

LAS CARACTERÍSTICAS DEL BALONCESTO

Fundamentos del Baloncesto

Ricardo André Birrento Aguiar

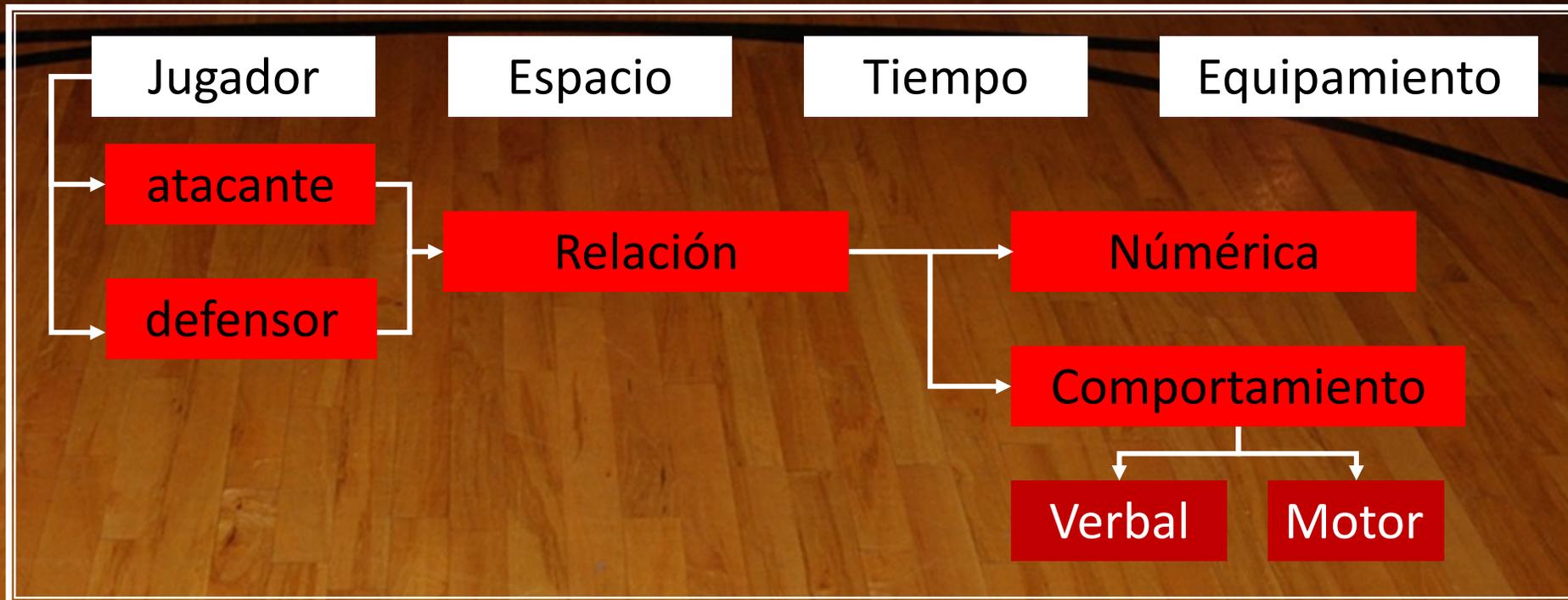
José María Giménez Egido

Enrique Ortega Toro

¿Qué es lo que determina que el juego sea de una forma o de otra?

REGLAMENTO

Define aspectos relacionados con el



ENTRENADORES

JUECES Y ÁRBITROS

¿Qué es lo que determina que el juego sea de una forma o de otra?

REGLAMENTO

Define aspectos relacionados con el



¿Qué es lo que determina que el juego sea de una forma o de otra?

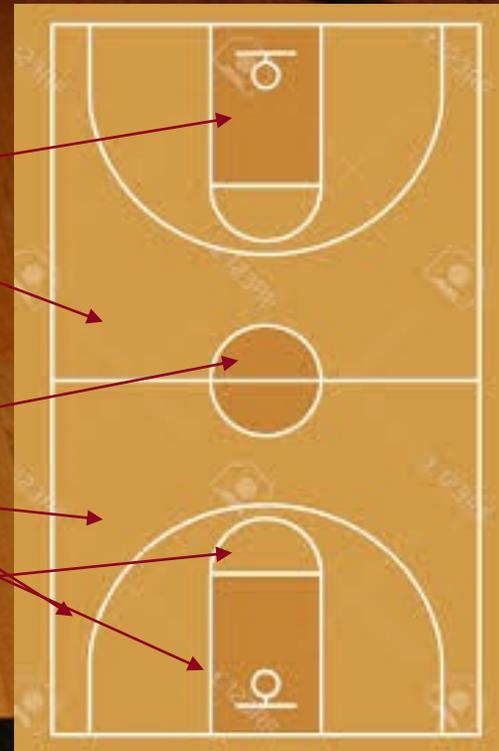
REGLAMENTO

Terreno de juego

Balón

Definidos por el reglamento

- Pista delantera / Pista trasera
- Área restringida
- Pasillo de tiros libres
- Área de 6,25-6,75 m
- Círculo central
- Círculos de tiros libres



¿Qué es lo que determina que el juego sea de una forma o de otra?

REGLAMENTO

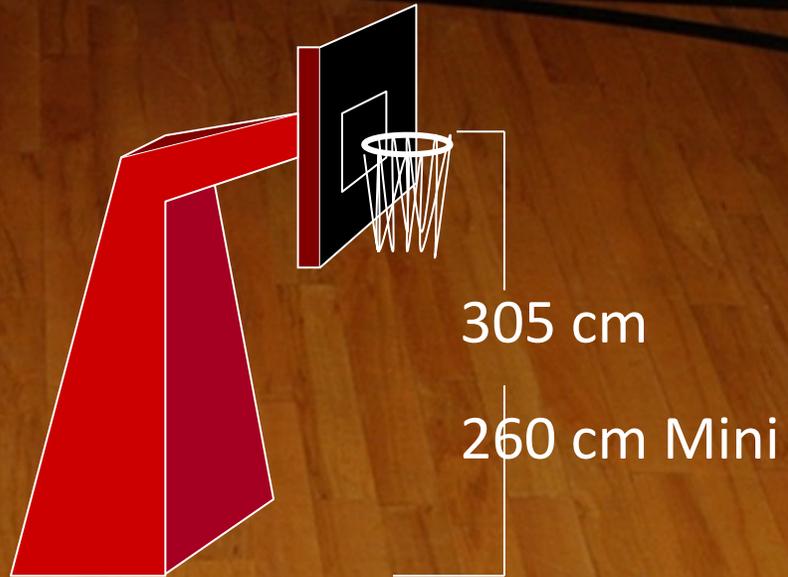
Define los elementos formales



¿Qué es lo que determina que el juego sea de una forma o de otra?

REGLAMENTO

Define aspectos relacionados con el



PRINCIPIOS GENERALES

DE LA FASE DE ATAQUE

Conservación del balón

Progresión hacia la canasta contrario

Lanzamiento al cesto contrario, consecución del cesto

Protección del propio cesto

Impedir la progresión de balón y jugadores

Recuperación del balón

DE LA FASE DE DEFENSA

PRINCIPIOS ESPECÍFICOS

Conservación del balón:

- Conservación individual del balón
- Conservación individual con ayuda
- Dispersión colectiva en torno al balón
- Apoyo colectivo en espacios libres a distancia de pase

Progresión del balón y jugadores:

- Progresión individual con balón
- Progresión individual con ayuda
- Dispersión y apoyo en profundidad y anchura

¿Qué es lo que determina que el juego sea de una forma o de otra?

REGLAMENTO

Impedir la progresión de balón y jugadores

- Ocupación de espacios en profundidad y anchura para impedir la progresión hacia el propio cesto

Recuperación del balón:

- Interceptar la trayectoria del balón durante sus evoluciones por el espacio evitando que consigan encestar
- Búsqueda de la infracción al reglamento
- Recuperación tras lanzamiento fallado

BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA

Revista Pedagógica de Educación Física

ADAL

OPINIÓN DE LOS ENTRENADORES Y EXPERTOS de BALONCESTO sobre LA ESPECIALIZACIÓN EN PUESTOS ESPECÍFICOS

Dr. Enrique Ortega Toro

Universidad de Murcia

Jesús Salado Tarodo

Máster en Educación Física y Salud

Dr. Miguel Ángel Gómez Ruano

Universidad Politécnica de Madrid

José Manuel Palao Andrés

Universidad de Murcia

María Isabel Piñar

Universidad de Granada

El objetivo del presente estudio fue analizar la opinión de los entrenadores y expertos de baloncesto sobre la especialización por puestos específicos. Para ello se administró a 105 entrenadores de baloncesto con título federativo y 12 expertos el Cuestionario sobre Especialización en Puestos Específicos (Salado, 2010). Los resultados más significativos señalan que: a) los expertos indican que se debería determinar el puesto específico idóneo atendiendo principalmente a la capacidad táctica, mientras que los entrenadores apuestan por las características físicas; b) los entrenadores creen que la competición exige la especialización, mientras que los expertos consideran que esta exigencia es menor; c) el mayor porcentaje de expertos, eligieron los 16 años como edad de inicio a la especialización, mientras que los entrenadores han elegido la de 15 años; d) la mayoría de los expertos opinan que el momento de inicio a la especialización debe depender de cada deportista, mientras que los entrenadores creen más en que debe realizarse a una determinada edad; e) tanto entrenadores como expertos consideran que la especialización se debe llevar a cabo en un primer momento no atendiendo a un solo puesto específicos, sino atendiendo al menos a dos puestos específicos. Todos estos datos, junto a otras propuestas teóricas, podrán servir de referencia para los entrenadores a la hora de establecer criterios en el proceso de especialización en sus jugadores de baloncesto.

Planificación – especialización – baloncesto



LAS CARACTERÍSTICAS DEL BALONCESTO



Fundamentos del Baloncesto

Ricardo André Birrento Aguiar – ra.birrentoaguiar@um.es

José María Giménez Egido – josemaria.gimenez@um.es

Enrique Ortega Toro – eortega@um.es