	(F)
39) Ref. Art. 32.5.a (R-6)	(V)
40) Ref. Art. 39.B.1	(F)
41) Ref. Art. 44.1	(F)
42) Ref. Art. 44.3	(F)
43) Ref. Art. 47 Comentarios B.1.a.b	(F)
44) Ref. Art. 47 c.5.c	(V)
45) Ref. Art. 47 F.2.a	(F)
46) Ref. Art. 53 B.b.c	(F)
47) Ref. Art. 54 Sanción 1.b.	(F)
48) Ref. Art. 55.2	(F)
49) Ref. Art. 55.3.b.c.	(F)
50) Ref. Art. 59.2.b.1	(V)

N.º 1



equipamiento  
y materiales  
deportivos, s.l.

Polig. Industrial Royales Altos, calle G, n.º 18  
Carretera de Barcelona, Km. 334,3  
Tels. (976) 10 83 38-10 83 70 • Fax (976) 10 70 00



---

## ENTREVISTA CON ZELJKO OBRADOVIC

---

Por **GONZALO PEREZ S.** (Periodista)

---

**L**a liga Europea de la década de los noventa tiene un nombre propio: **Zeljko Obradovic**. Tres títulos en tres participaciones y lo que es más destacable, campeón con tres equipos diferentes: Partizán de Belgrado (1992), Joventut de Badalona (1994) y Real Madrid (1995). Todo un logro conseguido a los 35 años de edad y que, de manera prematura, le ha colocado a la altura de los mejores técnicos, por

palmarés, del continente europeo.

Nacido en Cacak, Zeljko Obradovic llegó a los banquillos a una edad muy temprana, a los 30 años. El Partizán se había quedado sin entrenador y momentos antes de viajar con la selección de Yugoslavia al Eurobasket de Roma 1991, la cúpula del conjunto de Belgrado, encabezada por el legendario Kikanovic, le ofreció el cargo. Desde aquel día la trayectoria profesional de Obra-

dovic ha sido bañada por el éxito.

—Tres títulos europeos a los 35 años de edad. ¿Nos podría explicar las claves de su éxito?

—«Trabajo y solamente trabajo. Desde que cogí a mi primer equipo, el Partizán, encontré un grupo muy joven con el que aprendí a sufrir y a la vez a disfrutar. Ganamos una liga Europea con mucho sufrimiento, toda vez que sólo pudimos jugar un partido en nuestra cancha. Pero de

“

***La clave del éxito es el trabajo, solamente trabajo. No me importa que la gente diga que tengo suerte, porque suerte la tiene sólo el que la merece***

”

todo sufrimiento se aprende, porque era un grupo humano muy joven con el que se podía hacer muchas cosas. Pero aquel sufrimiento y trabajo diario ha sido el mismo con el que he ganado la Liga Europea con el Joventut y Real Madrid. Con estos tres equipos se ha vuelto a hacer valer mi filosofía, que dice que no importa cómo estés en el mes de septiembre si llegas bien al mes de abril, el momento cumbre de la temporada. No me importa que la gente diga que tengo suerte, porque suerte la tiene sólo él que la merece.

—Zeljko Obradovic llegó a los banquillos en un tiempo récord. ¿Los entrenadores nacen ó se hacen?

—«Ambas cosas. Fui jugador 16 años y a los 22 comencé a tener conciencia de que quería ser entrenador, toda vez que a partir de entonces apunté todos los entrenamientos que realizó mi equipo. Cuando era jugador, todos los entrenadores me decían que era entrenador en la pista; veía el baloncesto de una manera muy distinta a la del resto de mis compañeros. Todos los conocimientos que adquirí como jugador me sirvieron para coger experiencia. Cuando comencé a entrenar al Partizán, esto resultó una ventaja para mí. Nos conocíamos a la perfección; sabíamos cómo jugábamos; cómo pensábamos... Además, encontré la ayuda de mis dos grandes maestros: Asa Nikolic y Dusan Ivkovic».

—Siempre se ha comentado que la gran diferencia entre el baloncesto yugoslavo y el que se practica en el resto de Europa estriba en el talento. ¿Qué significa para Vd. dicha palabra?



“

***Todos los conocimientos que adquirí como jugador me sirvieron para coger experiencia. Cuando comencé a entrenar el Partizán, esto resultó una ventaja para mí***

”

—«Talento es cuando un jugador joven tiene la capacidad de sacar los aspectos positivos de otro jugador más veterano e intentar ponerlos en práctica sobre la cancha, entrenando de una manera individual o con el entrenador. No conozco ningún gran jugador que haya sido bueno sólo trabajando con el equipo. También

una mentalidad muy distinta puede ir unida al talento».

—Durante la última Final Four se ha llegado a comentar que el baloncesto se ha convertido en un deporte rármano, debido a los pocos puntos que se anotan. ¿Comparte dicha opinión?

—«La forma de juego con la que se actuó en Zaragoza no es nueva en el baloncesto, ya que salvo la primera Final Four, disputada en Gante, todas se han desarrollado de la misma manera. Respeto todas las opiniones, pero el espectáculo no tiene nada que ver con los puntos que se meten en un partido. Cuando un equipo hace 100 puntos y su rival 90, puede no haber espectáculo. Yo estoy contento de la manera de la que el Real Madrid ganó el título de



la Liga Europea; siempre el fin justifica los medios, porque luego nadie recuerda el nombre de los perdedores».

—La defensa se ha convertido en la base del baloncesto actual. ¿Por qué los ataques ya no pueden superarla como antaño?

—«Todo el mundo tiene la oportunidad de romper las defensas, ya que el atacante tiene ventaja, tiene el balón, y él sabe lo que va a hacer con él en cada momento. Pero todo depende de los entrenadores. ¿Por qué no se trabaja el ataque? ¿Por qué no se corre? En España se dice que hay que correr. ¿Pero qué pasa? Un día sí no corres y no metes puntos, se acabó tu baloncesto. A mí me encanta que mis equipos corran ya que, junto a una dura defen-

sa, no hay nada mejor en el baloncesto. El baloncesto de ataque siempre existirá, porque en la filosofía de un entrenador no entra que un jugador no tire a canasta cuando esté sólo; lo más seguro es que en un mismo ataque no va a tener una segunda oportunidad».

—Zeljko Obradovic es un entrenador al que le gusta trabajar con los jugadores jóvenes, una filosofía muy propia de todo el baloncesto yugoslavo. ¿Un jugador a los 26 años todavía tiene tiempo para aprender?

—«Todos los jugadores tienen tiempo para aprender al igual que todos los entrenadores. Está claro que cuando ya eres más maduro coges unos hábitos y maneras en tu juego difíciles de cambiar. Pero siempre se puede enseñar detalles que puedan aumentar el nivel técnico y táctico de cada jugador. Para mí, el mejor entrenamiento es cuando puedo aprender algo de un jugador».

—El actual entrenador del Real Madrid siempre se ha considerado un discípulo de Asa Nikolic. ¿Cuál es el motivo?

—«Creo que ha sido el mejor entrenador de Europa. Lo que más me ha impresionado de Nikolic es su sabiduría a la hora de analizar los deta-

“

**Respeto todas las opiniones,  
pero el espectáculo  
no tiene nada que ver con  
los puntos que se meten  
en un partido**

”

lles más pequeños del juego. Esto es lo que le ha hecho más grande».

—Un entrenador joven como usted podría dar algún consejo a los técnicos que comienzan, a los de base.

—«Que se olviden de los resultados y que den oportunidades a todos los jugadores. Si es un buen alero, que actúe de 1 ó 2; si es pívot, que juegue de alero... No hay nada peor para los jugadores más jóvenes que se busquen resultados. Hay que olvidarse de los sistemas y trabajar más cuestiones individuales: botar, pasar, desarrollar su rapidez... Ser entrenador de base es más difícil que ser un gran técnico de élite. Un jugador tiene que trabajar una media de seis horas diarias. En España, como ocurre en Yugoslavia, esto puede ser posible. Pero ello depende del entrenador, que en todo momento se tiene que convertir en un padre para el jugador. Yo tuve una experiencia muy positiva en mi segundo año con el Partizán con un pívot joven llamado Drobňak. Trabajábamos juntos desde las siete de la mañana, con o sin el equipo. Me convertí por una temporada en su padre. Su evolución fue favorable y cada día ambos nos encontrábamos muy orgullosos. Todo el trabajo ha dado sus frutos y ahora es uno de los mejores pívots yugoslavos. En España he podido trabajar mucho con otros jóvenes jugadores: Dani Pérez, Santos, Lasa, Tomás Jofresa... Aunque otros no tan jóvenes, como García Coll, han visto que a los 30 años también se puede aprender y desarrollar muchas cosas».

—¿Que el baloncesto haya evolucionado por otros derrotados signifi-

“

**Talento es cuando un jugador  
joven tiene la capacidad  
de sacar los aspectos positivos  
de otro jugador más veterano  
e intentar ponerlos en práctica  
sobre la cancha, entrenando  
de una manera individual  
o con el entrenador**

”

“

**Me encanta que mis equipos corran ya que, junto a una dura defensa, no hay nada mejor en el baloncesto**

”

fica que en la última década han desaparecido los jugadores con capacidad de decisión?

—No. El ejemplo está en Sabonis, que en la final de la Liga Europea anotó 25 puntos en 23 minutos. Se puede trabajar muchos aspectos del juego, se puede mejorar las defensas, pero un buen jugador decidirá y siempre meterá puntos. Pero si es respaldado por un buen trabajo de equipo, mejor que mejor.

—Como primer entrenador usted está siempre dispuesto a ayudar a sus jugadores, tanto a nivel individual como colectivo. ¿Es posible que un jugador sólo evolucione jugando partidos?

—«La evolución de los jugadores sólo puede ser posible cuando se acaba la Liga, ya que durante la temporada se juegan demasiados

“

**No hay nada peor para los jugadores más jóvenes que se busquen resultados**

”

partidos. Los jugadores jóvenes y veteranos si quieren mejorar deben trabajar en el verano, aunque todos somos conscientes que tras una larga temporada siempre tiene que haber un descanso. En Yugoslavia se tiene una mentalidad diferente, ya que los jugadores tienen ganas de hacer algo con su vida jugando al baloncesto. Hay dos diferencias entre las estrellas y otros jugadores. La primera, es que las estrellas viven para y por el baloncesto, su mejoría se basa en la capacidad de trabajo tras los entrenamientos del equipo, casos de Petrovic



y Danilovic. La segunda y gran diferencia la ponen los jugadores que se limitan a cumplir con los horarios de entrenamiento impuestos por el técnico. Cuando la sesión dura un cuarto de hora más...»

—Tres títulos de Europa, dos años en España. ¿Ha venido a enseñar algo a los entrenadores españoles?

—«No, porque los técnicos españoles son de lo mejor de Europa; tienen un gran nivel. No he venido a enseñar nada a nadie, sólo a trabajar con mi equipo, con mi club, que al final es el que me paga. A ellos sólo se les puede preguntar si

han aprendido algo de Obradovic. La muestra es que tras proclamarme campeón de Europa con el Real Madrid, me llegaron felicitaciones de todos los que componen el Joventut de Badalona; jugadores, dirigentes...».

¿A sus 35 años ha aprendido to-

“

**Ser entrenador de base es más difícil que ser un técnico de élite**

”



do lo que tenía que aprender como entrenador de baloncesto?

—«Soy joven y, por tanto, tengo

”

**Las estrellas viven para y por el baloncesto, su mejoría se basa en la capacidad de trabajo tras los entrenamientos del equipo, casos de Petrovic y Danilovic**

”

muchas cosas que aprender en este mundo. Aprendo de mis jugadores, de los equipos inferiores... ¿Por qué no pueden desarrollar mis equipos detalles técnicos que se puedan extraer de los partidos entre los más jóvenes? Vuelvo a repetir, el entrenador puede y debe aprender mucho de todos los jugadores, ya que todo lo que hemos podido ver en el baloncesto ha sido gracias a ellos. El primer pase por la espalda lo hizo un jugador y no un entrenador; el tiro en suspensión; el gancho... Todo

”

**Un buen jugador decidirá y siempre meterá puntos. Pero si es respaldado por un buen trabajo de equipo, mejor que mejor**

”

lo ha hecho primero el jugador y más tarde el entrenador lo ha ido mejorando poco a poco. También me gustaría conocer los métodos de trabajo de las universidades americanas».

—Zeljko Obradovic será una de las estrellas del clínic anual de la Asociación Española de Entrenadores (AEEB), que tendrá lugar en Ibiza el próximo mes de julio. ¿Los entrenadores que se den cita allí, qué pueden aprender de todo un campeón de Europa?

—«Todo dependerá de ellos y de cuánto sepan. Explicaré mi filosofía sin secretos, tal y como la realizo en mis equipos. Espero que ellos puedan trasladar a su formación todos los aspectos positivos de este clínic, al igual que haré yo con el resto de los conferenciantes. Espero que sea una experiencia muy positiva para todos los que nos demos cita allí».

—¿Qué papel otorga a la AEEB dentro del baloncesto español?

—«Muy importante para la estructura de la mejor Liga de Europa. La AEEB hace muchas cosas para ayudar a sus miembros, a los que no sólo protege, sino que, con sus actividades, intenta ser una gran base para su formación. Organiza clínicos, edita libros y vídeos... La voz de la AEEB es siempre tenida en cuenta entre las grandes esferas del baloncesto español». □

”

**La voz de la AEEB es siempre tenida en cuenta entre las grandes esferas del baloncesto español**

”



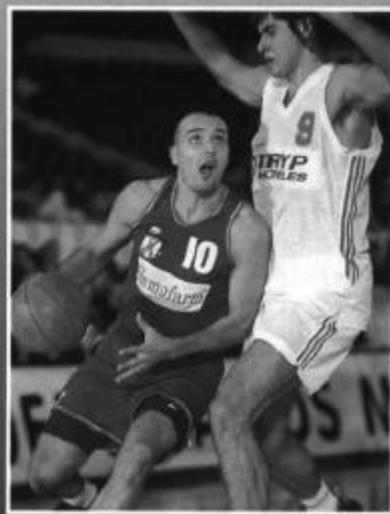
# Revista Oficial FIBA BASKET

Indispensable para que los entrenadores estén al día sobre la Liga ACB y el baloncesto internacional.



Con sus siete ediciones por toda Europa, FIBA BASKET es la revista de baloncesto de mayor difusión y ventas en nuestro continente. Con informaciones puntuales sobre todas las competiciones, entrevistas con los jugadores y entrenadores más destacados, y una especial atención a la NBA.

En España, FIBA BASKET incluye además el Suplemento Especial "ACB BASKET", un completo análisis sobre la liga española, con toda la información que genera mensualmente nuestra competición. Estadísticas, artículos de opinión, entrevistas y reportajes a los protagonistas de la Liga ACB, y sobre todo, la sección "Desde el banquillo", realizada en colaboración con la A.E.F.B. y que ofrece la más completa información sobre el mundo de los entrenadores.



**ATENCIÓN:**

Consigue una suscripción gratuita por un año (11 números) a la Revista Oficial FIBA BASKET. Infórmate en las oficinas de la A.E.F.B. c/ Jorge Juan, 82, 5º, 1ª. 28009 Madrid. Tel.: (91) 575 35 65. Fax: (91) 577 50 73



Llegarás a Manhattan *Con* 1 hora de adelanto.

Porque aterrizando en New York-Newark se ahorra tiempo en trámites y se llega a Manhattan 1 hora antes.

Volarás gratis *Con* acumulación de millas.

Porque el Programa OnePass permite acumular más millas de descuento cuanto más frecuentemente vuelas.

Dispondrás de 135 conexiones *Con* Estados Unidos.

Porque Continental tiene más de 135 conexiones diarias con USA, México y el Caribe desde su propia terminal.

Volarás en Primera *Con* tarifa Business.

En BusinessFirst de Continental. En asiento electrónico totalmente reclinable, con vídeo-sistema personal incorporado.

Volando a Nueva York *Con* Continental.

La Compañía Aérea con más salidas diarias desde Nueva York.



*Con*  
**Continental  
Airlines**



LA LINEA INTELIGENTE.