

HISTORIA

Mundo

En 1891 Luther Halsey Gulick director del colegio de educación física Y.M.C.A de Springfield en el estado de Massachusetts, en Estados Unidos, encargó al profesor canadiense James A. Naismith crear un nuevo juego que pudiera practicarse en las salas de gimnasia durante el invierno, muy áspero en esta región del noreste del país, imposibilitando la utilización de terrenos al aire libre.

La denominación de Baloncesto se debe a Frank Mahan, jugador de Rugby: *"Tenemos un balón y un cesto, ¿por qué no llamarlo Balón al Cesto (Basketball)?"*

Naismith, que era un hombre religioso, ordenado ministro presbiteriano tras haber obtenido el diploma de médico, consideraba que las soluciones técnicas no podían suplir a unas bases filosóficas sólidas, por lo que se propuso conferir un aliento espiritual a su invención deportiva:

"El Baloncesto se basa en la noción cristiana del amor al prójimo, y se funda en el hecho de que el deporte es un importante medio educativo en el sentido más amplio y más completo de la palabra, evitando caer en la contradicción pedagógica de limitar la educación a la práctica del llamado <Deporte Puro>..." La mejor victoria, la más gratificante, la más sólida, la que supone un trampolín para las posteriores, se basa en la concepción del equipo como una unidad educada, organizada y preparada para que cada uno dé lo mejor de sí mismo."

De esta forma, el Baloncesto, nacido gracias al espíritu creador de un pastor, profesor de universidad confesional, se extendió a lo largo de Estados Unidos y más tarde en todo el mundo, difundido por los misioneros de la Y.M.C.A..

Europa

En Europa el Baloncesto comenzó su difusión en Francia gracias al concurso de Rideout, alumno de Springfield. El primer partido tuvo lugar en la sede del Y.M.C.A. de París en 1893

y pasó totalmente desapercibido. Hubo que esperar hasta el año 1908, en el transcurso del cual la F.G.S.P.F. (Fédération Gymnique et Sportive des Patronages de France) inscribe esta actividad en sus programas educativos.

Unos diez años más tarde, las tropas norteamericanas que reforzaron los contingentes aliados durante la Primera Guerra Mundial supondrían un verdadero trampolín para este deporte.

Cabe destacar el gran desarrollo y altísimo nivel de juego alcanzado en los países del Este, especialmente en Rusia. Al gran apoyo que estos gobiernos conceden al deporte en general, y los de sala en particular, por la necesidad de refugiarse en estas especialidades durante sus prolongados inviernos, hay que añadir la superior constitución física de la raza eslava.

España

El Baloncesto se introduce en España en 1921, de la mano de un sacerdote escolapio, el padre Eusebio Millán quien conoció el deporte durante su prologada permanencia en La Habana, donde ejercía su magisterio. A su regreso a España enseñó las primicias del juego a sus alumnos de las Escuelas Pías de San Antón, en Barcelona, y en colaboración con un conocido profesor de gimnasia, M. Tiberghien, residente en Barcelona,

organizaron los primeros partidos de Baloncesto.

Entre ambos formaron los dos primeros clubs españoles de este deporte: el Laietà, la entidad decana en nuestro país, y el Patrie, cuyos equipos disputaron el primer encuentro oficial del que se tiene noticia. A éstos siguieron el Martinenc, el FC Barcelona, el Juventut de Badalona, etc..., creándose la Federación Catalana de Baloncesto en 1924, diecinueve años antes que la Federación Española de Baloncesto.

A partir de esta fecha el Baloncesto fue adquiriendo gradualmente popularidad y fue adoptado mayormente por los colegios de las órdenes religiosas, destacando especialmente el impulso de los padres escolapios en las zonas de Mataró, Mongat y Badalona.

Después de una primera etapa un tanto caótica siguió otra más formal, pasando en pocos años de ser un juego (casi un pasatiempo) a convertirse en un deporte organizado, reglamentado y federado.

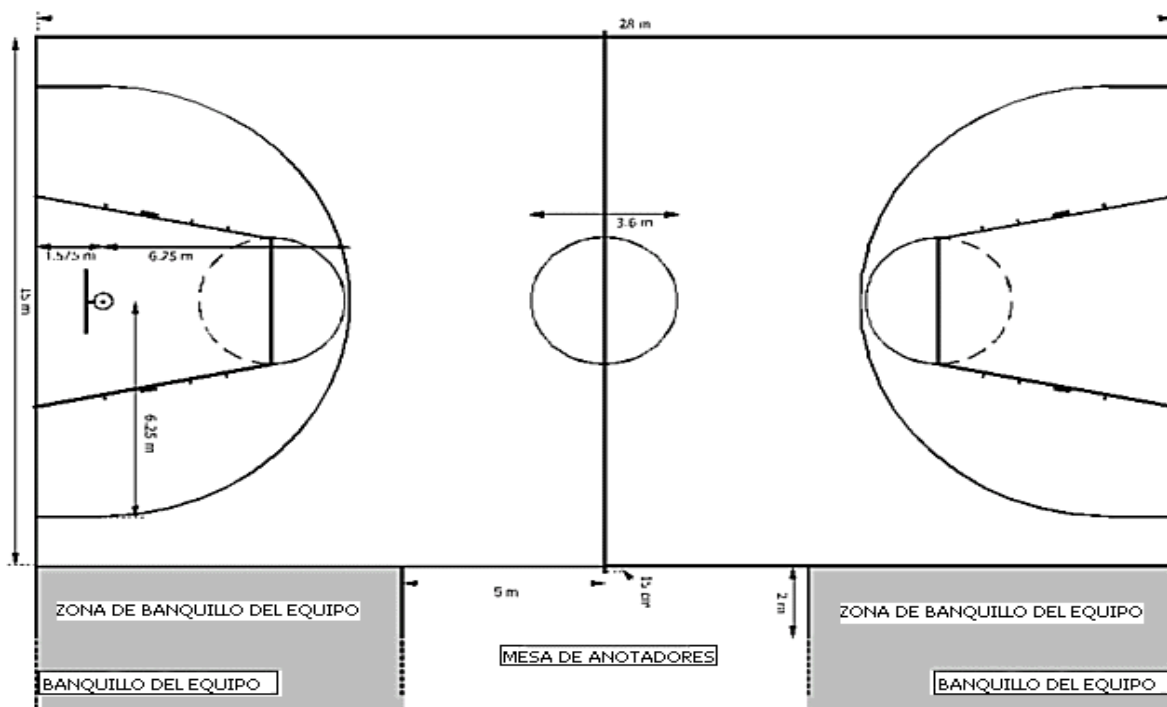
El primer partido internacional se disputó el 25 de Marzo de 1927 entre el campeón de Argentina y una selección Catalana.

En la actualidad el Baloncesto está concebido como Deporte Espectáculo, realizándose fichajes y operaciones comerciales de siete guarismos (cantidad expresada por dos a más cifras). Las dificultades que esto provoca en las tesorerías han propiciado que, salvo contadas excepciones, los clubs caigan en las redes del mecenazgo de potentes empresas que a cambio de sustanciosas ayudas económicas se han arrogado el derecho de rebautizar los clubs o modificar los nombres a su antojo y prodigar hasta límites insospechados la publicidad en camisetas, chandals, etc.

DIMENSIONES del terreno

De juego

- El terreno de juego debe ser una superficie rectangular, plana y dura, libre de obstáculos.
- Las dimensiones del terreno de juego deben ser de 28 m. de longitud por 15 m. de anchura, medidas desde el borde interior de las líneas que delimitan el terreno de juego.
- La altura del techo o del obstáculo más bajo debe ser, como mínimo, de 7m.



La superficie de juego debe estar iluminada uniforme y convenientemente. Las luces deben estar colocadas de manera que no dificulten la visión de los jugadores.

MEDIDAS REGLAMENTARIAS DEL TERRENO DE JUEGO

Líneas y dimensiones

- Las líneas del terreno de juego deben:
- Ser todas del mismo color (preferentemente blanco),
- Tener 5 cm. de anchura.
- Ser completas y perfectamente visibles.

Líneas de demarcación

- El terreno de juego estará delimitado por líneas como las definidas anteriormente que deben diferenciarse en cualquier punto como mínimo 2 m. de los espectadores, de los carteles publicitarios o de cualquier otro obstáculo, incluyendo los integrantes de los banquillos de los equipos.
- Las líneas de los lados largos del terreno de juego se denominan líneas laterales; las de los lados cortos se denominan líneas de fondo.

Línea central

- Se trazará una línea central paralela a las líneas de fondo desde el punto central de cada línea lateral que se prolongará 15 cm. por la parte exterior de cada línea lateral.

Líneas de tiros libres, áreas restringidas y pasillos de tiros libres

- Paralelamente a cada línea de fondo se trazará una línea de tiros libres. Su centro estará situado sobre la línea imaginaria que une el centro de las dos líneas de fondo.

- Las áreas restringidas son los espacios marcados en el terreno de juego limitados por las líneas de fondo, las líneas de tiros libres y las líneas que parten de las líneas de fondo.
- Los espacios situados a lo largo de los pasillos de tiros libres que pueden ser ocupados por los jugadores durante los lanzamientos de tiros libres se marcarán de la manera siguiente:
- La primera línea se trazará a 1,75 m. del borde interior de la línea de fondo, medidos a lo largo de las líneas laterales de los pasillos de tiros libres.
- El primer espacio tendrá 85 cm. de anchura y limitará con el inicio de la zona neutral.
- La zona neutral tendrá 40 cm. de anchura y será un bloque sólido marcado del mismo color que las demás líneas.
- El segundo espacio será adyacente a la zona neutral y medirá 85 cm. de anchura.
- El tercer espacio, también de 85 cm. de anchura, se marcará adyacente a las líneas que delimitan el segundo espacio.
- Todas las líneas utilizadas para marcar estos espacios tendrán 10 cm. de longitud y serán perpendiculares al exterior de las líneas que delimitan los pasillos de tiros libres.

LOS EQUIPOS

Un equipo está formado por 10 jugadores (aunque en pista sólo jueguen cinco), uno de los cuales hace la función de capitán y un entrenador que puede estar apoyado por un ayudante o segundo entrenador.

Los 5 jugadores que se mantienen en pista pueden ser sustituidos cuantas veces desee su entrenador.

Cada jugador debe llevar un número delante y otro detrás. La numeración será del 4 al 15, no pudiendo llevar ningún jugador un número repetido.

El entrenador podrá pedir dos tiempos muertos en cada parte.

características de los jugadores

Características del base:

Acostumbra a ser el jugador inteligente del equipo, capaz de imponer y mantener el ritmo adecuado.

Juega bastantes minutos durante el partido por lo que su resistencia debe ser muy completa.

Tiene que tener velocidad, resistencia específica y técnica.

debe ser un jugador capaz de realizar acciones ofensivas rápidas debe tener un buen tiro a distancia y gran habilidad en el manejo del balón, pase dribling, reversos, cambios de dirección y finalmente, tener gran sentido de la responsabilidad.

Características del alero pívot:

Es el jugador que enlaza las misiones, el que acostumbra a realizar los pases peligrosos al interior de la zona.

Tiene que tener un sprint muy fuerte , una gran potencia de salto para ir al rebote, fuerza, velocidad y resistencia.

El alero pívot efectúa principalmente un trabajo de ayuda y rebote, mientras el alero base secunda la función de el base en la dirección del equipo.

Características del alero base:

Tiene la misión de ayudar a bajar el balón, a hacer un balance defensivo, etc.

Tiene buen porcentaje de tiro, buen dominio del balón y posee una constitución física más fuerte que el base.

Características del pívot:

El pívot tiene una misión muy sacrificada, es el jugador más marcado por la defensa contraria.

Es imprescindible que el pívot posea una gran potencia de salto, coordinación de movimientos y una gran fuerza.

Es el jugador que realiza el primer pase para iniciar la acción ofensiva rápida.

Otras particularidades del pívot serán:

Inteligencia, sentido del balón y rapidez en su toma de posesión, gran visión marginal, ser buen receptor del balón con ambas manos, pasador veloz , buen tirador de distancias cortas y palmeador, excelente combinado de los pívotes y giros, eficaz en sus movimientos sin balón y experto en el juego de uno contra uno.

REGLAMENTO

Regla del avance

Definición:

- Se produce un pivote cuando el jugador que sostiene un balón vivo da uno o más pasos en cualquier dirección con el mismo pie mientras que el otro pie, denominado "pie de pivote" permanezca en el mismo punto de contacto con el suelo.

– Definición del pie de pivote:

Un jugador que coja el balón mientras tiene los dos pies en el suelo podrá utilizar cualquiera de ellos como pie de pivote. En el instante en que levante un pie el otro pasará a ser el pie de pivote.

Regla de los tres segundos

- Un jugador no debe permanecer en la área restringida de sus adversarios durante más de tres (3) segundos consecutivos mientras su equipo tiene el control del balón en el terreno de juego y el reloj está en marcha.
- Las líneas que delimitan el área restringida forman parte de la misma y el jugador que toque una de estas líneas estará en el área restringida.
- Para que un jugador se sitúe fuera del área restringida debe poner ambos pies fuera del área restringida.

– Jugador estrechamente marcado:

Un jugador estrechamente marcado (a menos de un paso normal) que sostenga el balón deberá pasarlo, lanzarlo, hacerlo rodar o botarlo antes de cinco (5) segundos.

Regla de los diez segundos

- Cuando un jugador obtiene el control de un balón vivo en su pista trasera su equipo debe hacer que el balón pase a su pista delantera antes de diez (10) segundos.

– Balón devuelto a la pista trasera:

Un jugador que se halle en su pista delantera cuyo equipo tenga el control de un balón vivo no puede hacer que el balón vuelva a su pista trasera.

Faltas personales

Faltas:

- Una falta es una infracción de las reglas que implica el contacto personal con un adversario o una conducta antideportiva.
- Se anota una falta al infractor y se penaliza posteriormente de acuerdo con las disposiciones del artículo correspondiente de las reglas.

Falta personal:

- Una falta personal es una falta de jugador que implica el contacto ilegal con un adversario, esté el balón vivo o muerto.
- Un jugador no debe agarrar, bloquear, empujar, cargar ni zancadillear a un adversario, impedirle avanzar extendiendo la mano, el brazo, el codo, el hombro, la cadera, la pierna, la rodilla o el muslo ni debe incurrir en juego brusco o violento.

Penalización:

- En todos los casos se anotará una falta personal al infractor. Además:
- Si la falta se comete sobre un jugador que no está en acción de tiro:
- Se reanudará el juego mediante un saque del equipo no infractor desde un punto del exterior del terreno de juego lo más próximo posible al lugar en que se cometió la infracción.
- Si la falta se comete contra un jugador que está en acción de tiro:
- Si el lanzamiento se convierte será válido y se concederá un (1) tiro libre.
- Si el lanzamiento a canasta de dos puntos no se convierte se concederán dos (2) tiros libres.
- Si el lanzamiento a canasta de tres puntos no se convierte se concederán tres (3) tiros libres.
- Si un jugador comete una falta mientras su equipo tiene el control del balón:
- El juego se reanudará mediante un saque del equipo no infractor desde un punto del exterior del terreno de juego lo más cercano posible al lugar en el que se cometió la infracción.
- Si el balón entra en la canasta pero el cesto o tiro libre no es válido el saque posterior se realizará

desde el exterior del terreno de juego en la prolongación de la línea de tiros libres.

Posición legal de defensa:

- Un jugador defensor ha establecido una posición legal inicial de defensa cuando:
- Encara al adversario y
- Tiene ambos pies en el suelo en una postura normal de piernas abiertas. La distancia entre los pies en una postura normal de piernas abiertas suele ser proporcional a la altura.
- La posición legal de defensa se extiende verticalmente por encima del jugador. Puede levantar los brazos por encima de la cabeza o saltar verticalmente, pero debe conservarlos en posición vertical.

Defensa del jugador que controla el balón:

- El jugador que tiene el balón debe esperar ser defendido y debe estar preparado para detenerse o cambiar de dirección siempre que un adversario adopte una posición legal inicial de defensa delante de él, aunque esto se haga en una fracción de segundo.
- El jugador defensor debe establecer la posición inicial legal de defensa sin provocar ningún contacto corporal antes de establecerla.
- Una vez que el jugador defensor haya establecido una posición inicial legal de defensa puede desplazarse para defender a un adversario, pero no puede extender los brazos, los hombros, las caderas ni las piernas y al hacerlo provocar un contacto que impida al jugador que lleva el balón pasar a su lado.

Defensa de un jugador que no tiene control del balón:

- Los jugadores que no tienen control del balón tienen derecho a desplazarse libremente por el terreno de juego y a ocupar cualquier posición que no esté ocupada todavía por otro jugador.
- Una vez que un jugador defensor haya adoptado una posición legal de defensa, no puede provocar el contacto con el adversario para evitar que lo sobrepase interponiendo en su trayectoria los brazos, los hombros, las caderas o las piernas. No obstante, sí puede girarse o colocar los brazos por delante y cerca del cuerpo para evitar una lesión.

Tocar a un adversario con las manos o con los brazos:

- Tocar a un adversario con las manos, en sí mismo, no constituye necesariamente una infracción.
- Los árbitros deben decidir si el jugador que provocó el contacto ha obtenido alguna ventaja. Si el contacto causado por el jugador restringe de algún modo la libertad de movimientos de su adversario ese contacto constituye una falta.
- Si el jugador defensor toca a un adversario con las manos en un intento de jugar el balón y dicho contacto sólo se produce en la mano del adversario mientras ésta se halla en contacto con el balón, aunque esté en acción de tiro, se debe considerar accidental y no se debe sancionar.
- El uso ilegal de las manos (o de los brazos extendidos) tiene lugar cuando se colocan y permanecen en contacto sobre un adversario, con control del balón o sin él.
- Tocar repetidamente o 'palpar' a un adversario con control del balón o sin él también puede considerarse falta, ya que puede conducir a un aumento de la brusquedad del juego.

Disposiciones generales

Principios básicos:

- Cada árbitro tiene autoridad para señalar faltas de manera independiente del otro en cualquier momento del partido, esté el balón vivo o muerto.
- Se puede señalar cualquier número de faltas a un equipo o a los dos. Independientemente de la penalización, se anotará una falta en el acta al infractor por cada falta.

Cinco/seis faltas por jugador:

- En los partidos disputados a 2 x 20 minutos el jugador que haya cometido cinco (5) faltas, sean personales o técnicas, será informado del hecho, deberá abandonar el partido automáticamente y será sustituido.
- En los partidos disputados a 4 x 12 minutos el jugador que haya cometido seis (6) faltas, sean personales o técnicas, será informado del hecho, deberá abandonar el partido automáticamente y será sustituido.

Faltas de equipo. Reglas de penalización:

- Partidos disputados a 2 x 20 minutos:
- Cuando un equipo haya cometido siete (7) faltas de jugador, sean personales o técnicas, en una mitad (20 minutos):
- Todas las faltas personales de jugador posteriores se penalizarán con dos (2) tiros libres, por lo que el jugador contra el que se haya cometido la falta lanzará dos (2) tiros libres.
- Partidos disputados a 4 x 12 minutos:
- Cuando un equipo haya cometido cuatro (4) faltas de jugador, sean personales o técnicas en un periodo (12 minutos):
- Todas las faltas personales de jugador posteriores se penalizarán con dos (2) tiros libres, por lo que el jugador contra el que se haya cometido la falta lanzará dos (2) tiros libres.
- Se considerará que todas las faltas de equipo cometidas en un periodo extra forman parte de la última mitad o del último periodo.

Tiros libres:

- Un tiro libre es una oportunidad concedida a un jugador para que consiga un (1) punto sin oposición desde un punto situado detrás de la línea de tiros libres y dentro del semicírculo:
- Cuando se señala una falta personal y la penalización es la concesión de tiros libres:
- El árbitro designará al jugador contra el que se haya cometido la falta para que lance los tiros libres.
- Si hay una solicitud para sustituir al jugador contra el que se ha cometido la falta, deberá lanzar los tiros libres antes de abandonar el juego.
- Si el jugador designado para lanzar los tiros libres debe abandonar el juego debido a una lesión o a su descalificación, su sustituto deberá lanzar los tiros libres. Si no se dispone de ningún sustituto los tiros libres los lanzará el capitán o cualquier jugador por él designado.
- Cuando se señala una falta técnica los tiros libres puede realizarlos cualquier jugador del equipo adversario designado por su capitán.

El lanzador de los tiros libres:

- Ocupará una posición por detrás de la línea de tiros libres y dentro del semicírculo.
- Podrá utilizar cualquier método para realizar los lanzamientos pero deberá lanzar de modo que el balón se introduzca en la canasta por su parte superior o toque el aro antes de que lo toque ningún jugador.
- Soltará el balón antes de que transcurran cinco (5) segundos desde el momento en que uno de los árbitros lo ponga a su disposición.
- No tocará la línea de tiros libres ni el terreno de juego más allá de dicha línea hasta que el balón haya tocado el aro.
- No amagará el tiro libre.
- No tocará el balón mientras se halle en camino hacia la canasta.
- No tocará la canasta ni el tablero mientras el balón esté en contacto con el aro durante un tiro libre.

Durante los tiros libres:

– Ocupación de las posiciones en los pasillos de tiros libres:

- Como máximo cinco (5) jugadores (a lo sumo 3 jugadores defensores y 2 jugadores atacantes) pueden ocupar las posiciones en los pasillos de tiros libres, que se considera que tienen un (1) metro de profundidad.
- La primera posición del pasillo a uno de los lados del área restringida sólo puede ser ocupada por los adversarios del lanzador de los tiros libres. Los jugadores que ocupen las posiciones en el pasillo de tiros libres ocuparán posiciones alternas.
- Los jugadores sólo ocuparán las posiciones a las que tienen derecho.

– Los jugadores de los pasillos de tiros libres:

- No ocuparán posiciones del pasillo de tiros libres a las que no tengan derecho.

No entrarán en el área restringida ni en la zona neutra, ni abandonarán su posición en el pasillo de tiros hasta que el balón haya salido de las manos del lanzador de los tiros libres.

- No tocarán el balón mientras esté de camino hacia la canasta hasta que toque el aro o resulte evidente que no lo tocará.
- No tocarán la canasta ni el tablero mientras el balón esté en contacto con el aro durante el tiro libre.
- En los tiros libres seguidos de otros tiros libres no tocarán el balón, la canasta ni el tablero mientras el balón tenga posibilidades de introducirse en la canasta.
- Una vez que el balón esté vivo para un tiro libre no se moverán de las posiciones que hayan establecido hasta que el balón haya salido de las manos del lanzador de los tiros libres.
- Los adversarios del lanzador de los tiros libres no:
 - Tocarán el balón ni la canasta mientras el balón se halle dentro de la canasta.
 - Desconcertarán con sus actos al lanzador de los tiros libres.

VOCABULARIO

- Asistencia: pase que realiza un jugador a un compañero situado próximo al aro de ataque con todas las ventajas para anotar canasta.
- Bloqueo: presión que realiza un jugador sobre un contrario con el fin de impedir su progresión.

- Campo de ataque y campo de defensa: el primero es la zona del terreno de juego delimitado por la línea central y la línea de fondo, donde está situado el aro en el que un equipo intenta encestar, y el segundo es la zona delimitada por esas mismas líneas donde se encuentra el aro en el que intenta encestar el equipo contrario.
- Contraataque: es un sistema de ataque que se basa en la rapidez. Consiste en montar el ataque antes de que esté formada la defensa del equipo contrario.
- Defensa de zona: es un sistema defensivo en el que los jugadores en misión de defensa se distribuyen por áreas previamente asignadas.
- Defensa individual: sistema defensivo en el que cada jugador tiene asignada la defensa de un jugador del equipo contrario.
- Dribling: avanzar botando el balón.
- Dribling de avance: cuando el drible se realiza como acción atacante.
- Dribling de protección: cuando el drible se realiza como acción defensiva.
- Falta: es toda la infracción que queda reflejada en el acta.
- Falta técnica: cuando un componente de un equipo protesta una decisión arbitral o realiza una acción violenta no estando en juego el balón.
- Falta personal: contacto ilegal de un jugador sobre otro del equipo contrario.
- Doble falta: infracción cometida simultánea y mutuamente por dos jugadores contrarios.
- Falta intencionada: es aquella falta personal que el jugador realiza premeditadamente.
- Pase: es el lenguaje del ataque y consiste en el movimiento del balón de un jugador a otro, mediante un lanzamiento o bote.
- Violación: es toda acción penalizada por el reglamento en la que incurre un jugador, no quedando reflejada en el acta. por ejemplo:
 - a) Los pasos: progresión ilegal de más de dos pasos del jugador que retiene el balón entre sus manos.
 - b) Los dobles: un jugador que ha botado el balón lo coge con ambas manos y vuelve a driblar incurre en esta violación.
 - c) Los tres segundos: un jugador atacante no puede estar en el interior de su área de ataque más de tres segundos seguidos sin el balón en las manos.
 - d) Los cinco segundos: el jugador que saca de banda o de fondo tiene 5 segundos para pasar el balón.
 - e) Los 10 segundos: El equipo atacante está obligado a llevar el balón al campo de ataque en el tiempo máximo de 10 segundos.
 - f) Campo a tras: cuando el equipo que se halla en posesión del balón en su campo de ataque realiza un pase a su campo defensivo.

- Presión en toda la cancha: es aquella táctica sistema defensivo en que el equipo en función defensiva sobrecarga y presiona al jugador del equipo contrario que tiene el balón y a las posibles líneas de pase, en todo el campo.
- Saque de banda: Cuando se reanuda el juego poniendo en movimiento el balón desde atrás de las líneas laterales.
- Saque de fondo: después de cualquier canasta legal, se pone el balón en juego desde detrás de la línea de fondo.
- Tiro libre: Se concederá tiro libre por falta personal.

