

• **INTRODUCCIÓN:**

1.1: ¿Qué es?

El **baloncesto o básquetbol** es un deporte de equipo que consiste en introducir la pelota en el cesto o canasta del equipo contrario, situada a una determinada altura.

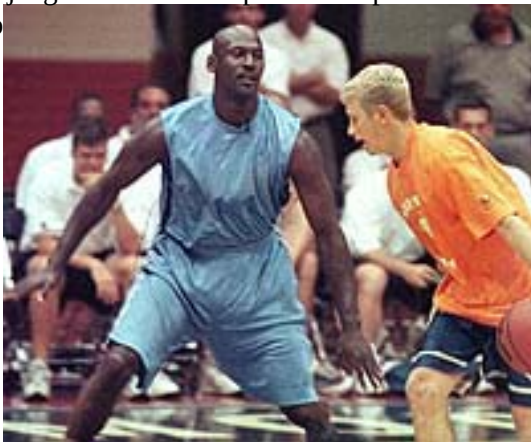
1.2: Historia del baloncesto.

El baloncesto podría ser una derivación de uno de los juegos más antiguos del mundo: **el tlachtli o juego de la pelota**. Los mayas construían en la mayoría de sus centros ceremoniales unas edificaciones de formas características para practicar este ritual. El recinto estaba compuesto por un patio central y dos transversales (uno en cada extremo del central), formando una I mayúscula. El patio central estaba flanqueado por gruesos muros inclinados y decorados, que tenían adosados los `marcadores': anillos de piedra para hacer que una pelota de hule pasara por su centro. La pelota era durísima y lastimaba al jugador, por lo que éste llevaba protectores en los brazos y la cintura, zonas con las que debía golpear la pelota para que el juego fuera válido. Uno de los mejores recintos del juego de pelota se encuentra en **Chichén Itzá**.

El baloncesto fue inventado en diciembre de 1891 por el clérigo, educador y físico canadiense **James Naismith**. Naismith introdujo el juego cuando era instructor en la Young Men's Christian Association (YMCA) en Springfield (Massachusetts), donde organizó un pasatiempo que consideraba apropiado para jugar en pista cubierta durante el invierno. El juego incluía elementos de fútbol americano, fútbol y hockey. La primera pelota usada fue de fútbol. Los equipos tenían nueve jugadores y las canastas eran de madera fijadas a los muros. Alrededor de 1897 se reglamentaron los equipos de cinco jugadores.

1.3: Exportación del baloncesto.

El juego se extendió rápidamente por Estados Unidos, Canadá y otras partes del mundo, jugado tanto por



por hombres como por mujeres; también llegó a ser un popular deporte informal al aire libre. Los soldados estadounidenses participantes en la II Guerra Mundial popularizaron el deporte en muchos otros países.

Un gran número de colegios universitarios estadounidenses adoptaron el juego entre 1893 y 1895. En 1934 el baloncesto universitario comenzó a despertar un gran interés. En la década de 1950 llegó a ser un deporte de colegios mayores, consolidándose de este modo el camino para el crecimiento del interés en el baloncesto profesional.

La primera liga profesional, la **National Basketball League**, se formó en 1898 para proteger de la explotación a los jugadores y promover un juego menos duro. Aunque sólo estuvo vigente durante cinco años su desaparición propició un número de ligas inconexas en el noreste de Estados Unidos. Uno de los primeros y

más grandes equipos profesionales fue el Original **Celtics**, organizado en 1915 en la ciudad de Nueva York; jugaron 150 partidos por temporada y dominaron hasta 1936. Los **Harlem Globetrotters**, grupo que se fundó en 1927, un notable equipo de exhibición, se especializó en juegos divertidos y malabarismos en el manejo de la pelota.

En 1949 dos ligas profesionales posteriores, la **National Basketball League** (formada en 1937) y la **Basketball Association of America** (1946) se unieron para crear la **National Basketball Association (NBA)**. Los **Boston Celtics**, liderados por su pívot **Bill Russell**, dominaron la NBA desde finales de la década de los 1950 hasta finales de la década siguiente. En esa misma época, equipos profesionales jugaron anualmente de costa a costa ante millones de espectadores. **Wilt Chamberlain**, un pívot de **Los Ángeles Lakers**, fue otro jugador estrella de la época y sus batallas con **Russell** se esperaban ansiosamente. **Kareem Abdul-Jabbar**, otro pívot, sobresalió durante la década de 1970. Jabbar perfeccionó su famoso tiro *sky hook* (gancho del cielo), mientras jugaba para Los Ángeles Lakers y dominaban la competición.

La NBA sufrió un bajón de popularidad a finales de la década de 1970, pero resucitó a través del crecimiento de la fama de sus jugadores más destacados: a **Larry Bird** de los **Boston Celtics** y a **Earvin Magic Johnson**, de **Los Ángeles Lakers**, se les atribuye haber transmitido emoción en la liga gracias a su mayor habilidad y a su rivalidad durante la década. A finales de la década de 1980 **Michael Jordan** de los **Chicago Bulls** ascendió a la categoría de estrella y ayudó a su equipo a dominar la **NBA** a comienzos de la década de los 1990. Una nueva generación de estrellas, como **Shaquille O'Neal**, de Orlando Magic, y **Larry Johnson**, de los Charlotte Hornets, han sostenido el aumento de la fama de la NBA.

2.REGLAMENTO:

2.1:Reglas.

Las reglas de este deporte cambian frecuentemente para intentar dar más velocidad a sus acciones, aumentar el marcado y aminorar las ventajas de los equipos con jugadores muy altos.

En 1971 las reglas del baloncesto femenino se modificaron y se hicieron más parecidas a las de los partidos masculinos. Los partidos están supervisados por árbitros, anotadores y cronometradores.

2.2: ¿Cómo se juega?

El partido comienza cuando el arbitro lanza la pelota al aire, en el círculo central, donde los **pívots** de cada equipo saltan e intentan golpear la pelota con sus manos y pasársela a sus compañeros.

El equipo que consigue la pelota trata de avanzar hacia la canasta defendida por sus oponentes, para encestar y conseguir dos o tres puntos, dependiendo de la distancia de donde tire el jugador.

Un jugador puede hacer avanzar la pelota pasándosela a un compañero o correr con ella a lo largo de la pista, botándola y esquivando a los jugadores contrarios. Si un jugador corre con la pelota sin botarla, comete una infracción llamada **pasos**, que le da la posesión de la pelota al otro equipo. Cuando se logra una canasta, el equipo contrario pone la pelota en juego desde detrás de su línea de fondo y trata de mover la pelota hacia delante para anotar.

2.3: Duración del partido.

Los partidos se componen, normalmente, de dos tiempos de 20 minutos de juego real, excepto en la **NBA**, que consta de cuatro tiempos de 12 minutos cada uno. Otra particularidad del Baloncesto es la regla que obliga lanzar a canasta desde que se pone la pelota en juego.

2.4: Principales faltas y tiros libres.

El jugador sobre el que se comete un contacto ilegal, llamado **falta personal**, tiene derecho a lanzar uno o dos tiros libres desde una línea situada a cuatro metros de la canasta. Cada tiro encestrado vale **un punto**. Faltas típicas son empujar, agarrar y cargar. El jugador al que se le hace falta en el momento en que está tirando y que consigue encestrar, tiene derecho a un tiro libre adicional, lo que se le conoce como jugada de tres puntos. Un jugador que exceda el número permitido de faltas (cinco o seis según las diferentes normativas de las asociaciones correspondientes) queda eliminado del partido.

Cuando el balón se encuentra en trayectoria descendente hacia la canasta y es desviado por un defensor se llama tapón ilegal y se da por válida la canasta; si lo hace un jugador en ataque se llama Interferencia y la canasta no es válida.

2.5: Técnicas de ataque.

Las principales técnicas de ataque que necesita cualquier jugador, además de pericia, esquivando o controlando la pelota, son pasar y tirar.

Los pases a los compañeros incluyen pasos **frontales**, pases por detrás de la **espalda**, pases **saltando** y pases **botando** la pelota; un pase que da lugar a una canasta se denomina asistencia. La habilidad más importante en baloncesto consiste en **tirar a canasta** con precisión.

Entre los tipos de tiros del baloncesto moderno se encuentran **la dejada o bandeja**, en el que se aproxima lo más posible la canasta y se le deja entrar; **el tiro en suspensión**, en el que se salta estando en posesión de la pelota y en el momento en el que el jugador se queda suspendido en el aire, lanza a canasta; **el gancho**, tiro en arco sobre la cabeza impulsado con un solo brazo, habitualmente en trayectoria lateral, cuando el jugador se está saliendo del área de canasta; y finalmente **el mate** en el que el tirador salta elevando la pelota por encima de la cesta y la introduce violentamente utilizando una o dos manos.

El tiro desde una posición fija o con el jugador detenido, tan popular cuando el jugador era más lento, es muy raro en el baloncesto moderno.

Los **tiros de falta** se lanzan desde la línea de tiros libres

2.6: Tácticas de defensa

Las principales tácticas defensivas en baloncesto son la **defensa en zona** y la **defensa individual**:

En la **defensa en zona**, cada jugador es responsable de defender un área de la pista alrededor de la canasta, donde intenta encestrar el equipo contrario.

En la **defensa individual**, cada jugador se encarga de marcar a un contrario. La defensa en zona no está permitida en la **NBA** pero sigue siendo parte importante en el baloncesto.

Las **técnicas defensivas individuales**, comprenden la destreza de bloquear tiros sin hacer faltas (taponar) interceptar pases y robar balones.

Quitar la posesión del balón al equipo contrario durante el juego se denomina **turnover** (recuperación).

El llamado **dos contra dos** se produce cuando dos jugadores controlan a un oponente potencialmente peligroso.

En otras ocasiones, todo un equipo presiona al otro realizando un marcaje muy férreo en toda la pista. Una técnica vital tanto para la defensa como para el ataque es el **rebote**, que permite conservar la posesión de la pelota bajo la canasta, después de un fallo en un tiro.

Una defensa **presionante** a lo largo de toda la pista sobre los jugadores que tienen que sacar y avanzar, impide el movimiento fluido del balón y dificulta la anotación al contrario.

También es esencial en baloncesto **el bloqueo o pantalla**, en el que un jugador permanece quieto, de manera que impide el movimiento de un jugador defensivo y deja libre a un compañero para que tire a canasta.

3. JUGADORES:

3.1: Número de jugadores

El número de jugadores es de 5 personas por conjunto (dos conjuntos).

3.2: Función de los jugadores

BASE o GUARDIA

La función del base/guardia es parecida a la del director en una película, ya que los armadores organizan las jugadas y dirigen el juego en la ofensiva. Como su trabajo es hacerle llegar el balón a sus compañeros en la mejor posición posible para poder anotar, el base/armador es casi siempre el que mejor maneja y pasa el balón de su equipo. Los bases/guardias también en muchas oportunidades son los jugadores más bajos y los más rápidos en el equipo, y muchas veces se les llama el "uno".



ESCOLTA o GUARDIA LANZADOR

El escolta/guardia lanzador siempre tiene la responsabilidad de anotar desde el perímetro y de convertir puntos para su equipo. Los escoltas/guardias lanzadores generalmente son más altos que los bases, y generalmente toman una mayor cantidad de lanzamientos. La posición de escolta/guardia lanzador siempre es conocida en la cancha como el "2".



ALERO o DELANTERO LANZADOR

El alero/delantero lanzador tiene la responsabilidad de ser un sobresaliente anotador y un buen defensor. La versatilidad es casi siempre una de las grandes características de un buen delantero lanzador ya que tienen que ser grandes para jugar cerca de la canasta, pero también lo suficientemente rápidos para anotar desde el perímetro. En el campo se los conoce como los "3".



ALA-PIVOTE o DELANTERO

Como lo sugiere el nombre, estos jugadores generalmente se destacan en los elementos más físicos del juego: rebotes y defensa. Ellos son casi siempre los jugadores más fuertes del equipo. Los ala-pivote son reconocidos como los "4" en el campo, y también pueden ser catalogados como los jugadores "que se mueven cerca de la canasta", ya que pasan la mayor cantidad del tiempo en el área cercana al cesto.



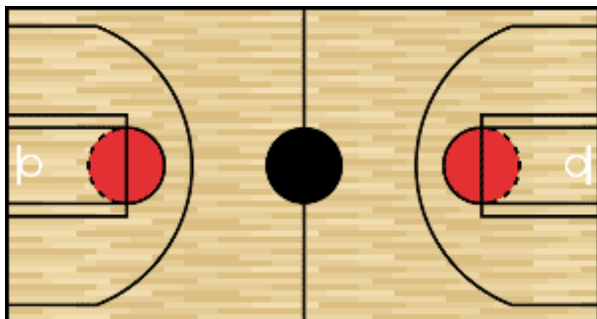
PIVOTE o CENTRO

El pivote/centro es un jugador muy importante ya que el equipo depende de él en ambos tableros. En la ofensiva, el pivote/centro debe tener la capacidad de anotar cerca de la canasta, mientras que en defensa, él tiene la responsabilidad de tomar los rebotes y bloquear lanzamientos. El pivote/centro es casi siempre el jugador más alto del equipo. La mayoría de los centros de la NBA miden alrededor de los 2,15 metros de altura. En la cancha, al pivote/centro se lo llama el "5", aunque también puede ser conocido como el "gigante".

4. CAMPO:

4.1: Pista

Una cancha de juego de la NBA mide 94 pies de largo por 50 pies de ancho (28m x 15m), y está dividido a la mitad por una línea en la mitad. Cada mitad es idéntica a la otra. Este diagrama muestra algunas de las áreas más importantes de una cancha de juego de la NBA.



Area Defensiva – La zona defensiva de un equipo.

Línea de Fondo – La línea en cada punta de la cancha debajo de cada canasta.

Círculo Central – Un círculo con un diámetro de 12 pies (3,66m) localizado en el centro de la línea de la mitad de la cancha. El salto de comienzo del juego se lleva a cabo en este círculo.

Area Ofensiva – La zona ofensiva de un equipo.

Llave – La zona pintada de la cancha (cerca de la canasta) entre la línea de fondo y la línea de tiros libres. También es llamada "llave" porque en épocas anteriores tenía la forma de una llave. Fue agrandado dos veces hasta llegar a la forma rectangular de ahora.

Línea de Media Cancha – También es llamada la línea de división, ésta línea divide la cancha a la mitad.

Línea de Tres Puntos – Un semicírculo que está a 23'9"pies (7,25m) de la canasta. Un lanzamiento anotado detrás de ésta línea vale tres puntos.

5. COMPETICIONES:

En los últimos años casi todos los jugadores profesionales estadounidenses han venido de las ligas universitarias. Estos equipos profesionales seleccionan a los jugadores más prometedores en los denominados **drafts**. La liga profesional más importante en los Estados Unidos está regida por la **National Basketball Association (NBA)**, fundada en 1949. Con la incorporación de dos nuevos equipos en 1994, la NBA creció hasta 29 equipos, divididos en dos conferencias (Eastern Division o División Este y Western Division o División Oeste) integradas por cuatro conferencias o divisiones regionales. Se celebran *play-offs* al finalizar los 82 partidos de temporada regular para determinar el campeón de liga. La NBA concede también un número anual de premios, entre ellos al jugador más valioso (*Most Valious Player*, MVP) y al novato (*rookie*) del año.

Las últimas ediciones del Campeonato de Europa de Clubes (desde 1990 llamada Liga Europea o Euroliga) han sido ganadas por dos equipos españoles (el Joventut de Badalona en 1994 y el Real Madrid, en 1995) y uno griego, el Panathinaikos, en 1996.

Principales ligas y competiciones:

Principio del formulario

Final del formulario

- ACB – Asociación de clubs de baloncesto españoles
- BBL – Basketball Bundesliga de Alemania
- Esake – Liga griega de baloncesto
- Euroliga – La competición más importante de Europa
- FEB – Federación española de baloncesto
- FFBB – Fédération française de basketball
- FIBA – Federación internacional de baloncesto
- NBA – La mejor liga del mundo
- Pallacanestro – Liga italiana
- Turkish Basketball – Liga turca
- YUBA Liga – Liga yugoslava de baloncesto

6. ORGANISMOS REGULADORES DEL DEPORTE:

Este deporte está regulado por las normas que marca la FIBA (Federación Internacional de Baloncesto), así como por las normas de los organismos estatales y autonómicos de cada país en materia de deporte.