

ACCIONS
TECNICOTÀCTIQUES
COL·LECTIVES
BÀSIQUES DEL
BÀSQUET

Material docent

Dr. Roberto Sanchis-Sanchis

Dr. Alberto Encarnación-Martínez

Dr. Pedro Pérez-Soriano

© 2019. València.

Roberto Sanchis-Sanchis, Alberto Encarnación-Martínez, Pedro Pérez-Soriano.

Universitat de València.

Accions tecnicotàctiques col·lectives bàsiques del bàsquet: material docent.

ISBN: 978-84-09-13056-6



Aquesta obra està subjecta a una llicència de [Reconeixement-NoComercial-SenseObraDerivada 4.0 Internacional de Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/)

La importància de la conceptualització en les matèries pràctiques del grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport

Gran part de les matèries que s'imparteixen en el grau en Ciències de l'Activitat Física i l'Esport tenen un contingut eminentment pràctic. Específicament, les matèries relacionades amb els esports tenen una nomenclatura i especificitat pròpia que doten aquestes matèries d'un caràcter i un llenguatge característic. Per això, és especialment important per al correcte desenvolupament i comprensió dels continguts d'aquestes matèries que l'alumnat compregui aquesta nomenclatura. Així, doncs, un adequat coneixement dels conceptes bàsics de l'esport en qüestió millorarà el procés d'ensenyament-aprenentatge.

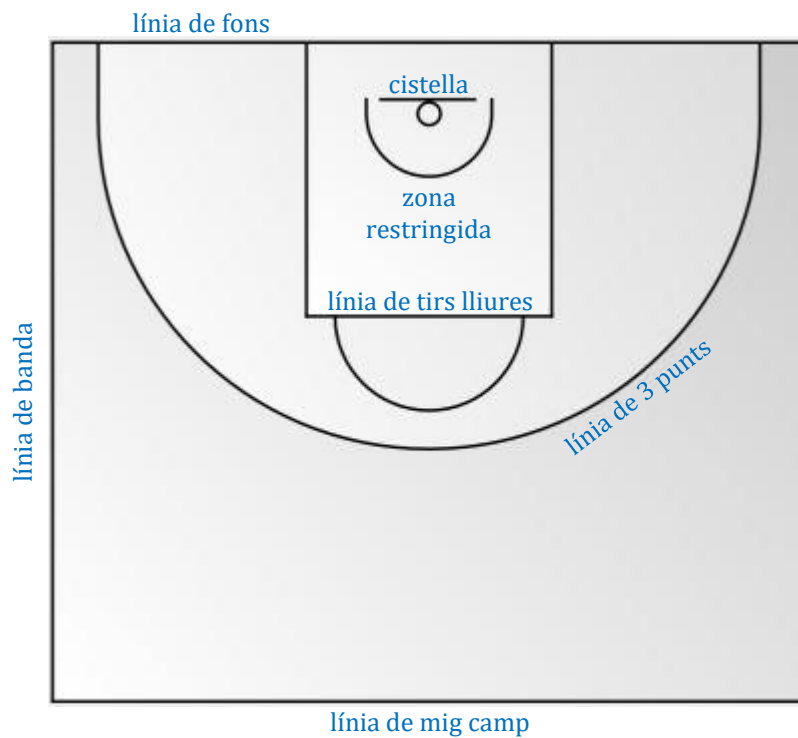
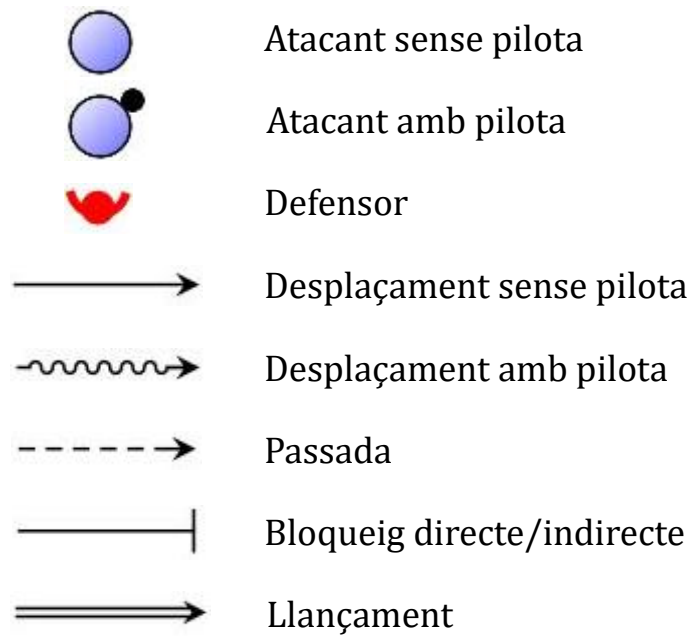
Aquest manual no pretén abordar íntegrament l'ensenyament del bàsquet, ni pretén descriure totes i cadascuna de les possibles accions que es realitzen durant el joc, sinó més aviat pretén mostrar, des d'una perspectiva àgil, senzilla i dinàmica, els conceptes bàsics sobre els quals es construeixen les accions tecnicotàctiques del bàsquet. Així, es presenten aquelles accions que, des del punt de vista dels autors del manual, haurien de servir de guia en els períodes inicials de formació/iniciació esportiva en aquest esport. És per això que al llarg d'aquestes pàgines es presenten les accions tecnicotàctiques fonamentals per a l'exercici a la pista, sobre les quals recauran en posteriors etapes de perfeccionament la construcció del joc ofensiu i defensiu.

Abans d'iniciar la lectura d'aquest manual, és important explicar què entenem per accions tecnicotàctiques. Les accions tecnicotàctiques són aquells moviments, gestos o destreses motrius, propis de l'esport, que els esportistes han d'integrar, adquirir i desenvolupar per al correcte exercici de la pràctica d'una modalitat esportiva.

Esperem que aquest material docent siga útil, no solament per a l'ensenyament i l'aprenentatge del bàsquet en l'àmbit universitari, sinó també en qualsevol altre àmbit de formació del jugador.

Simbologia bàsica

Amb l'objectiu d'assegurar la correcta comprensió dels diagrames que apareixen en aquest document, es mostren tot seguit els principals símbols utilitzats en bàsquet, així com també el terreny de joc.



Índex

1. ACCIONS TECNICOTÀCTIQUES COL·LECTIVES OFENSIVES	4
1.1. Passada i recepció	4
1.2. Desmarcatge.....	7
1.3. Bloqueig directe	8
1.4. Bloqueig indirecte	9
2. ACCIONS TECNICOTÀCTIQUES COL·LECTIVES DEFENSIVES.....	11
2.1. Ajuda defensiva	11
2.2. Defensa del tall	12
2.3. Defensa del bloqueig	12
2.4. Bloqueig del rebot.....	13
3. BIBLIOGRAFIA.....	14

Abans de començar...

Per a la correcta comprensió d'aquest manual, en què es tracten les accions tecnicotàctiques col·lectives bàsiques, es recomana la lectura prèvia del document *Accions tecnicotàctiques individuals bàsiques del bàsquet: material docent* (Sanchis-Sanchis, Encarnación-Martínez i Pérez-Soriano, 2019).

1. ACCIONS TECNICOTÀCTIQUES COL·LECTIVES OFENSIVES

1.1. Passada i recepció

La **passada** és l'acció portada a terme per dos jugadors atacants en què un d'ells (passador), amb possessió de la pilota, la transfereix a l'altre (receptor), utilitzant una o dues mans, de manera segura i precisa.

Els tipus de passades poden organitzar-se segons que es facen realitzar amb una o dues mans (Martín León i Jordana Dot, 2011):

- Amb dues mans:

- ~ De pit: S'inicia al pit del passador i va directa al receptor, sense cap bot intermediari. És la passada més utilitzada i precisa, i se sol fer servir en distàncies curtes. (Fig. 1)



Fig. 1. Passada de pit.

- ~ Picada: S'inicia al pit del passador i la pilota fa un bot a terra abans d'arribar al receptor. Se sol fer servir en distàncies curtes quan hi ha un defensor que s'interposa. (Fig. 2)



Fig. 2. Passada picada.

- ~ Per damunt del cap: S'inicia amb la pilota per sobre del cap i arriba directa al receptor, sense cap bot intermedi. Se sol fer servir en distàncies curtes o mitjanes, i quan es vol protegir la pilota. (Fig. 3)



Fig. 3. Passada per damunt del cap.

- Amb una mà:
 - ~ Lateral: S'inicia al costat del passador, separant la pilota del cos. Es fa servir per millorar l'angle de passada. (Fig. 4)



Fig. 4. Passada lateral.

- ~ **Beisbol:** S'inicia al costat del cap del passador (simulant un llançament de beisbol). Es fa servir en distàncies llargues. (Fig. 5)



Fig. 5. Passada de beisbol.

- ~ **Des de bot:** S'aprofita la trajectòria ascendent de la pilota després d'un bot per realitzar una passada, sense tenir prèviament la pilota controlada amb les dues mans. Es fa servir per realitzar una passada molt ràpida.

La **recepció** és l'acció mitjançant la qual un jugador sense pilota contacta amb aquesta de manera eficaç, és a dir, mantenint-ne la possessió. Per tant, cal que el receptor "ataque" la pilota, això és, que no espere que li arribi a les mans, sinó que allargue els braços amb intenció d'agafar-la.

Per facilitar la tasca del passador, especialment en situacions en què el receptor està estretament defensat, és recomanable que aquest indique amb el palmell on vol rebre la pilota. Aquesta indicació és coneix com a "*mà diana*".

En funció de si el receptor es mou o no en el moment de rebre la pilota, hi ha dos tipus recepcions (Martín León i Jordana Dot, 2011):

- **En estàtic:** El receptor no està desplaçant-se quan rep la pilota.
- **En moviment:** El receptor està desplaçant-se quan rep la pilota.

1.2. Desmarcatge

El **desmarcatge** és el desplaçament realitzat pel jugador atacant sense pilota cap un espai lliure amb l'objectiu d'alliberar-se del defensor i estar en condicions de poder rebre-la.

El desmarcatge més conegut és el **tall**, que consisteix a desplaçar-se ràpidament i de manera tan directa com siga possible cap a la cistella amb l'objectiu de rebre la pilota en una situació avantatjosa. Els talls es poden iniciar des del mateix costat on es troba la pilota o des del costat contrari.

Així, els principals tipus de desmarcatge són (Martín León i Jordana Dot, 2011):

- Per velocitat: Mitjançant un canvi de ritme bruscat o un tall que sorprèn el defensor.
- Per talls en V: L'atacant modifica la seua direcció inicial fent una trajectòria en V.

Els talls es fan per tal de:

~ Acostar-se o allunyar-se de la cistella. (Fig. 6)

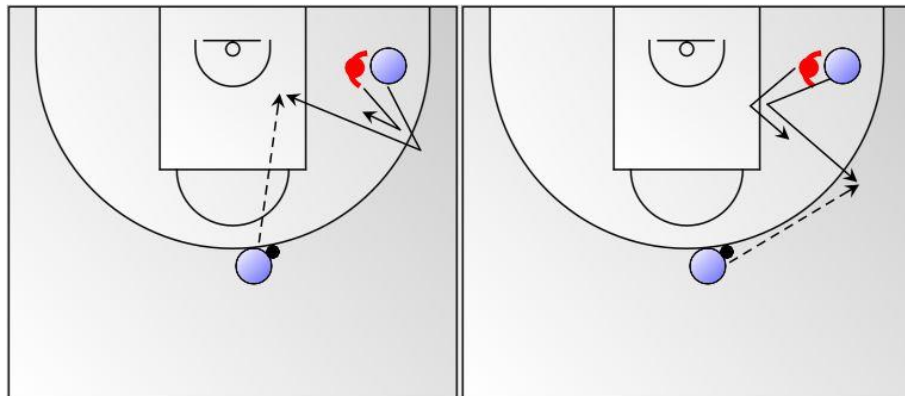


Fig. 6. Desmarcatge en V per acostar-se a la cistella (esquerra); desmarcatge en V per allunyar-se de la cistella (dreta).

~ Acostar-se o allunyar-se del passador. (Fig. 7)

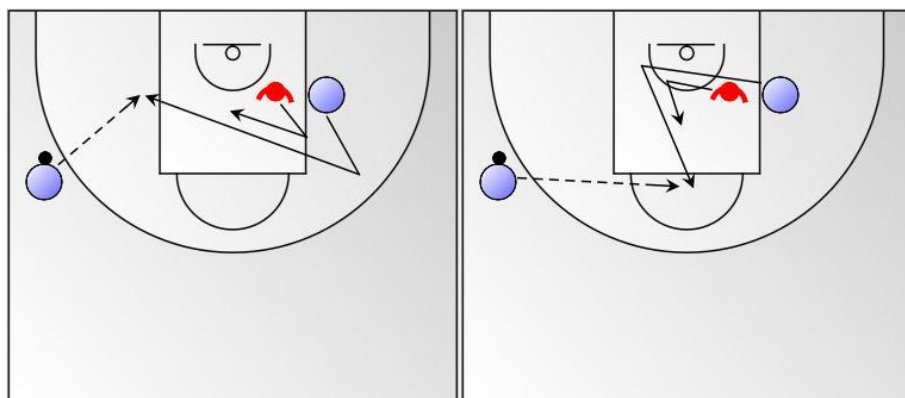


Fig. 7. Desmarcatge en V per acostar-se al passador (esquerra); desmarcatge en V per allunyar-se del passador (dreta).

- Per fintes de recepció: L'atacant simula una recepció i sobtadament rep en la direcció oposada.

~ Engany interior-recepció exterior:

El jugador finta una recepció en direcció a la cistella i rep quan se n'allunya. (Fig. 8)

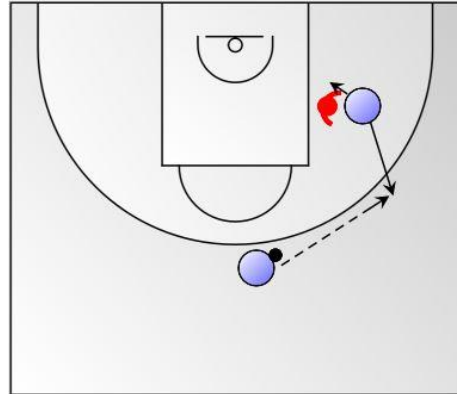


Fig. 8. Finta de recepció interior i recepció exterior.

~ Engany exterior-recepció interior:

El jugador finta una recepció en direcció oposada a la cistella i rep que s'hi acosta (Fig. 9). Aquest tipus de desmarcatge també és coneix com a “porta enrere” quan es realitza per darrere del defensor, o “tall per davant” quan es realitza per davant.

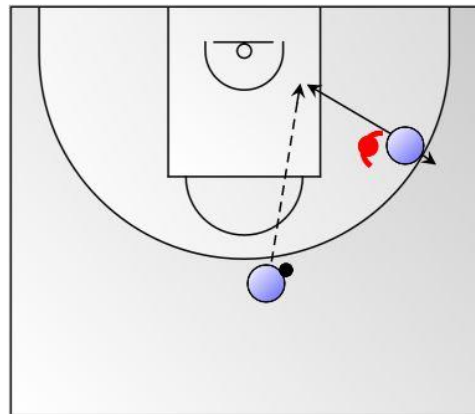


Fig. 9. Finta de recepció exterior i recepció interior. En aquest cas, una porta enrere.

1.3. Bloqueig directe

El **bloqueig directe** (Fig. 10) és l'acció mitjançant la qual un jugador atacant sense pilota utilitza el cos per interrompre o dificultar l'acció del jugador que defensa l'atacant amb pilota, interposant-se en la seua trajectòria amb l'objectiu d'ajudar el seu company a obtenir un avantatge.



Fig. 10. Bloqueig directe.

Segons el moviment posterior del jugador que realitza el bloqueig directe, els principals tipus de combinacions són (Jordana Dot i Martín León, 2012):

- Bloqueig i continuació: El jugador que bloqueja, una vegada s'ha produït el bloqueig, es desplaça ràpidament cap a la cistella (tall) per mirar de rebre prop d'aquesta. Aquesta acció també és coneguda com a *pick & roll*.
- Bloqueig i obrir-se: El jugador que bloqueja, una vegada s'ha produït el bloqueig, es desplaça per tal de separar-se dels defensors i aconseguir una situació propícia per realitzar un llançament exterior. Aquesta acció també es coneix com a *pick & pop*.

1.4. Bloqueig indirecte

El **bloqueig indirecte** (Fig. 11) és l'acció mitjançant la qual un jugador atacant sense pilota utilitza el cos per interrompre o dificultar l'acció del jugador que defensa un altre atacant sense pilota, interposant-se en la seua trajectòria amb l'objectiu d'ajudar el company a rebre en una situació avantatjosa.

Atès l'aspecte que es té en compte a l'hora de definir els tipus de bloqueig indirecte que n'hi ha, es poden classificar (Jordana Dot i Martín León, 2012):



Fig. 11. Bloqueig indirecte.

- Segons la direcció del moviment (Fig. 12):
 - ~ Vertical: Perpendicular a la línia de fons.
 - ~ Horitzontal: Paral·lel a la línia de fons.
 - ~ Oblic: Oblic (diagonal) a la línia de fons.

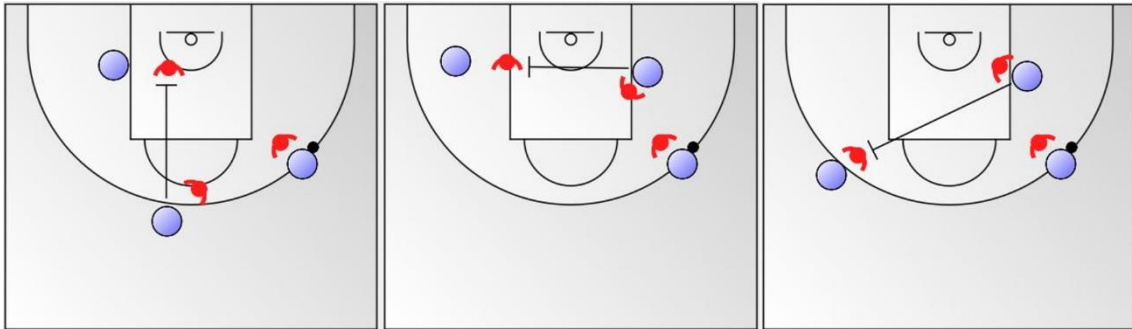


Fig. 12. Bloqueig indirecte vertical (esquerra), horitzontal (centre), oblic (dreta).

- En funció de si el defensor pot veure o no el bloquejador:
 - ~ Normal: El defensor bloquejat pot veure el seu atacant i el bloquejador. (Fig. 11)
 - ~ Cec: El defensor bloquejat només pot veure el seu atacant, però no el bloquejador. (Fig. 13)



Fig. 13. Bloqueig indirecte cec.

2. ACCIONS TECNICOTÀCTIQUES COL·LECTIVES DEFENSIVES

2.1. Ajuda defensiva

L'**ajuda defensiva** és l'acció realitzada per un defensor d'un atacant sense pilota amb l'objectiu de donar suport al company que defensa el jugador amb pilota i que ha aconseguit un avantatge ofensiu, a fi d'aturar-lo o, si més no, dificultar-ne la progressió.

En funció de l'acció que porte a terme el jugador que ha realitzat l'ajuda es poden distingir les accions següents (Martín León i Jordana Dot, 2011) (Fig. 14):

- Ajudar i recuperar: L'objectiu del defensor que ajuda és aturar o alentir el jugador amb pilota per aconseguir que el seu company torne a recuperar la posició defensiva, i una vegada el company ha tornat, recuperar el seu atacant (tornar a defensar-lo).
- Ajudar i canviar: Igual que l'anterior, però en aquest cas el defensor que ajuda no torna amb el seu defensor, sinó que es queda amb el que ha aturat, i és el defensor que ha rebut l'ajuda qui va amb l'atacant que ha quedat sol.

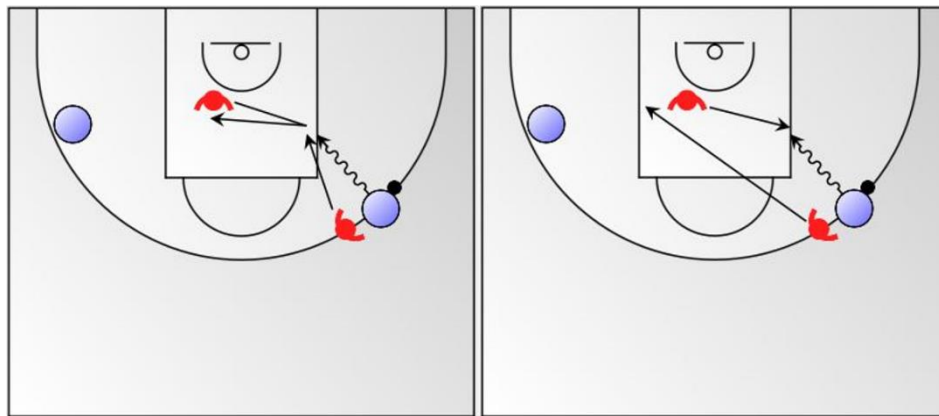


Fig. 14. Ajudar i recuperar (esquerra). Ajudar i canviar (dreta).

2.2. Defensa del tall

La **defensa del tall** és el conjunt d'accions portades a terme pel jugador defensor d'un atacant sense pilota que està realitzant un tall, amb l'objectiu d'evitar que reba la pilota o, si ho aconsegueix, que siga amb el menor avantatge possible.

La col·locació del defensor depèn d'on es trobe la pilota (costat fort o costat d'ajuda), igual que s'ha explicat en la defensa al jugador sense pilota (Sanchis-Sanchis et al., 2019).

2.3. Defensa del bloqueig

La **defensa del bloqueig** és el conjunt d'accions portades a terme pels dos defensors dels atacants que estan jugant un bloqueig directe o indirecte, amb l'objectiu de minimitzar-ne l'avantatge obtingut.

En funció de les accions realitzades per ambdós defensors, el bloqueig (directe o indirecte) es pot defensar de les maneres següents (Jordana Dot i Martín León, 2012) (Fig. 15):

- Per davant (de primer): El defensor de l'atacant que rep el bloqueig passa entre aquest i el bloquejador.
- Per darrere (de segon): El defensor de l'atacant que rep el bloqueig passa per darrere del bloquejador (per tant, el defensor del bloquejador ha de deixar espai perquè passe el seu company).
- Canvi defensiu: Es produeix un canvi d'emparellament entre els defensors dels atacants que juguen el bloqueig.

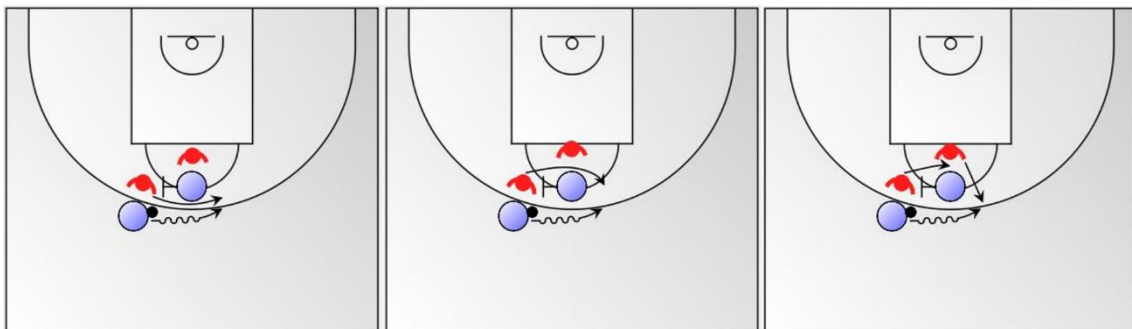


Fig. 15. Defensa del bloqueig directe per davant (esquerra), per darrere (centre) i amb canvi defensiu (dreta).

2.4. Bloqueig del rebot

Per poder entendre el bloqueig del rebot cal saber primerament què és el rebot. Així, el **rebot** és el fet d'aconseguir la possessió de la pilota just després d'un llançament errat. El rebot pot ser ofensiu, si l'aconsegueix un jugador que està atacant, o defensiu, si l'aconsegueix un que defensa.

El **bloqueig del rebot** (Fig. 16) és l'acció realitzada pel defensor mitjançant la qual redueix la distància amb l'atacant que defensa i tracta de fixar-lo de manera legal (sense cometre cap infracció reglamentària), amb l'objectiu d'aconseguir una situació avantatjosa per aconseguir el rebot.

Aquesta acció es compon de 3 moments (Martín León i Jordana Dot, 2011): reducció de l'espai amb l'atacant, contacte i fixació, i atac a la pilota.



Fig. 16. Bloqueig del rebot.

3. BIBLIOGRAFIA

- Goldstein, S. (2008). *The Basketball Coach's Bible (2nd ed.)*. Philadelphia, PA: Golden Aura Publishing.
- Goodson, R. (2016). *Basketball essentials*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Jordana Dot, R., i Martín León, M. (2012). *Formación del jugador de baloncesto: Nivel 2*. Madrid: Editorial FEB.
- Martín León, M., i Jordana Dot, R. (2011). *Formación del jugador de baloncesto: Nivel 1*. Madrid: Editorial FEB.
- Montero Seoane, A. (2018). *Didáctica del baloncesto*. Badalona: Paidotribo.
- Ortega Vila, G., i Sánchez Jiménez, A.C. (2009). *Táctica y Técnica en la Iniciación al Baloncesto*. Sevilla: Wanceulen.
- Sanchis-Sanchis, R., Encarnación-Martínez, A., i Pérez-Soriano, P. (2019). Accions tecnicotàctiques individuals bàsiques del bàsquet: material docent. València.
- Showalter, D. (2012). *Coaching Youth Basketball (5th ed.)*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Torres Martín, C. (2006). *La formación del educador deportivo en baloncesto: Bloque específico Nivel 1*. Sevilla: Wanceulen.
- Wissel, H. (2012). *Basketball: steps to success (3rd ed.)*. Champaign, IL: Human Kinetics.

Agraïments

A Héctor GC, Carles TA, i Àlex MA, per la seua col·laboració en les fotografies.