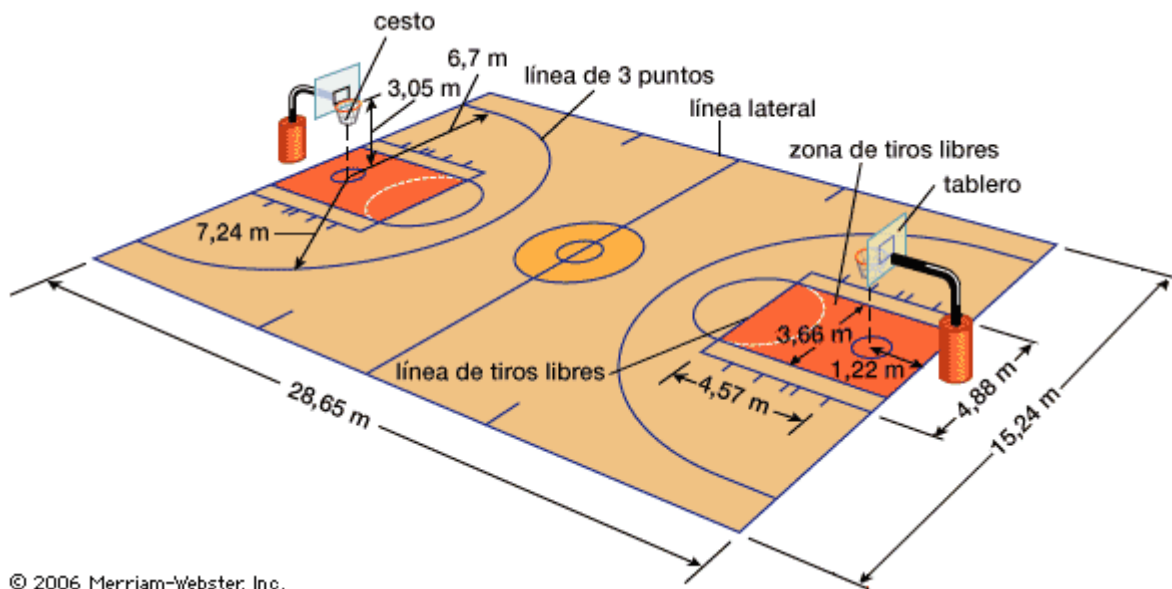


Básquetbol

Aspectos técnicos, tácticos y reglamentarios

Prof. Víctor Gadea

La cancha de Básquetbol y sus medidas:



Largo: 28 mts. Ancho: 16 mts. Altura del aro: 3,05 mts. Diámetro del aro: 0,45 mts

Línea de tiro triple: **6,75** mts desde el aro; en la NBA está a 7,25 como se muestra en el dibujo.

Tiempo de juego:

El tiempo total es de 40 minutos, dividido a su vez en 4 tiempos (o cuartos) de 10 min c/u. Entre el 2º y 3º cuarto es el medio tiempo o descanso (10 min.); entre el 1º y 2º cuarto y el 3º y 4º se para el partido y se da breve descanso (aprox. 1 min) y se reanuda el juego.

Los jueces:

El partido es dirigido por 2 o 3 jueces de cancha más una mesa de control que lleva el tiempo de juego, el reloj de los 24 segundos y la planilla de puntos, faltas individuales y colectivas.

¿Cuándo está fuera la pelota en Básquetbol?

Se considera fuera cuando la pelota toca algo que está fuera de la cancha, donde la línea perimetral se considera fuera de ésta; por tanto si alguien toca la pelota y pisa la línea, se

considera fuera; si la pelota pica en la línea también será fuera, al igual que si toca algo más allá de la línea perimetral.

Jugadores : juegan 5 jugadores en cancha, más 5 jugadores en el banco de suplentes. Cualquier jugador puede entrar en cualquier momento por otro que esté jugando, previo aviso a la mesa de control y con el juego en tiempo muerto (tiempo parado).

¿Cuánto valen los tiros encestandos o goles?

1 punto, 2 puntos o 3 puntos de acuerdo a la situación y el lugar de donde se lance.

- Todo tiro en medio del juego que se enceste desde fuera de la línea de tiro triple (6,75) valdrá 3 puntos.
- Todo tiro en medio del juego que se emboque desde dentro de la línea de 6,75 valdrá 2 puntos.
- Cada tiro libre encestando valdrá 1 punto.

¿Cuándo se cobra tiro libre?

Varias son las situaciones, a saber:

- Cuando se le comete falta a un jugador en situación de tiro (cuando está lanzando al aro o cuando comenzó a realizar la acción de doble ritmo para atacar al cesto). Si la falta se comete dentro de la línea de 6,75 y el jugador no logró embocar el lanzamiento o no pudo tirar, se le darán 2 tiros libres. Si logró tirar y embocó el lanzamiento, valdrá 2 puntos y se le dará un tiro libre adicional.
- Si la situación descrita anteriormente se realiza desde fuera de la línea de 6,75 se le darán 3 tiros libres si no logró convertir; si lo hizo, valdrán los 3 puntos y se le otorgará un tiro libre adicional.
- Cuando se cobra "técnico" por protesta fuera de lugar hacia los jueces; se le otorgan 2 tiros libres al equipo contrario, que serán efectuados por un jugador designado por su propio equipo.
- Cuando se comete una falta aunque no sea en situación de tiro pero el equipo infractor lleva acumulada en la suma de las faltas cometidas por su equipo más de 4 en el mismo período, se le asignarán 2 tiros libres al jugador receptor de la falta.

Faltas técnicas más comunes:

- Caminar: cuando se dan más de 2 pasos con la pelota tomada sin picar; para que estos 2 pasos sean válidos, el jugador debe estar en movimiento al momento de realizarlos. Cuando se deja un pie fijo y se mueve el otro (pivotear o acción de pivotear) no se cuentan como pasos cada uno de esos apoyos.

- Doble dribling: cuando luego de picar la pelota, la tomo y la vuelvo a picar; picar con ambas manos la pelota.
- Pié: cuando la pelota toca a algún jugador de rodillas para abajo o se pone el pie en forma intencional.
- Foul o falta: pegar, agarrar o cualquier contacto con el jugador contrario que tenga la pelota. También puede cometerse falta a un jugador sin pelota, cuando hay intencional contacto físico.
- 24": Tiempo de posesión de pelota: un equipo, luego que posee el balón tiene 24 segundos para tenerlo en posesión para retenerlo, pasarlo o buscar un lanzamiento; si el equipo no lanza antes de este tiempo, desde la mesa de control sonará una chicharra dándole la posesión de la pelota al equipo contrario.
- 8": cuando un equipo se hace del balón en su cancha, debe obligatoriamente hacerlo pasar a la cancha de ataque (mitad de cancha) antes de los 8 segundos, mediante un pase a algún jugador que esté en cancha ofensiva o por un jugador que la lleve trasladándola hasta allí; si no lo hace, uno de los jueces sonará el silbato otorgándole el saque desde el lateral al equipo contrario.
- "Zona": luego que la pelota pasó a la cancha de ataque u ofensiva, no podemos regresarla hacia atrás más allá de la línea media, o sea a cancha defensiva. Si esto sucede, se le otorgará el saque desde el lateral al equipo contrario.
- 3": ningún jugador puede estar más de 3 segundos en la zona restrictiva marcada en las cercanías del aro contrario, sino que debe estar en tránsito o movimiento; si esto sucede, los jueces pitarán 3" y el saque para el equipo defensor.

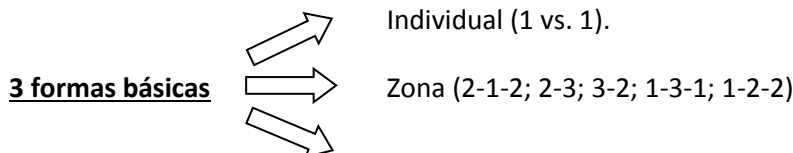
Todas estas faltas se realizan desde el lugar que se cometieron por parte del equipo contrario.

¿Cuántas faltas puede realizar un jugador?

5 faltas; a la 5ª debe abandonar el juego y no podrá ingresar nuevamente por el reto del partido, pudiendo si entrar un sustituto desde el banco de suplentes.

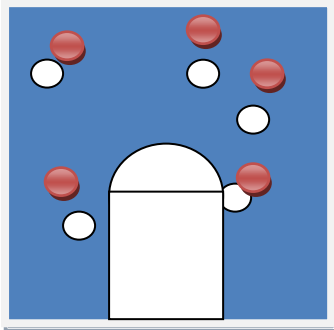
Táctica defensiva.

¿Cómo se puede marcar o cuáles son las formas básicas de marcar que adopta un equipo?

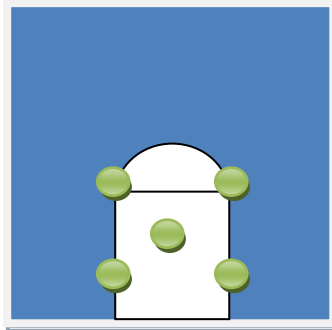


Mixtas (1-4 o cajón 1; 2-3, etc.)

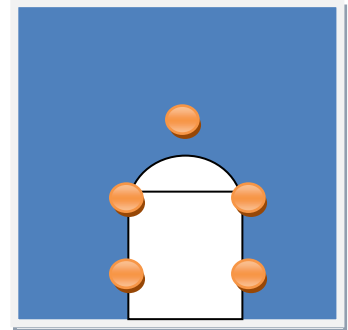
Individual



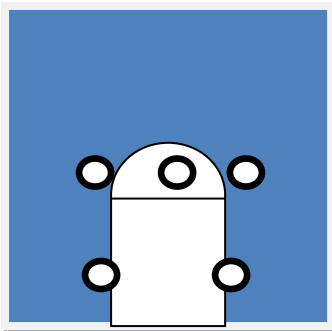
Zonal 2-1-2



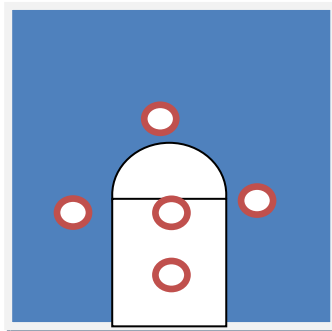
Zonal 1-2-2



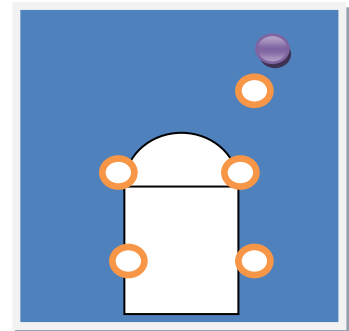
Zonal 3-2



Zonal 1-3-1



Mixta 3-2-1



¿De qué depende la táctica o forma de marcar o defender de un equipo?

Múltiples son las razones, como por ejemplo la característica de los jugadores de mi equipo, las características del equipo contrario, las estrategias a utilizar por parte del entrenador, a cómo va el partido (si vamos en ventaja o desventaja) y el tiempo de juego transcurrido.

Táctica ofensiva o de ataque.

Se refiere a la formación y disposición de los jugadores en el ataque.

Diagrama, ubicación básica de los jugadores en el campo.

Base o Armador: de muy buen manejo de pelota, pase y técnica en general.

Ayuda Base o Escolta: juega a un lado del Base, aportando manejo y tiro.

Alero: juega en ataque a los lados, de buen manejo técnico y lanzamiento.

Ala Pívor: juega cerca de la llave, a los lados, siendo uno de los más altos del equipo.

Pívor: en general, el más alto del equipo; se mueve básicamente dentro de la llave o área, generalmente de espaldas al aro del equipo rival.

Ejemplo básico de la ubicación de los jugadores según su puesto; en este caso, no se encuentra el Ayuda Base, siendo el 2 y 3 aleros. Vemos entonces que el **1, 2 y 3** son Jugadores del perímetro; **4 y 5**, Jugadores internos.

