

Javier Olivera,
Profesor de Historia y Sistemas
de la Educación Física y el Deporte. INEFC-Lleida.
Jordi Ticó,
Licenciado en Educación Física.

ANÁLISIS FUNCIONAL DEL BALONCESTO COMO DEPORTE DE EQUIPO

Resumen

El Baloncesto es una actividad deportiva muy evolucionada y en renovación permanente que presenta una estructura funcional armónica y coherente, en donde todos sus factores señalan grandes niveles de desarrollo. Su perfil deportivo sería el de un juego motor agonístico dotado de una gran estructuración temporal, apoyada en los medios tecnológicos actuales, y una distribución racional de los esfuerzos, cuya dosificación surge de la misma dinámica del juego, resultando para el practicante y el espectador una actividad intensa y vistosa.

La práctica del baloncesto requiere un gran nivel técnico, el cual debe ser ejecutado a máxima velocidad y dirigido a su vez, por una inteligente capacidad de decisión, al servicio de un planteamiento estratégico colectivo, sumamente complejo, lo que obliga a sus participantes a tener una gran concentración mental en las tareas colectivas de cooperación/oposición.

Se practica en un terreno bastante reducido, con zonas semi-prohibidas, y en donde parte de su juego se desarrollan en el aire, como consecuencia de la posición de su meta, en alto y sin obstáculos permanentes, con un reglamento que juega a favor del juego vistoso y espectacular.

Por todo ello, resulta que este deporte goza de la afición de millones de personas practicantes y espectadores, en nuestro país y en el mundo entero -es uno de los tres deportes más populares del mundo- y es citado a me-

nudo, como el deporte paradigma de nuestro tiempo, por su renovación permanente de las reglas al hilo de los tiempos, por su dinamismo, por su desarrollo técnico-táctico y por su espectacularidad de acción.

Palabras claves: análisis funcional, el espacio, los sub-espacios, el balón, el tiempo, la meta, la puntuación, el reglamento, el nivel de interacción motriz, la estrategia, la técnica-táctica, la capacidad de decisión.

Introducción

Dentro de una posible clasificación de los deportes, vemos al baloncesto como un deporte de equipo, o sea un juego colectivo que gira en torno a un objeto esférico versátil y de carácter lúdico, llamado pelota, el cual a través de un proceso de institucionalización creciente que se inició a finales del siglo pasado se convirtió en deporte, lo que conlleva una serie de rasgos estructurales que lo definen como tal: *una codificación de la competición*, representada por las reglas del juego; *una actividad física* determinada y que, en función del ámbito al que lo apliquemos, se mantendrá en márgenes tolerables o por el contrario tenderá al máximo, como en el deporte de rendimiento. Esto implicará un mayor *riesgo*, siendo este parámetro otro de los rasgos que delimitan la actividad y que posee valores variables en función del tipo de práctica que diseñemos y

de los objetivos que nos planteemos; *el carácter lúdico* de la actividad es consecuencia del origen de nuestro deporte y de todos los deportes en general y aunque existe una clara tendencia en el ámbito del deporte de élite de sustituir este parámetro por el de trabajo, es imprescindible que este rasgo esté presente en todos los campos de aplicación del baloncesto. Por todo ello, el baloncesto como deporte presenta una serie de rasgos estructurales comunes a todos los deportes a los que podríamos añadir lo que se ha venido a denominar *fair-play* o juego limpio que es una genuina aportación británica y que debe envolver con su espíritu a toda práctica deportiva. Sin embargo no todos los deportes poseen las mismas características estructurales ni funcionales. En estos aspectos presentan profundas diferencias y aunque parten de un tronco común y poseen los mismos rasgos estructurales que los definen, la diversa miscelánea deportiva que hoy existe, surge de la ludificación e institucionalización de actividades y prácticas primigenias que se desarrollaron primero como actividades de índole laboral para ser después, con la pérdida de importancia en el sistema de vida productivo de las distintas civilizaciones, actividades recreativas que posteriormente fueron transformadas en deportes a través de la creación de los equipos, los clubes y las federaciones. Los juegos colectivos fueron unas prácticas recreativas que las desarrollaron los miembros de sociedades muy evolucionadas, ya que para su práctica es necesario conocer

y dominar una serie de facetas imprescindibles que pasan por la actuación y responsabilidad individual hasta llegar al trabajo de equipo y la responsabilidad colectiva en esa doble tarea indisoluble de cooperación/oposición.

A través del proceso de deportivización que se da en los países anglosajones, estos juegos colectivos cuyo soporte básico era el móvil lúdico, la pelota y la confrontación de dos equipos en un conflicto de carácter recreativo, se transforman en nuevos deportes, pero enseguida surgen una serie de afinidades entre estos deportes que nacen de un tronco madre, los juegos colectivos, y pronto se identifican en una estructura formal y funcional común.

El baloncesto pertenece a este grupo de deportes denominado deportes de equipo, cuyo origen son los juegos colectivos de cooperación/oposición, todo ello nos confirma que, en base a las analogías que presentan todos los deportes encuadrados en este grupo, en cuanto estructura formal y funcional, respetando sus peculiaridades, podemos realizar un análisis comparativo del baloncesto en este contexto, con objeto de reseñar y resaltar las afinidades y diferencias que le unen y separan a los otros grandes deportes de equipo y concebir mejor su realidad.

Estructura formal y funcional de los deportes de equipo

Así pues en cuanto a la estructura formal (J. Hernández, 1988), el terreno de juego es en todos los casos un espacio rectangular, sin obstáculos y con todas sus medidas, metas y señalizaciones perfectamente establecidas; el balón es un objeto de forma esférica que rebota al contacto con el suelo y en torno al cual giran las acciones fundamentales del juego; las reglas de juego delimitan las condiciones de la competición y

ESTRATEGIA

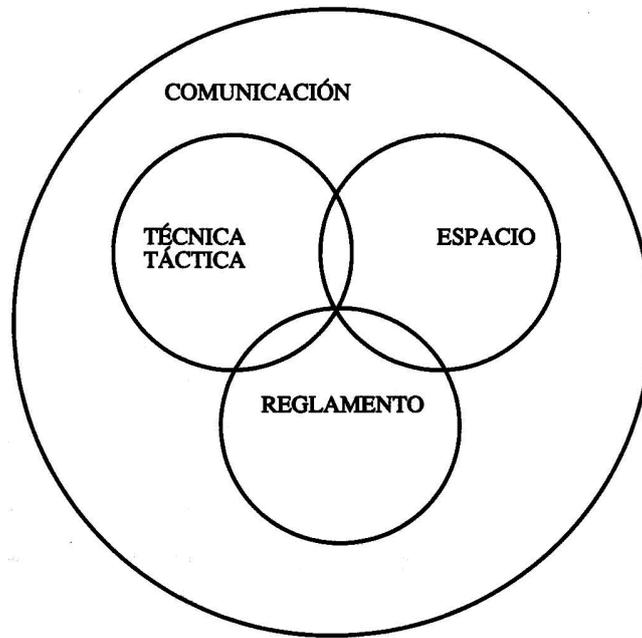


Gráfico 1. Los cinco parámetros del baloncesto

determinan las condiciones de inicio, desarrollo y final del propio juego; los tantos son la finalidad del juego, el cual consiste en conseguir el mayor número de ellos y encajar el mínimo; los compañeros colaboran entre sí con el objeto de establecer tareas de cooperación para conseguir tantos y tareas de oposición colectiva con objeto de evitar tantos en su propia meta; y, por último, los adversarios que colaboran entre sí con objeto de alcanzar sus objetivos de ataque o defensa, en aras del objetivo final: ganar.

Los deportes de equipo poseen esta estructura formal que acabamos de explicitar. Sin embargo, existe otra estructura interna común, que llamaremos funcional, que también caracteriza a estos deportes y consiste en entender la acción del juego como el resultado de la interacción entre los compañeros de un mismo equipo en

torno al balón, con objeto de lograr los objetivos propuestos. Las tareas básicas que se darán en el juego serán las de cooperación y oposición, tanto en ataque como en defensa; ambas tareas se darán en una misma fase del juego, ya que los atacantes colaborarán para oponerse a la defensa y los defensores, para oponerse al ataque. Por tanto, los factores que nos permitirán explicar la estructura funcional de los deportes de equipo bajo la perspectiva de la cooperación/oposición, según el estudio realizado por J. Hernández (1988), son los expuestos en la gráfica 1.

Análisis comparativo de los diversos deportes de equipo

El espacio

Realizando un análisis comparativo de los diversos deportes de equipo



Voleibol	18 x 9	=	162 m	12 jugadores
Baloncesto	28 x 15	=	420 m	10 jugadores
Balonmano	40 x 20	=	800 m	14 jugadores
Fútbol	100 x 65	=	6500 m	22 jugadores
Rugby	120 x 70	=	8400 m	30 jugadores

Cuadro 1

Voleibol	13,5 m ² por jugador
Baloncesto	42 m ² por jugador
Balonmano	57 m ² por jugador
Rugby	280 m ² por jugador
Fútbol	285 m ² por jugador

Cuadro 2

considerados y siguiendo la estructura formal y funcional de los mismos, observamos que, con respecto al terreno de juego, que en todos es rectangular, existen sin embargo grandes diferencias en cuanto al área de participación en metros cuadrados que cada deporte posee y el número de jugadores que participan simultáneamente en el juego (ver cuadro 1).

Como consecuencia de esta correlación entre el número de metros cuadrados y el número de jugadores, se deduce el espacio de interacción individual, el cual viene especificado en el cuadro 2.

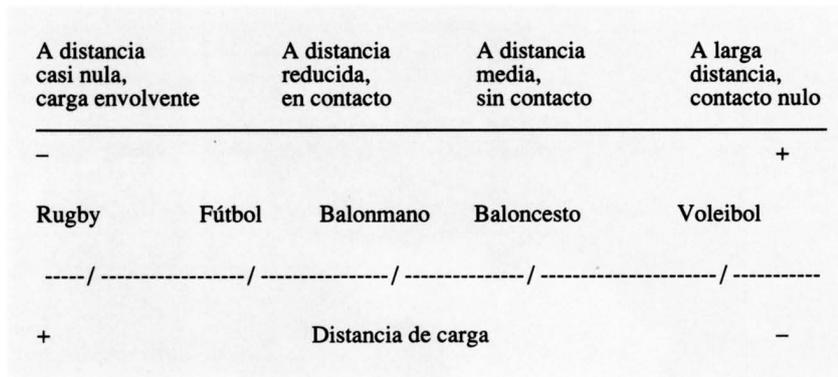
En el cuadro 2, observamos que el voleibol es un deporte que concede menos *espacio de juego por jugador* y además es una práctica que se realiza en dos terrenos de juego separados e inviolables y con una participación en el juego alternativa, a diferencia de otros deportes de equipo que poseen espacios de juego comunes, denominados zona de ataque

y zona de defensa, y participación simultánea en el juego; es por ello que este dato no es demasiado válido para nuestro estudio comparativo ya que, aunque es una actividad que posee unos rasgos estructurales y funcionales comunes a los deportes de equipo, las características señaladas anteriormente hacen que los datos que de él se derivan no sean válidos para su comparación. Por tanto, se observa que de los otros cuatro deportes, el que posee menos espacio por jugador es, precisamente, el baloncesto a una cierta distancia del balonmano con un tercio menos de espacio por jugador y a gran distancia del rugby y del fútbol con casi siete veces menos espacio que nuestro deporte.

Esto nos lleva a concluir que las acciones que se producen en el baloncesto se deben realizar en cortos espacios de juego. Si a ello le añadimos que el juego preferentemente se desarrolla en media cancha y en ella para los atacantes, existe una

zona semiprohibida (zona de 3") que todavía limita más las posibilidades espaciales de los jugadores, podemos afirmar que el juego se debe desarrollar con una gran precisión y habilidad, diseñando áreas de especialización para que los jugadores, en función de sus características psicofísicas y técnicas, las ocupen apareciendo los puestos específicos, cuyas especificidades técnico-tácticas son bastante diferentes ya que el espacio les condicionará su juego. Por otra parte, no sólo es necesario dominar un bagaje técnico determinado sino que es preciso desarrollarlo con gran velocidad, teniendo en cuenta la coincidencia casi continua entre atacantes y defensores, lo que comporta la necesidad de poseer una gran velocidad gestual para poder realizar con eficacia las diversas acciones técnicas. Finalmente, es vital para el correcto funcionamiento del juego el sincronizar todas las acciones ofensivas y defensivas que se efectúan en torno a sus objetivos, y, en función de la posición del balón, evitar choques, obstrucciones y demás circunstancias negativas que entorpezcan las continuas trayectorias de los jugadores sobre un espacio reducido que se hace progresivamente más denso conforme nos acercamos a la meta.

La distancia de carga es un concepto que P. Parlebas (1988) estudió detenidamente y que es una consecuencia del *espacio de juego* total, la superficie interindividual del jugador y el reglamento que delimita las características del contacto. En general, los deportes colectivos codifican cuidadosamente las modalidades del contacto físico entre jugadores atacantes y defensores, pero existen muchas diferencias y, así, comparando los diversos deportes de equipo tenemos la siguiente clasificación en relación a la carga permitida como factor limitante del *espacio individual* que posee el jugador y la distancia de



Cuadro 3

carga que será un factor inversamente proporcional al primero (a mayor distancia de carga, menor espacio interindividual y viceversa) (ver cuadro 3).

La distancia de carga, es decir, el valor medio del intervalo que separa a dos adversarios en el momento de su enfrentamiento directo, es máxima en el caso del rugby en donde existe un contacto envolvente ya que la carga por medio del cuerpo es uno de los fundamentos de este deporte y uno de sus rasgos más genuinos. Por contra, el *espacio individual de defensa* de que dispone cada jugador para jugar el balón según las propias reglas de juego es mínimo, casi nulo. Sin embargo, y como compensación a tales dificultades, el balón se puede jugar con las manos y el pie, pudiendo ser transportado libremente, es decir, sin restricciones reglamentarias, con la mano.

El fútbol y el balonmano son unos deportes que poseen una alta distancia de carga, o sea, que son actividades en las que el reglamento permite que haya contacto físico entre sus jugadores, aunque sometido a severas limitaciones y, por tanto, con espacio de juego reducido. Es justo reconocer la gran dificultad de ejecución físico-técnica de un deporte como el fútbol, el cual debe jugarse casi exclusivamente con el pie y, por tanto, con una mayor dificultad en el manejo y habilidad del

balón, en un espacio interindividual de acción máximo (285 m²) y una distancia de carga submáxima sólo superada por el rugby.

Finalmente, los deportes como el voleibol y el baloncesto, con una distancia de carga casi nula en el primero y baja con respecto a nuestro deporte, implica que sean las actividades que poseen mayor espacio de juego para poder jugar el balón. La carga está prohibida por el reglamento. En el caso del baloncesto, el reglamento es muy explícito y señala que es un "juego sin contacto" y una falta personal es "una falta que comete un jugador cuando provoca un contacto con un adversario".

Finalmente, analicemos los *subespacios del baloncesto* y su importancia en el desarrollo del juego. En primer lugar, tenemos los tres círculos, uno central y los otros dos uno en cada campo. Estos círculos sirven para realizar el salto entre dos, limitando su circunferencia las posiciones del resto de los jugadores que no saltan. Ya sabemos que el baloncesto, a diferencia de los otros deportes, empieza siempre con un saque inicial neutral al principio del partido y al reanudarse el mismo después del descanso. En los círculos cercanos a la canasta, aparte de servir como lugares específicos donde se dirimen las situaciones de equidad que el juego proporciona a través del consabido salto entre dos, el se-

micírculo superior corresponde a la zona de lanzamiento del lanzador de tiros libres.

Dentro de los subespacios, observamos que las líneas poseen gran importancia dentro del juego. Así la línea central forma parte del campo de defensa, de tal manera que los 5 cm de grosor que posee supone un último obstáculo que debe superar el jugador atacante con balón antes de que pasen los fatídicos 10", que es el plazo máximo que permite el reglamento para poder atravesar el campo de defensa antes de pasar al campo de ataque (una vez superado este campo, ya no se puede volver hacia atrás en el contexto de esa jugada).

Las líneas de banda son líneas flexibles ya que el reglamento permite jugar el balón una vez rebasadas, siempre y cuando el jugador no toque el suelo, un objeto u otro jugador. Este detalle es importante desde el punto de vista de la intensidad del juego ya que al poderse recuperar desde dentro un balón que se escapa hacia el exterior del campo, permite a los jugadores realizar saltos acrobáticos y, en suma, reforzar las conductas agresivas, pues no se dan con facilidad balones perdidos como en otros deportes de equipo más estrictos en esta norma.

La línea de 6.25, de reciente implantación, ha supuesto una gran novedad en el desarrollo del juego ya que, aparte de que los lanzamientos efectuados por detrás de ésta suponen una canasta con un valor de un 50% más que las normales, desde el punto de vista táctico el valor absoluto de estas canastas ha hecho abrir a la defensa, ampliando los espacios claves del juego, lo que ha permitido mejorar el espacio de interacción individual y, en suma, ha dotado de mayor fluidez el juego táctico ofensivo por excelencia: el juego exterior-interior-exterior.

Por último, la zona restringida constituye por sí sola una de las pe-

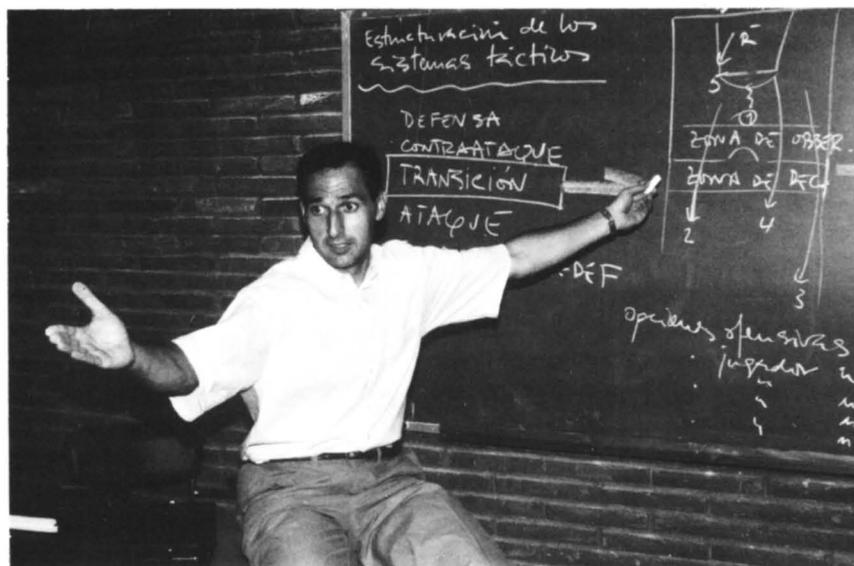


cularidades más notables de nuestro juego. Esta zona semiprohibida para los atacantes también se la conoce como la zona de 3". Se creó para obligar a los jugadores altos a realizar unos mínimos movimientos técnicos antes de acercarse definitivamente a la canasta y evitar el abuso de su ventaja morfológica. Esta zona supone un reto para los jugadores grandes y es en principio un problema que hay que superar a través de la técnica específica. La zona restringida sirve también para la ubicación de defensores y acatantes en el posible rebote derivado del lanzamiento de tiros libres.

Las reglas de juego

El análisis anterior nos permite observar que el baloncesto es un deporte cuyos jugadores poseen un espacio individual de acción alto, comparado con sus homólogos, en un área de trabajo reducida, con una violencia de carga baja y un dominio del balón notable, ya que se juega con las manos aunque con restricciones reglamentarias en cuanto al desplazamiento, como son los pasos y los dobles, a diferencia de otros deportes de equipo en los cuales no existe limitación alguna.

En este deporte, la meta está situada en el espacio de juego. Es un blanco horizontal de pequeñas dimensiones, situado en alto (3.05 m), con un círculo de 0.45 m de diámetro, en el cual caben exactamente dos pelotas reglamentarias. En los otros deportes, la meta va aumentando su tamaño en función de la amplitud del terreno y de la distancia/violencia de carga. El balón de juego presenta unas medidas que dificultan su adaptación a una mano para la gran mayoría de sus practicantes, pero sin embargo, posee una muy buena adaptación para manipularlo con las dos manos, con un bote regular y homogéneo a una altura cómoda, siendo, por tanto, un instrumento de juego muy manejable y susceptible



de efectuar con el mismo destrezas de gran complejidad.

Uno de los grandes atractivos de nuestro juego es la gran cantidad de puntos que se realizan en su transcurso y su sistema de puntuación que, como bien sabemos, distingue entre las canastas en juego, de 2 puntos -aquellas transformadas dentro de la línea de 6.25-, las canastas de 3 puntos -aquellas que son transformadas fuera de la línea de 6.25- y las canastas de tiros libres, que pueden ser de 1 + 1, de 2 tiros libres y de 1 tiro libre adicional -proceden de las sanciones denominadas faltas (personal, técnica, descalificante, etc.). No todas las canastas tienen el mismo valor, sino que éste dependerá de la situación de juego, de su posición en el campo y, lo más importante, el jugador podrá escoger, en función de sus intereses y de los de su equipo, el tipo de canasta a que opta. Toda esta faceta del sistema de puntuación representa una gran diferencia con el resto de los deportes de equipo los cuales, a excepción del rugby, no admiten diferentes valores para los objetivos alcanzados, lo que representa para el baloncesto un factor de incertidumbre, emoción y vistosidad difíciles de igualar.

Por todo ello, nuestro deporte exige perfección técnica en la realización de sus acciones técnicas en un corto espacio de terreno, pues el reglamento es muy estricto en este apartado, y, por otro lado, permite una libertad de acción alta, ya que cualquier jugador de cierto nivel puede pasar el balón con una precisión aceptable a cualquier zona del campo, lo que favorece la fluidez y el dinamismo del juego.

Al ser una actividad que se juega fundamentalmente con las manos, cuyo blanco está a una altura apreciable y es de pequeñas dimensiones, exige precisión y el desarrollo de un espacio aéreo que hace que los jugadores idóneos sean morfológicamente altos y longilíneos de largos segmentos o dotados de una buena capacidad de salto y suspensión para poder dominar esa importante faceta del juego.

Todo ello redundando en que el baloncesto sea un juego fluido, preciso, que exige gran perfección técnica en la realización de sus acciones y que parte de su juego se desenvuelve en el aire, en dura lucha contra la fuerza de gravedad, lo que le imprime gran vistosidad. Además, el hecho de que la meta

sea un objetivo pequeño, horizontal y elevado, implica una gran precisión de tiro y la imposibilidad de situar entre ella y los jugadores barreras infranqueables; cualquier jugador desde 3/4 partes del terreno puede llegar a ella, lo que varía en este caso es la probabilidad de acierto teniendo en cuenta la regla según la cual a mayor distancia, menor precisión, por lo tanto, conforme nos acercamos a la meta, se incrementa la presión defensiva.

El sistema de reemplazo de los jugadores es muy fluido, amparado en el reglamento que brinda una amplia gama de posibilidades tácticas en torno a los jugadores de que se dispone. Sólo el balonmano posee un nivel de rotación de jugadores en juego similar al baloncesto. Esto hace que se pueda utilizar todo el potencial humano para desarrollar una gran intensidad de juego a través de la sustitución periódica de jugadores que mantengan un nivel alto de actividad en la cancha.

Por otra parte, el sistema disciplinario utilizado en nuestro deporte para sancionar las acciones incorrectas relacionadas con el contacto ilegal de los jugadores, es uno de los factores reglamentarios que más influyen en el juego y en el marcador. Es por ello que una perversa interpretación de esta faceta del juego por parte de los árbitros, induce frecuentemente a falsear resultados. Uno de los mayores problemas del baloncesto es la actuación equitativa de los árbitros, con homogeneidad de criterios basados en planteamientos objetivos de los jueces del juego, en torno al contacto físico de los jugadores en el proceso indisociable ataque/defensa. Los jueces, como su propio nombre indica, deben impartir justicia en el campo, y es por ello que, en base a su interpretación de los contactos, señalan las faltas personales individuales que se acumulan en las de su equipo. Existe, por tanto, una puntuación negativa individual (5

faltas personales) y de equipo (7 faltas personales) lo que supone la eliminación del jugador con reemplazo de compañero para el primer caso y la obligación de recibir un 1 + 1 para el equipo infractor de todas las faltas cometidas a partir de este número en el segundo caso. Todo ello revierte directamente en la marcha del marcador. Estas armas disciplinarias conjuntamente con la falta técnica y la falta descalificante que, como en los otros deportes de equipo, pueden llevar a la expulsión directa del jugador o del entrenador, hacen que los árbitros posean un gran poder de influencia en el juego por encima de lo que sería de desear. El juego y la marcha del marcador lo deben decidir sus participantes y no los árbitros con sus decisiones.

Actualmente, e influenciados por el baloncesto profesional americano de la NBA y conceptos comerciales consumistas muy al gusto de la sociedad americana, el baloncesto del resto del mundo, regulado por la FIB, está incorporando nuevos elementos de interpretación del contacto personal, liberalizándose esta restricción hasta extremos de que se permite ya un considerable contacto en acciones defensivas/ofensivas sin balón, como el ganar la posición para recibir, el ganar la posición de rebote, los cortes de canasta, el rebote, etc. Otras normas también han sido importadas de ese baloncesto con objeto de dotarlo de nuevos elementos de interés, como es la incorporación de la línea de 6.25, lo que ha descongestionado en gran medida el juego del área restringida, racionalizando la ocupación del espacio en torno a la canasta.

En resumen, el baloncesto es un deporte en constante renovación y con algunos desafíos que quedan por conquistar, en aras de no perder nunca las preciadas características que le han hecho ser tan popular, lo cual constituye un notable acierto del

que deberían tomar buen ejemplo otras disciplinas de los deportes colectivos.

El tiempo

De todos los deportes de equipo que hemos analizado, el baloncesto es el que goza de una *estructuración temporal* más definida y evolucionada de acuerdo con los medios técnicos que la moderna tecnología nos ofrece. Un partido de baloncesto tiene dos partes de 20' cada una, lo que hace un total de 40'. Este hecho representa el menor tiempo de juego de todos los deportes estudiados. Sin embargo sabemos que este es un tiempo de juego efectivo, donde las posesiones de balón están reguladas por un tiempo limitado de 30", el paso del campo de defensa al ataque está condicionado a 10", los saques de banda y fondo tienen un tiempo máximo de 5", el mismo tiempo que posee como máximo un jugador con balón presionado por la defensa y la zona restringida tiene unas limitaciones de estancia para los atacantes de 3".

Sin embargo, sabemos que un partido de baloncesto sin prórroga, dura entre 80 y 85 minutos que es lo que equivaldría a los tiempos de juego de los otros deportes de equipo, con menor estructuración temporal que el nuestro (balonmano, 60'; rugby, 70'; fútbol, 90'). Es por ello que nuestro deporte que posee una regulación del esfuerzo muy bien planificada con el 50% del tiempo de actividad jugada y el otro 50% de pausas (tiempos muertos, sustituciones, faltas personales, etc.) invita a que en el tiempo efectivo de juego se juegue con gran intensidad y concentración, lo que se traduce a menudo en una gran agresividad mental para obtener la victoria.

La anticipación

Como estamos viendo, el baloncesto es un deporte que exige un gran nivel de coordinación, destreza y habilidad



técnica en la ejecución de las acciones, todo ello aderezado de grandes dosis de precisión: no en vano el objetivo técnico por excelencia, el lanzamiento a canasta, es un tiro de extrema precisión. Pero ello no basta para ser eficaz ya que se exige que estas cualidades se desarrollen a gran *velocidad*, ya que nuestro juego se ejecuta en un espacio reducido, donde no se permite el contacto sobre el hombre que lleva el balón y que, además, lo maneja con la mano. Todo ello hace que necesitemos de la anticipación, como conducta básica en el desarrollo eficaz del juego, y hablar de *anticipación* es hablar de concentración mental, velocidad de reacción y velocidad gestual. El jugador que no posea estas cualidades es difícil que llegue a ser un buen jugador.

La comunicación motriz

Resulta importante señalar que las *redes de comunicación y contracomunicación* que se dan en los deportes de equipo son complejas y bastante evolucionadas. Existe el lenguaje verbal y el motriz, éste último de gran importancia ya que el jugador debe interpretar en todo momento los gestos y acciones que adversarios y compañeros ejecutan constantemente con objeto de buscar la solución técnica adecuada y ejecutarla con eficacia.

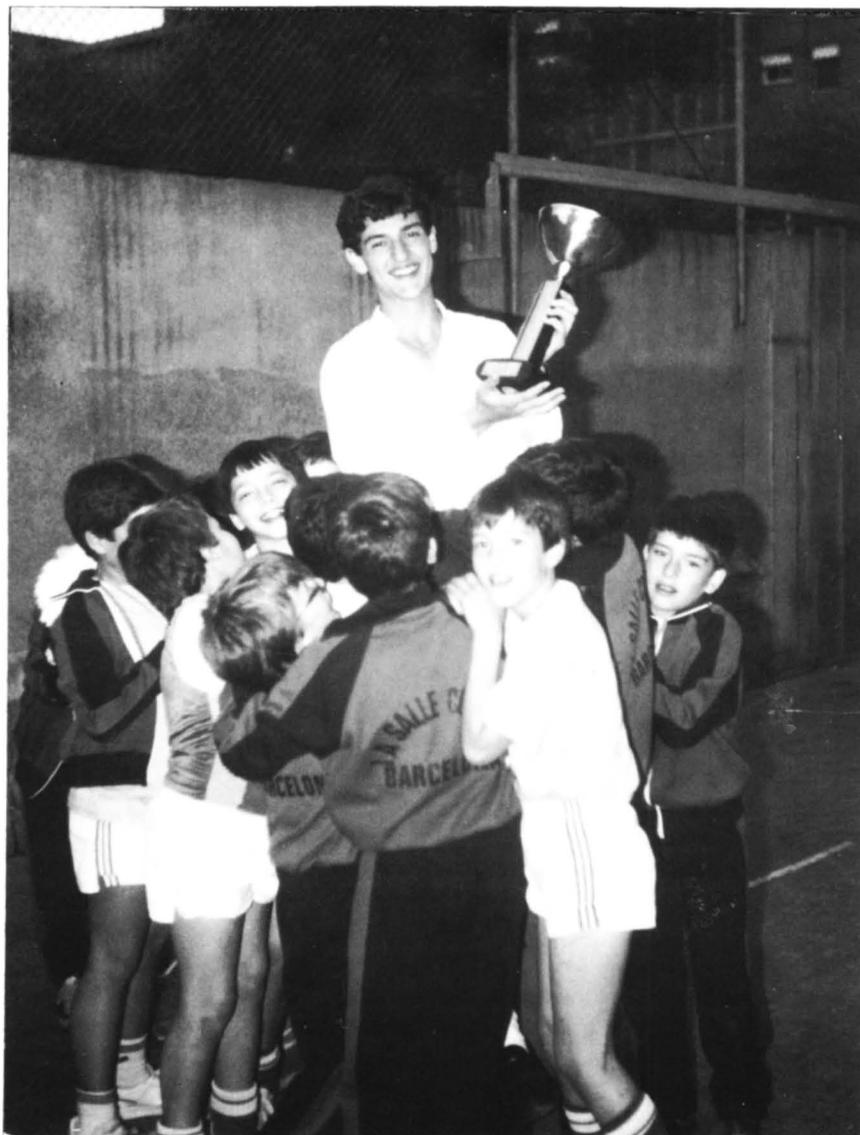
El baloncesto, por su propia trayectoria y especificidad ha desarrollado especialmente este campo y así, aparte de los gestos protagonizados por los árbitros que están universalizados, los equipos, y con ellos los jugadores, poseen toda una completa gama de gestemas propios y secretos que se utilizan para designar las jugadas u otras acciones del juego. Pedir el balón, señalar mano de blanco, defender el tiro, etc., son gestemas generalizados y, por tanto, son utilizados indistintamente. Los praxemas encierran siempre una acción motriz con sentido táctico, como

realizar una puerta atrás, ganar la posición, realizar un corte de lado débil al lado del balón, efectuar un aclarado, etc. Los gestemas y los praxemas se alternan continuamente durante el juego.

Según los estudios realizados por J. Hernández (1988), nuestro deporte es una *actividad de carácter sociomotriz* en la que predomina la comunicación práctica esencial y directa (cooperación/oposición) y la comunicación práctica indirecta (gestémica y praxémica) con escasas situaciones psicomotrices (por ejemplo, el tiro de personal).

La estrategia

La estrategia motriz presenta niveles variables dentro de los deportes de equipo aunque el tono general es bastante elevado. Es importante señalar que la propia idiosincrasia de estos deportes sociomotores favorece el desarrollo de esta circunstancia ya que son actividades que se juegan con adversarios y tienen una meta fija, situada en el terreno de juego a la que hay que poner cerco, superando los obstáculos que nos presentan y, por tanto, predominan *las conductas de*



DEFENSA

..... Recuperación del balón

**CONTRAATAQUE
TRANSICIÓN
ATAQUE**

..... Pérdida del balón

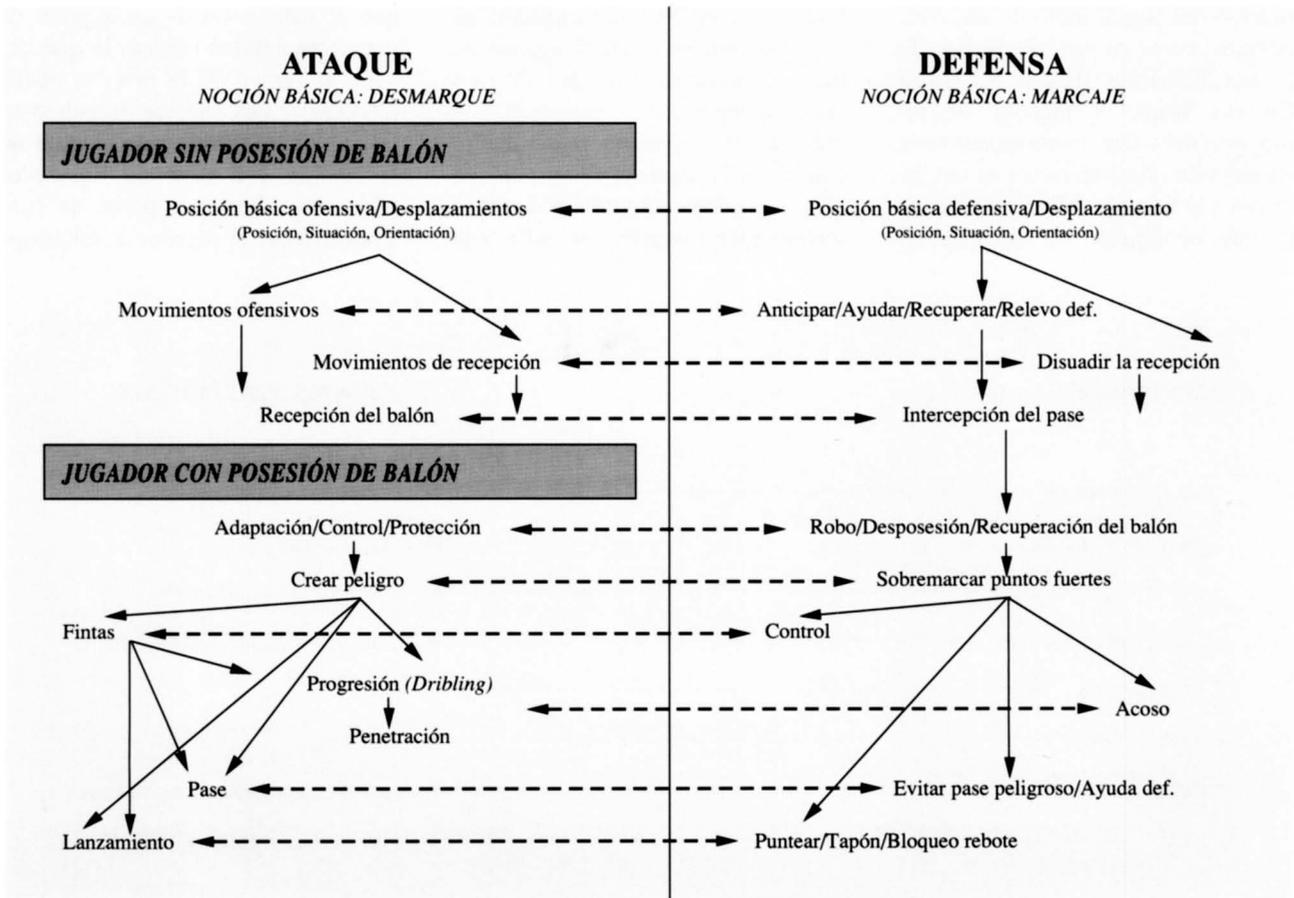
TRANSICIÓN ATAQUE/DEFENSA

Cuadro 4

decisión con respecto a las de ejecución. Sin embargo, que el juego se realice con la mano o el pie ya es una diferencia importante pues el manejo de balón es imprescindible a la hora de obtener un nivel de sincronización en el espacio y en el tiempo que permita alcanzar el objetivo deseado, la

meta. El pase es el fundamento de la estrategia motriz por excelencia y su ejecución lleva implícita un mensaje entre pasador y receptor que hay que saber interpretar. De todas formas, no es lo mismo realizar el pase con la mano que con el pie o la cabeza; no es lo mismo dar un pase a 5,10 ó

15 m que a 20, 30, 40 ó 50 m; no es lo mismo dar un pase sin carga que dar un pase recibiendo una carga vigorosa, contemplada en el reglamento; no es lo mismo tener una meta vertical (portería de 2.4 x 7.3 m) situada a ras de suelo, donde se pueden acumular defensores que frenen todas las posibles vías de penetración, que poseer una meta horizontal y elevada, con la imposibilidad física de defenderla permanentemente gracias a la ley de la gravedad y a las limitaciones reglamentarias que se establecen al respecto y que representan una defensa contra el gigantismo de los jugadores que amenaza ciertas facetas del juego. Por todo ello, resulta muchísimo más difícil desarrollar una estrategia eficaz en el fútbol, valga



Cuadro 5. Análisis funcional de las intervenciones tácticas en baloncesto



este ejemplo, que en el baloncesto, ya que nuestro deporte posee una dinámica y configuración ideal para el desarrollo de la táctica y estrategia. No en vano hemos venido analizando los diferentes rasgos funcionales que definen el baloncesto y todos ellos representan valores ideales para este patrón. Sólo el rugby alcanza un nivel de desarrollo estratégico tan elevado. Ambos deportes, que son los que poseen mayores índices, son superados por un deporte de la familia del rugby, el fútbol americano.

El baloncesto es, por tanto, un deporte eminentemente estratégico, lo que obliga al jugador a desarrollar un comportamiento táctico individual que debe armonizar con el de sus compañeros, a través de un proceso que denominamos táctica colectiva, analizando en todo momento la situación del juego, tanto de sus compañeros, como de sus adversarios. Es lo que llamamos lectura del juego. En esa línea, el jugador de baloncesto debe decidir continuamente. Es por ello que este factor es tan decisivo a la hora de valorar su eficacia ya que, en función de su capacidad

de decisión y su nivel de ejecución, tendremos al jugador válido o no, aunque el primer factor condiciona enormemente el segundo. Sin embargo, la capacidad de ejecución es más entrenable y susceptible de mejorar que la primera; por tanto, es necesario detectar jugadores que presenten buenos niveles decisivos. La capacidad de decisión es un concepto eminentemente táctico y la capacidad de ejecución es más bien un concepto físico-técnico. En el comportamiento estratégico inciden todos los parámetros que determinan el desarrollo de la acción de juego, es decir, las reglas de juego, la técnica, el espacio, el tiempo y la comunicación.

Desde el punto de vista del jugador, los roles sociomotrices que puede desarrollar en este campo estratégico, vendrán representados por dos grandes fases del juego bien diferenciadas: ataque y defensa, en donde el jugador realizará conductas mixtas de cooperación/oposición, primando las primeras en la primera fase y las segundas en la segunda. Dentro del ataque, el jugador desarrollará dos roles sociomotrices: jugador con balón y ju-

gador sin balón, y en la defensa ejecutará el rol de jugador sin balón cuyo equipo trata de recuperarlo. Es importante establecer estas distinciones para abordar con claridad el planteamiento pedagógico válido para la enseñanza de las capacidades de ejecución representado por la motricidad específica y su desarrollo último, la técnica. Desde el punto de vista del equipo, las actuaciones estratégicas vendrán definidas por las distintas fases del juego que a nivel general coincidirán con las fases de jugador individual, es decir, el atacante y la defensa, y a nivel específico serán las descritas en el cuadro 4.

Cada fase tiene unas características concretas representando todo un plano de actuación colectivo con unos objetivos muy específicos y unos recursos de aplicación muy evolucionados. Esto nos hace afirmar que el baloncesto es un deporte de gran complejidad táctica, lo que llevado al campo de la práctica puede representar una enorme dificultad en la fase de iniciación si este tema no se aborda con criterios didácticos adecuados. Por otra parte, es fundamental que el jugador de élite sepa

INTENCIONES DEL ATAQUE

1- MOVIMIENTOS DE RECEPCIÓN

2- RECEPCIÓN DEL PASE

3- PROTECCIÓN DEL BALÓN

4- CREACIÓN DE PELIGRO

5- PENETRACIÓN

6- FINTAS

7- LANZAMIENTO

8- PASE

INTENCIONES DE LA DEFENSA

DISUADIR LA RECEPCIÓN

INTERCEPTACIÓN

ROBO/PÉRDIDA DEL BALÓN

SOBREMARCAR PUNTOS FUERTES

ACOSO

CONTROL

TAPÓN/PUNTEAR/BLOQUEO REBOTE

EVITAR PASE PELIGROSO/AYUDA

Cuadro 6

<p>ESPACIO: Área: Rectangular, 420 m².</p> <p>Espacio de interacción individual: 42 m²/jugador.</p> <p>Distancia de carga: Carga prohibida por el reglamento.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Espacio reducido de juego. • Implica perfección técnica y habilidad en la ejecución, gran velocidad gestual y dominio corporal. • Ello conlleva especialización de los jugadores en función de la posición en el campo donde desarrollen su juego.
<p>SUBESPACIOS:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Líneas de banda: Hasta que el balón entra en contacto con el suelo, alguien o algo que se encuentra fuera del campo. - Línea central: Campo atrás y regla de 10 segundos. - Círculos (1 central/2 en cada campo): Salto entre dos y lanzamiento de los tiros libres. - Zona restringida: Regla a 3 seg. y tiros libres. - Línea de 6,25 m: Lanzamiento de 3 puntos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Potencia conductas agresivas ante balones sin dueño. Saltos acrobáticos para devolver al campo balones difíciles. • El balón no puede volver de campo ofensivo al defensivo. • Tiempo máximo de 10 segundos para llevar el balón de zona de defensa a zona de ataque. Estimula defensas agresivas. • Lanzamiento de comienzo de partido (Círculo central). • Espacio individual que posee el lanzador de tiros libres (Semicírculos de cada campo). • Desventajar a los hombres altos, evitando la inmovilidad. • Ubicación para el rebote en los tiros libres. • Abertura de la defensa, mejora del espacio de interacción individual, fluidez ofensiva interior.
<p>EL BALÓN: Se juega con las manos.</p> <p>Buena adaptación.</p> <p>Dificultad para su manipulación y manejo con una sola mano.</p> <p>Limitada la progresión con el balón (dobles y pasos).</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Permite un mejor dominio y manejo. • Facilita la habilidad en las acciones individuales. • Mayor precisión en los pases. • El reglamento castiga severamente acciones incorrectas en posesión de balón: Recepciones defectuosas, salidas en dribbling ilegales, etc.
<p>TIEMPO: 2 partes de 20 minutos cada una. Tiempo efectivo.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 30 s: de posesión de balón para culminar el ataque. - 10 s: de transición del campo de defensa al campo de ataque. - 5 s: para los saques de banda y de fondo. Tiempo que tiene un jugador presionado sin botar para jugar el balón. - 3 s: de permanencia en la zona restringida. 	<ul style="list-style-type: none"> • Evita la pasividad ofensiva ante un marcador a su favor. • Potencia las presiones defensivas en todo el campo. • Estimula la defensa agresiva. • Disminuye la ventaja de los hombres altos. <p>Juego de gran intensidad, con recuperaciones parciales del esfuerzo.</p> <p>Relación entre actividad y pausas aproximadamente al 50%.</p>

Cuadro 7. Resumen: análisis funcional del baloncesto



<p>OBJETIVO: Horizontal y circular, de pequeñas dimensiones.</p> <p>Situado a 3,05 m de altura.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • La forma de marcar tantos es mediante un elemento técnico de precisión. <p>El lanzamiento implica: selección de tiro, equilibrio, relajación, etc.</p> <p>Se puede acceder a él desde muchos puntos del espacio de juego (Mayor distancia, menor precisión).</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cualidad morfológicas de los jugadores.
<p>PUNTUACIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> - 1 Punto: Tiro libre. - 2 Puntos: Tiro de campo (a menos de 6,25 m). - 3 Puntos: Tiro de campo (a más de 6,25 m). 	<ul style="list-style-type: none"> • Las faltas personales y técnicas influyen en el marcador. • A menor distancia, mayor precisión. • Lanzamiento con gran componente estratégico.
<p>REGLAMENTACIÓN:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Limita el desplazamiento con balón (Dobles, Pasos). - Restricción de la carga: Falta personal. - Influencia de las personas en el marcador. 	<ul style="list-style-type: none"> • Evita el beneficio ofensivo en la progresión hacia el objetivo, incluyendo el dribling. • Aunque existe permisividad del contacto en acciones sin balón: rebote, cortes, ganar la posición en una recepción... • - Técnica: 2 tiros libres. - Falta intencionada: 2 tiros libres y posesión del balón. - 7 faltas de equipo: Lanzamientos de 1 + 1. - 5 personales de un jugador: expulsión con reemplazo.
<p>NIVEL DE INTERACCIÓN MOTRIZ: El reglamento sólo limita la contracomunicación (Relaciones de oposición).</p> <p>Existe el código gestémico arbitral (entendido por todos), gestemas propios del equipo y código praxémico fundamentalmente. El código lingüístico está permitido.</p> <p>Predominio de la comunicación práxica esencial y directa, y la comunicación práxica indirecta.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Las interacciones más importantes son: <p>Interacción entre jugadores: incluso con gestemas sólo codificables por el equipo.</p> <p>Interacción entrenador-jugador: Sólo reglamentada de forma específica en los tiempos muertos.</p> <p>Interacción del árbitro: Con código gestémico internacional.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Pocas situaciones psicomotrices puras (el tiro libre).
<p>ESTRATEGIA:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Comportamiento táctico individual y colectivo. - Sincronización de acciones del equipo en función de los defensores. - Roles sociomotores en el campo. 	<ul style="list-style-type: none"> • Impuesta por el entrenador en mayor o menor grado. • Importante la lectura del juego (Percepción), desarrollar la capacidad de Decisión y finalmente el nivel de ejecución. • Especialización de los jugadores en función de sus características antropométricas y técnico-tácticas y psicosociales.

Cuadro 7. Resumen: análisis funcional del baloncesto (cont.)

<p>TÉCNICA Y TÁCTICA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Técnica ofensiva: Con/Sin balón. Técnica defensiva. • Importancia de la Técnica al servicio de la Táctica. • Interacción Técnica-Táctica a través de las capacidades de percepción, decisión y ejecución. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollo de las cualidades motrices básicas (velocidad, fuerza, resistencia, coordinación, flexibilidad...) al servicio de la técnica. • La motricidad básica del individuo (correr, saltar, lanzar, luchar, etc.) al servicio del juego en función de las limitaciones reglamentarias, a la búsqueda de la máxima eficacia: LA TÉCNICA. • El jugador debe percibir y analizar las diversas situaciones y opciones que el juego le plantea; y emitir una decisión adecuada a través de las capacidades de ejecución (los fundamentos técnicos). <p>Es necesario desarrollar de forma prioritaria las capacidades de percepción para lograr una correcta decisión en el juego, que permita conseguir jugadores imaginativos y creativos. El desarrollo exclusivo de las capacidades de ejecución nos reportan jugadores robotizados y con una pobre libertad creativa en el juego.</p>
--	---

Cuadro 7. Resumen: análisis funcional del baloncesto (cont.)

representar perfectamente su papel en cada fase del juego, utilizando adecuadamente los recursos técnicos y tácticos existentes.

Por todo ello, hemos elaborado un cuadro de intenciones técnico-tácticas, en base a las tres situaciones de juego posibles, en las que puede encontrarse un jugador en la competición: jugador sin balón en ataque, jugador con balón y jugador en defensa (ver cuadro 5).

La técnica-táctica

El planteamiento estratégico que poseen los deportes de equipo es, como hemos visto, sumamente importante. No en vano es necesario coordinar las acciones individuales de todos los jugadores en el espacio y en el tiempo, en aras de un objetivo común, resolviendo todos los problemas que el equipo rival nos presenta a través de una buena capacidad de decisión, producto de una buena lectura del juego. Pero a la hora de materializar la acción es necesario utilizar una serie de recursos motrices es-

pecíficos que genéricamente hemos llamado capacidad de ejecución y que corresponde a la *técnica*.

Es común la creencia generalizada de la importancia de los fundamentos por encima de otras facetas del juego. Se ha sobrestimado su valor real ya que la técnica tiene importancia como medio al servicio de la decisión estratégica que se pretenda -como muy bien ha demostrado J. Hernández en su tesis doctoral sobre el análisis de la acción de juego en baloncesto (1987)-, pero no tiene valor en sí misma. Esto es así porque al estar incluida en un contexto estratégico, el jugador necesita decidir constantemente, como consecuencia de la observación sistemática del juego, y en función de su decisión mental optará por el recurso técnico adecuado para llevar a cabo en el juego la solución real del problema presentado. No queremos decir con ello que la enseñanza y el perfeccionamiento de los fundamentos no sea tan necesaria, sino al contrario, queremos darle su dimensión

real al servicio de la inteligencia motriz del jugador y de su capacidad de decisión, factores que se tienen olvidados y que, por tanto, se trabajan poco en los entrenamientos. En los criterios de selección de jugadores, a menudo se obvian este tipo de conductas, por lo cual se producen muchos fracasos.

La técnica en baloncesto se basa en algunas de las capacidades filogenéticas del individuo: correr, saltar, lanzar, luchar, etc., y, en concreto, en la adaptación específica de la motricidad del jugador a un juego que posee unas reglas muy concretas que limitan las amplias posibilidades motrices del jugador con el fin de obtener una máxima eficacia. Es decir, la técnica parte de los recursos motrices del hombre y los acopla al binomio reglas/rendimiento; el producto final son los fundamentos del juego.

Nuestro deporte tiene unas condiciones idóneas para desarrollar patrones técnicos eficaces al servicio del planteamiento estratégico que,



como hemos visto, está sumamente estructurado. Es, por lo tanto, coherente que de acuerdo con el nivel táctico, la técnica, que es su fundamento base, posea también ese nivel de desarrollo para lograr un producto coherente y equilibrado. No ocurre lo mismo en los otros deportes de equipo, en los cuales los parámetros funcionales analizados determinan un nivel de ejecución técnica inferior, en clara inferioridad con su nivel táctico -los guarismos de sus tanteos así lo atestiguan- existe un gran desequilibrio que es preciso corregir.

Finalmente añadiremos un cuadro de las principales intenciones técnicas del jugador, en función de sus objetivos de partida y secuenciadas en las dos grandes fases del juego: el ataque y la defensa (ver cuadro 6).

Conclusiones

En resumen, hemos de significar que el baloncesto es una actividad muy

evolucionada y en renovación permanente que presenta una estructura funcional armónica y coherente. Es un deporte cuyos factores señalan grandes niveles de desarrollo y un perfil deportivo que responde al de una práctica de elevada estructuración temporal, apoyada en los medios tecnológicos actuales, que pide una distribución de los esfuerzos racional, cuya dosificación surge de la misma dinámica del juego. De todo ello se deriva que resulte una actividad intensa y vistosa, tanto para el practicante como para el espectador, que requiere un gran nivel de ejecución técnica a máxima velocidad, dirigida por una inteligente capacidad de decisión, al servicio de un planteamiento estratégico colectivo, sumamente complejo, lo que obliga a sus participantes a tener una gran concentración mental en las tareas colectivas de cooperación/oposición (ver cuadro 7).

El baloncesto es una práctica que se realiza en un terreno bastante reducido y en donde parte de su juego se desarrolla en el aire, como con-

secuencia de la posición de su meta, sin obstáculos permanentes, con un reglamento que juega a favor del juego vistoso y espectacular. Por todo ello resulta que nuestro deporte goza de la afición de millones de personas, practicantes y espectadores, en nuestro país y en el mundo entero (es uno de los tres deportes más populares del mundo) y es citado a menudo como el deporte paradigma de nuestro tiempo, por su dinamismo, por su desarrollo técnico-táctico y por su espectacularidad de acción.

BIBLIOGRAFÍA

- HERNÁNDEZ MORENO, J., *Estudio sobre el análisis de la acción del juego en los deportes de equipo: su aplicación al baloncesto*, Tesis doctoral, Barcelona, 1987.
- PARLEBAS, P., *Elementos de sociología del deporte*, Junta de Andalucía/Uniesport, Málaga, 1988.
- OLIVERA, J. y MARÍN R., «Bàsquet: la revelació d'un futur», *Apunts. Educació física i Esports*, monográfico, 7 y 8, Barcelona, 1987.