



nÂ°21 2Â°ESO a

Asignatura: Ed.FÃ-sica

Curso: 2009/2010

1.IntroducciÃ³n

2.Contenidos

2.1-HistÃ³ria del baloncesto

2.2- Posiciones de los jugadores

2.3-Reglas del baloncesto

2.4-Medidas del campo, canasta y pelota

2.5-Fundamentos tÃ©cnicos

2.6.- Lesiones en el baloncesto

2.7.- Principales Torneos

3.ConclusiÃ³n

4.BibliografÃ-a

1.-INTRODUCCIÓN:

MOTIVOS: He elegido este tema para el trabajo porque es el que estamos practicando en las sesiones prácticas y teóricas de educación física.

PRESENTACIÓN: El **baloncesto o básquetbol** es un juego de acción rápida. Se practica entre dos equipos de cinco jugadores cada uno. El objetivo del juego es obtener más puntos que el equipo contrario en un tiempo dado, anotando puntos al introducir el balón en el cesto del otro equipo. Se trata de impedir a su vez que el adversario entre en posesión de la pelota y enceste.

La pelota puede ser pasada, tirada, golpeada, rodada o botada en cualquier dirección, en sujeción las reglas propias del juego. El partido consta de dos tiempos de 20 minutos cada uno y un descanso de 10 minutos.

El reglamento oficial de la F.I.B.A (Federación internacional del básquetbol amateur) prohíbe explícitamente el empate, por lo cual en ese caso se juega una o más prórrogas de cinco minutos cada una hasta que se logre una victoria.

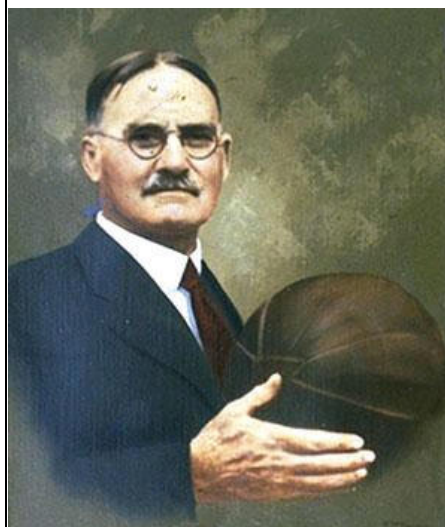
El árbitro inicia el juego lanzando balón al aire desde el centro del campo

En el baloncesto o básquetbol los fundamentos y la moral son los factores más importantes en el desarrollo de un equipo triunfante. El conocimiento y la práctica de los fundamentos técnicos harán que un equipo evolucione en forma positiva.

2.- CONTENIDOS

2.1.- HISTORIA DEL BALONCESTO

Â



El baloncesto nació en EEUU, en el año 1.891, ideado y creado por el profesor James Naismith, instructor de deporte en el YMCA (Asociación de Jóvenes Cristianos) en Springfield, con el fin de que sus alumnos pudieran estar entretenidos y en buenas condiciones físicas durante los largos y fríos inviernos, que les impedían practicar deporte al aire libre. Por ello ideó un deporte que se practicara bajo techo y en un espacio reducido. Especificó las trece reglas básicas del baloncesto las cuales aun están vigentes, con algunas modificaciones para adecuarlas a las nuevas épocas en donde el juego, principalmente, se basa en la rapidez con que se anotan los puntos y en la forma espectacular de anotarlos.

El primer juego de baloncesto oficial fue jugado en el gimnasio de YMCA el 20 de enero de 1892. En 1894 se estableció el tiro libre; en 1897 se reglamentan cinco jugadores por equipo y en 1904 se definió el tamaño de la cancha.

El baloncesto femenino comenzó en 1892 en la universidad de Smith cuando Senda Berenson, profesora de educación física, realizó algunos cambios a las reglas de James para ajustarlas a las mujeres. El primer partido oficial fue jugado en Estados Unidos en 1893.

El baloncesto se difundió rápidamente por todos los Estados Unidos y Canadá y ascendió a categoría Olímpica en 1936 y el femenino en 1976. El deporte a nivel mundial está regulado por la Federación Internacional de Baloncesto Amateur (FIBA) y se realizan campeonatos cada cierto tiempo.

2.2.- POSICIONES DE LOS JUGADORES

Cada equipo está compuesto de cinco jugadores titulares y cinco suplentes o reservas (en Olimpiadas y campeonatos del mundo se autoriza la participación de 12 jugadores). Uno de los jugadores del equipo es el capitán. Las posiciones de juego de los jugadores son: **base, escolta, alero, ala-pivot y pivot.**

Los jugadores se organizan según las diferentes tácticas o sistemas de juego y esta distribución puede ser, por ejemplo: dos bases, dos aleros y un pivote o un base, dos aleros y dos pivotes...

BASE: También llamado "playmaker" (Creador de juego). Normalmente el jugador más bajo del equipo. En ataque sube la pelota hasta el campo contrario y dirige el juego de ataque de su equipo, mandando el sistema de juego. Sus características recomendables son un buen manejo de balón, visión de juego, capacidad de dar buenos pases, buena velocidad y un acertado tiro exterior. En los bases son apreciadas las asistencias como los puntos conseguidos, aunque un buen jugador debe conseguir ambas cosas. En defensa han de dificultar la subida del balón del base contrario, tapar las líneas de pase y estar atento a recoger los rebotes largos. Normalmente estos jugadores no son de una elevada estatura, pues lo realmente importante es la capacidad organizativa y de dirección de juego.

ESCOLTA: Jugador normalmente más bajo, rápido y ágil que el resto, exceptuando a veces el base. Debe aportar puntos al equipo, con un buen tiro incluyendo el tiro de tres puntos, un buen dominio del balón y una gran capacidad de entrar a canasta.

ALERO Es generalmente una altura intermedia entre los jugadores interiores y los exteriores. Su juego está equilibrado entre la fuerza y el tiro. Es un puesto importante, por su capacidad de combinar altura con velocidad. En ataque debe ser buen tirador de tres puntos y asimismo saber culminar una entrada hasta debajo del tablero contrario, son piezas básicas en lanzar el contraataque y suelen culminar la mayoría de ellos.

ALA-PIVOT Es un rol más físico que el del alero, en muchos casos con un juego muy similar al pivot. Mantiene la mayoría de los puntos en el poste bajo, aunque algunos pueden llegar a convertirse en tiradores muy efectivos. Sirven de ayuda al pivot para impedir el juego interior del equipo contrario, y cierran el rebote.

PIVOT: Es llamado también centro. Son los jugadores de mayor altura del equipo, y los más fuertes muscularmente, tienen habilidad para pases en corto y en rebote y un buen lanzamiento de gancho y de media distancia. Se ubica en este puesto al jugador de mayor estatura y generalmente actúa de espaldas al tablero. Se coloca cerca del aro, junto a la línea de restricción y hacia el lado por donde se está jugando la pelota. Su acción es comenzar la ofensiva desde el centro de la línea de tiro libre. En defensa buscan recoger el rebote corto, impedir el juego interior del equipo contrario y taponar las entradas de jugadores exteriores.

2.3 REGLAS DEL BALONCESTO

Las reglas internacionales de baloncesto son elaboradas por el comité central de] son revisadas cada cuatro años. Son de aplicación en todas las competiciones de carácter internacional entre países y adoptadas por la mayoría de federaciones nacionales, incluida la FEB. En Estados Unidos la NBA hace uso de un reglamento diferente al establecido por FIBA

ARBITRAJE: Un partido debe ser dirigido por tres árbitros, uno principal y dos auxiliares. Estos serán asistidos desde la mesa de anotadores, cronometradores y un comisario técnico. Los árbitros y sus ayudantes dirigirán el juego de acuerdo con las reglas e interpretaciones oficiales. El árbitro principal decidirá en cualquier situación de discrepancia entre árbitros auxiliares, mesa de anotadores, dudas de validez en las canastas, dar su aprobación al acta, es el responsable de verificar, inspeccionar y aprobar todos los elementos técnicos y podrá tomar decisiones sobre situaciones no reglamentadas ni regladas. Los árbitros se pueden comunicar con la mesa de anotadores y con el resto de árbitros mediante la gesticulación, señalizando las incidencias con una serie de señales preestablecidas.

PUNTUACIÓN: Los tiros que se efectúan desde la línea de tiros libres valen un punto; los tiros realizados fuera de la línea de 6,25m (tiros de triple) valen tres puntos y los tiros realizados desde dentro de la línea de 6,25m valen dos puntos.

VIOLACIONES: Una violación es una infracción de las reglas de juego, penalizada con un saque de fondo o banda para el equipo contrario desde el punto más cercano al de la infracción. Violaciones más comunes:

PASOS

El avance ilegal (pasos) es un desplazamiento ilegal de un jugador con control de balón (el balón reposa sobre una o ambas manos del jugador). **Se produce avance ilegal cuando**, una vez establecido el pie de pivote, el jugador:

Lo levanta para iniciar un regate. Denominados comúnmente pasos de salida o arrancada. (No sancionables en baloncesto NBA).

Estando con ambos pies (incluido el de pivote) en contacto con el suelo, salta y, antes de realizar un pase o tiro a canasta, vuelve a tocar con un pie en el suelo.

Estando en movimiento, y saltando sobre el pie de pivote, da dos apoyos más, independientemente del orden de los pies.

Desliza voluntaria o involuntariamente el pie de pivote por el suelo creando una ventaja, el gesto de pivotar no se considera deslizar.

Es legal que un jugador caiga al suelo y resbale mientras sostiene el balón, o que obtenga el control del balón mientras está tumbado o sentado en el suelo.

Es una violación si, después, el jugador rueda o intenta levantarse mientras sostiene el balón.

DOBLES

Un jugador no debe realizar un segundo regate después de haber concluido el primero a menos que haya perdido el control de un balón en el terreno de juego entre ambos regates. Es decir, que una vez dado los dos pasos permitidos, sólo puede pasar el balón a otro jugador o tirar a canasta.

PIE

Un jugador no debe tocar el balón con el pie intencionadamente. Este acto se considera violación. Aunque también se considera violación si es sin intención de tocar el balón, y se sanciona de la misma manera, saque de banda para el equipo contrario del que ha tocado el balón.

3 SEGUNDOS EN ZONA

No se puede permanecer más de 3 segundos en el área restringida del equipo contrario cuando se está atacando. En caso de que estás defendiendo se puede estar en la zona el tiempo que quieras. Salvo excepciones:

El jugador intente abandonar la zona restringida.

El jugador está realizando un regate a canasta transcurridos 3 segundos.

Un jugador de su mismo equipo está en acción de tiro a canasta.

SAQUE DE BANDA FONDO

Se debe sacar antes de 5 segundos con el balón a disposición del jugador, pudiendo dar un paso normal lateral y todos los posibles hacia atrás. Cualquier infracción de esta regla es una violación.

24 SEGUNDOS

Un equipo que obtiene un nuevo control de balón debe efectuar un lanzamiento a canasta antes de 24 segundos. En caso de que transcurridos 24 segundos el balón siga en las manos del lanzador o no haya tocado aro y su posesión no sea clara para el equipo oponente, se comete una violación. Los 24 segundos se reinician cada vez que el balón toca aro, se comete una violación o una falta. En la NBA en caso de que la falta en defensa se produzca con menos de 14 segundos de posesión restantes, el dispositivo de 24 se reinicia con 14 segundos.

CAMPO ATRAS

El balón devuelto a pista trasera (campo atrás) se produce cuando un equipo tiene control de balón en pista delantera y uno de sus jugadores es el último en tocar el balón en pista delantera y después él o un compañero es el primero en tocarlo en pista trasera.

FALTAS

Falta Personal

Cuando un jugador contacta ilegalmente con un adversario y le causa una desventaja u obtiene una ventaja del contacto, se sanciona falta personal. Se considera contacto ilegal aquel que se produce cuando uno de los jugadores no respeta el cilindro del otro jugador y se considera responsable del contacto al jugador que invade el cilindro del otro o sale del suyo. Un jugador no agarrar, bloquear, empujar, cargar, zancadillear ni impedir el avance de un adversario extendiendo las manos, brazos, codos, hombros, caderas, piernas, rodillas ni pies; ni doblar su cuerpo en una posición 'anormal' (fuera de su cilindro), ni incurrir en juego brusco o violento.

La penalización para una falta personal es un saque para el equipo contrario desde el punto más cercano en la línea de fondo/lateral, salvo las faltas de equipo que se exponen más adelante. A la quinta falta (6ta. en la NBA) el jugador será eliminado.

Falta en ataque

Se produce cuando un jugador cuyo equipo tiene control de balón comete una falta personal al empujar o chocar contra el torso de un jugador que en posición legal de defensa (Ambos pies en contacto con el suelo, encarado al atacante, dentro de su cilindro y pudiéndose desplazar lateralmente y hacia atrás, no hacia delante). Si ese contacto causa una desventaja al defensor se sanciona falta del equipo con control de balón (falta en ataque).

Falta antideportiva

Una falta antideportiva es una falta de jugador que implica contacto y que, a juicio del árbitro, no constituye un esfuerzo legítimo de jugar directamente el balón dentro del espíritu y la intención de las reglas o bien, el contacto es de brusquedad excesiva. Se sanciona con dos tiros libres y posesión para el equipo contrario.

Falta técnica

Falta a un jugador o de un miembro del banquillo que no implica contacto, sino falta de cooperación o desobediencia deliberada o reiterada al espíritu de las reglas. La segunda falta técnica que se le pite a un mismo jugador contará como descalificante. Una falta técnica contará como falta personal, es decir, se sumará; una falta al jugador al que le ha sido pitada la falta técnica, así como a las faltas de equipo. Se sanciona igual que la antideportiva.

Falta descalificante

Una falta descalificante es cualquier infracción antideportiva flagrante de un jugador, sustituto, jugador excluido, entrenador, ayudante de entrenador o acompañante de equipo que deberá abandonar el campo y no podrá establecer contacto visual con el mismo durante el resto del partido. 2 faltas antidepositivas constituyen una falta descalificante. Cabe mencionar que una falta descalificante puede conllevar también uno o varios partidos de suspensión según lo decida la organización de la competición.

Después de una falta técnica, antideportiva o descalificante se conceden 2 tiros libres y saque desde la prolongación de la línea central enfrente de la mesa de anotadores.

Tiros Libres

Si un equipo comete cuatro faltas en un periodo (5 en reglamento NBA o 2 en los dos últimos minutos de cada cuarto), a partir de ese momento todas las faltas



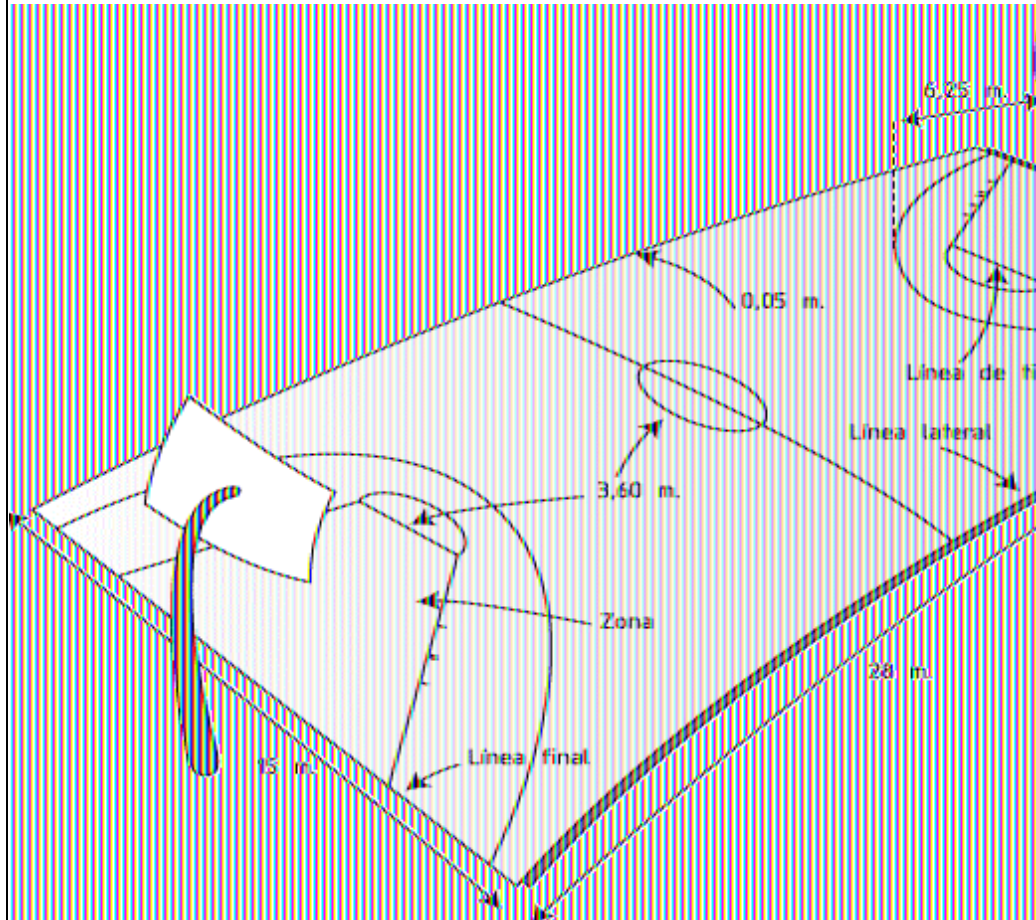
personales que realice durante ese periodo serán sancionadas con dos tiros desde la línea de tiros libres de su zona (situada a 4,60 m de la canasta).

También se efectuarán tiros libres cuando un jugador recibe una falta mientras se halla en acción de tiro, determinándose su número según la zona de puntuación en la que se encuentre (de 2 o 3 puntos). Si durante esa acción de tiro con falta la canasta se consigue, el cesto es válido y se concede un tiro adicional. Durante la ejecución del tiro libre, el jugador que está tirando no podrá pisar la línea, esto supondrá a

que aunque entrase la canasta el tiro no sería válido, al igual que si uno de sus compañeros invade la zona antes de que el balón salga de las manos del lanzador, por otra parte si un rival entra en la zona antes de que el jugador suelte el balón el tiro se repetirá; en caso de que no haya entrado.

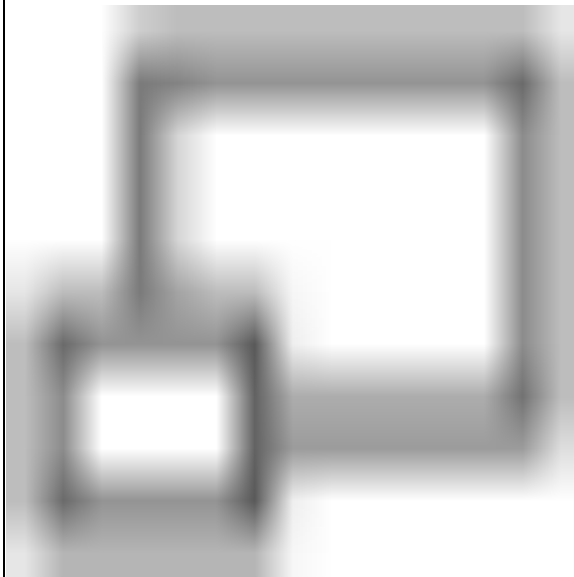
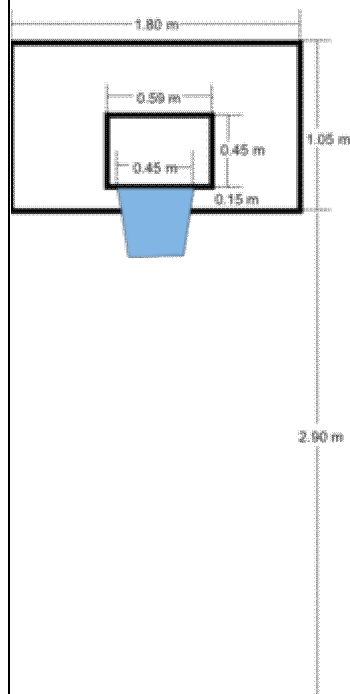
2.4.- MEDIDAS DEL CAMPO, CANASTA Y PELOTA

El campo



- Una pista de baloncesto tiene que ser una superficie dura, plana, rectangular y libre de obstáculos, con 15 m de ancho y 28 m de longitud.
- El perímetro de la pista debe estar libre de obstáculos a dos metros de distancia.
- La altura del primer obstáculo que se encuentre verticalmente sobre la pista debe de estar como mínimo a 7 m de altura.
- El campo está dividido en dos mitades iguales separados por la línea denominada de medio campo y con un círculo que parte del centro de la pista, el círculo central mide 3,6 m de diámetro. Para cada equipo, el medio campo que contiene la canasta que se defiende se denomina medio campo defensivo y el medio campo que contiene la canasta en la que se pretende anotar se denomina medio campo ofensivo.
- En los lados menores se sitúan los aros que están a 3,05 m de altura y se introducen 1,20 m dentro del rectángulo de juego, tienen que estar provistos de basculantes homologados.
- Paralela a la línea de fondo encontramos la línea de tiros libres, que se encuentra a 5,80 m de la línea de fondo y a 4,60 m de la canasta. El círculo donde se encuentra la línea de tiros libres tiene un diámetro de 3,6 m. Todas las líneas miden 5 cm. de ancho.
- La línea de tres puntos se encuentra situada a 6,25 m (FIBA) y a 7,25 m (NBA) de distancia de la canasta.

La canasta



El poste y la canasta con medidas oficiales.

El tablero de la canasta, es un rectángulo de 1.05 x 1.80 m, de al menos 30 mm de grosor y con los bordes inferiores acolchados. En la parte central inferior, se encuentra un rectángulo pintado de 0.59 m x 0.45 m y que está elevado del tablero por la parte baja 0.15 m, en el interior del rectángulo se encuentra un basculante homologado que sostiene a la canasta que mide 0.45 m, la canasta se agarra del rectángulo interior en su centro. El aro de la canasta debe tener un diámetro de 45,7 cm., el rectángulo interior se utiliza para calcular el tiro, y que al chocar con la pelota se introduzca en la canasta. El aro está situado a una altura de 3,05 metros y está provisto de unas redes homologadas.

La Pelota

El balón es de forma esférica y consta de una cámara de goma recubierta de cuero o material sintético; su circunferencia es de 75 a 78 centímetros y su peso de 600 a 650 gramos. El balón se



infla a una presión tal que, cuando rebote en el suelo desde una altura de 1,80 metros, se eleve hasta una altura de 1,20 a 1,40 metros

2.5-FUNDAMENTOS TÉCNICOS

Algunos movimientos de un jugador de baloncesto son fundamentales, pues en ellos se basa todo el juego. Según un concepto estricto, los "fundamentos" son solamente cuatro: el bote, el pase, el tiro y los movimientos defensivos. Existen otros movimientos que no se consideran estrictamente fundamentales, como el rebote, el bloqueo, etc

Pase

El pase es la acción por la cual los jugadores de un mismo equipo intercambian el balón, existen diferentes tipos entre los cuales se encuentran:

- **De pecho:** El más común, realizado sacando el balón desde la altura del pecho y llegar al receptor a la misma altura aproximadamente, en una trayectoria casi recta.
- **Picado o de pique:** Al dar el pase se lanza el balón con la intención de que rebote antes de ser recibido para que sea más difícil cortarlo y más sencillo recibirlo.
- **De béisbol:** Semejante al lanzamiento de un lanzador, pase largo con una mano.
- **De bolos:** Dado con una mano, sacando el balón desde debajo de la cintura, simulando un lanzamiento de bolos.
- **Por detrás de la espalda:** Como su nombre indica es un pase efectuado por detrás de la espalda, con la mano contraria al lugar en el que se encuentra el futuro receptor.
- **Por encima de la cabeza:** Se usa sobre todo por los pivots y al sacar un rebote, como su nombre indica se efectúa lanzando el balón desde encima de la cabeza fuertemente y con las dos manos.
- **Alley-hoop:** El jugador lanza el balón cerca y a la altura de la canasta para que el compañero únicamente la acomode.
- **Con el codo:** Popularizado por Jason Williams, el jugador golpea el balón por detrás de la espalda con el codo del brazo contrario de la dirección a la que va a ir el pase.
- **Pase de mano a mano:** Se realiza cuando se tiene al compañero receptor muy cerca, de manera que recibe la pelota casi de manos del pasador. En el momento del pase, la mano que sirve la pelota, le da un pequeño impulso para que el otro jugador pueda recibirla.

Tiro a canasta

El tiro o lanzamiento es la acción por la cual un jugador intenta introducir el balón dentro del aro, los tipos existentes son:

- **Tiro en suspensión:** Lanzamiento a canasta tras elevarse en el aire, apoyando el balón en una mano mientras se sujeta con la otra, finalizando el lanzamiento con un característico golpe de muñeca.
- **Tiro libre:** Lanzamiento desde la línea de tiros libres, después de una falta personal o una falta técnica.
- **Bandeja o doble ritmo :** Lanzamiento en carrera, con una sola mano, después de haber dado máximo dos pasos después de dejar de botar el balón.

- **Mate o volcada:** Similar a la bandeja, pero introduciendo el balón en la canasta de arriba a abajo, con una o dos manos.
- **Gancho:** Lanzamiento con una única mano, en posición perpendicular al aro, con el brazo estirado, deslizando suavemente el balón.
- **Alley-Hoop:** Mate realizado por un jugador que coge el balón en el aire tras saltar y recibiendo el pase de un compañero en el aire.

Bote o Drible

Acción que consiste en que el jugador empuje el balón contra el suelo y este retorne a su mano, los tipos existentes son:

- **De control:** En una posición sin presión defensiva, mientras el jugador anda, un bote alto y fuerte a la altura del jugador.
- **De protección:** Si la defensa presiona mucho, el jugador puede botar protegiendo el balón con el cuerpo, dando botes bajos para dificultar el llegar a robarlo.
- **En velocidad:** En carrera y con espacio por delante, el jugador lanza el balón hacia delante para correr con más velocidad.

Defensa

La defensa en baloncesto se realiza entre la persona que ataca y el aro, la posición defensiva consiste en flexionar ligeramente las rodillas y realizar desplazamientos laterales intentando robar el balón o evitando una acción de pase, tiro o intento de penetración a canasta por parte de su rival.

En cuanto a los diferentes tipos de defensa "colectiva", que puede realizar un equipo encontramos:

Defensa individual.

- **Defensa individual**, también conocida como defensa al hombre o defensa de asignación: Cada jugador marca a un oponente en concreto del equipo rival.
- **Defensa en zonas:** Cuando los jugadores que defienden no marcan uno a uno a sus oponentes de manera personal, se denomina que marcan en zona esperando a que lleguen los atacantes. Como el equipo pone 5 jugadores en la cancha las zonas posibles se nombran 2-3, 3-2, 1-3-1, 3-1-1, 2-1-2, 1-2-2, indicando la posición de los mismos.
- **Defensa mixta:** Sería una combinación de los dos tipos de defensas expuestas anteriormente.

Presión: Es una defensa especial que se realiza cuando el equipo defensor adelanta a sus jugadores al campo contrario para dificultar el saque o el paso del balón por parte del rival a su campo (el equipo atacante sólo tiene 8 segundos para pasar de su campo al del rival), se suele emplear en situaciones finales de un cuarto, de un partido o cuando es muy necesario recuperar el balón. Normalmente se aplica a toda o a 3/4 partes de la cancha aunque hay equipos que comienzan la presión en la mitad del campo.

2.6.- LESIONES MÁS PICAS DEL BALONCESTO

En el baloncesto se producen un gran número de **carreras** moderadas e intensas, **aceleraciones** bruscas, **saltos** y mucho **contacto con el adversario** lo que puede traer como consecuencia las siguientes típicas lesiones:

1.- Las lesiones por sobrecarga Son las causadas por el uso excesivo de una zona concreta del cuerpo hasta que se daña y empieza a doler. Entre ellas podemos hablar de:

a) **tendinitis patelar o rodilla del saltador**, que se caracteriza por dolor en el tendón justo debajo de la rótula.

b) **tendinitis del talón de Aquiles**: o sea el tendón que conecta los músculos de la parte posterior de la pantorrilla con el hueso del talón, lo que provoca dolor en la parte posterior de la pierna justo por encima del talón. Para tratar este tipo de desgarro, debe **inmovilizar la zona**. si se trata de un caso grave, puede ser necesaria hasta la cirugía.

c) **tendinitis de hombros**. El manguito rotador del hombro se compone de cuatro músculos. Los tendones que unen estos músculos a los huesos del hombro puede **inflamarse y producir dolor**, especialmente cuando un movimiento repetitivo, como el tiro a canasta.

2.- Lesiones traumáticas

Son las causadas por una repentina **lesión de fuerza**; las más frecuentes se producen en los dedos. Estas lesiones pueden ir desde una pequeña lesión de los **ligamentos**, que conectan los huesos, hasta un **dedo roto**. El **entablillado** puede ser una buena opción para permitir que el dedo lesionado pueda sanar. Otro tipo de lesión traumática es el **desgarro o tirón muscular**, principalmente en los **grandes músculos** de las piernas. Para prevenirlas, **estirar** los muslos y los terneros bien y hacer ejercicios de **calentamiento** son fundamentales antes de jugar.

3.-Esguinces

El más común es el esguince de **tobillo**. Cuando esto sucede, los ligamentos y el apoyo a la conexión de los huesos del tobillo se **estiran demasiado** y se produce el **desgarro**. Los ligamentos pueden desgarrarse **parcial o totalmente**. Para el tratamiento de su esguince necesario un período corto de **inmovilización**.

También son bastante habituales los de **rodilla**. Un esguince de rodilla es un pequeño desgarro en los ligamentos o cápsula articular aunque esto no es demasiado grave. Las **lesiones más graves** en el baloncesto es el **desgarro de uno o más de los ligamentos** que soportan la rodilla. El **ligamento cruzado anterior** es uno de los más comúnmente desgarrados ligamentos en la rodilla. Este ligamento conecta la parte superior y parte inferior de la pierna y ayuda a mantener los huesos de la rodilla en su lugar. Esta lesión es muy **importante y aparatosa** y ha supuesto largos períodos de **inactividad**, e incluso en algunos casos una **retirada** total del deporte.

2.7.- PRINCIPALES COMPETICIONES:

En el ámbito internacional, hemos de distinguir dos organismos que dirigen la organización de las competiciones de alto nivel:

FIBA: Es la Federación Internacional de Baloncesto Amateur, de la que dependen las siguientes competiciones: **De selecciones nacionales**: a) Los Juegos Olímpicos b) .El Campeonato del Mundo. c) Campeonato de Europa. **De clubes**: a)Copa de Europa de Campeones de Liga, actualmente se ha convertido en la Liga europea. b)) La Copa Korac, en la que juegan los equipos campeones de la Copa nacional de cada país.

NBA Es la liga más famosa. La juegan los mejores jugadores del mundo, que son profesionales y tienen contratos millonarios. Alguno de estos jugadores han llegado a convertirse en auténticos mitos del baloncesto. Cada partido es un espectáculo.

Algunas diferencias importantes en el reglamento de la NBA son:

- Las líneas del campo dibujan una botella más rectangular.
- El partido se disputa en cuatro cuartos de 12' cada uno.
- Se permiten más contactos entre los jugadores.
- El tiempo de posesión de la pelota es de 24.
- Puede haber tres árbitros en un partido.
- Se permiten seis faltas personales.
- En las entradas a canasta se permiten tres pasos.

En la NBA hay otros aspectos que no están relacionados con el apartado deportivo, pero que forman parte del espectáculo: animadores, público, orquestas, televisión, publicidad, *shows* en los descansos entre las cuatro partes. Todos estos complementos del juego también han aparecido, desde hace pocos años, en nuestras pistas de baloncesto.

ACB La Asociación de Clubes de Baloncesto organiza la Liga española o Liga ACB. Fue creada en 1977 y, desde entonces, marca el reglamento de competición en el ámbito nacional y organiza, entre otros torneos, la competición de Liga en todas sus categorías.

3.-CONCLUSIONES

El baloncesto sigue siendo el mismo desde sus inicios, donde más que el contacto físico fuerte prevalece, la técnica y habilidad de cada jugador. El baloncesto se ha transformado en uno de los deportes más seguido a nivel mundial.

El baloncesto es un deporte practicado en todo el mundo, los cambios introducidos en el juego han influido en las acciones individuales y de equipo, aumentando las técnicas, la habilidad y el desarrollo físico de sus practicantes

Debido a su dinamismo, espectacularidad y a la frecuencia de acciones anotadoras, es uno de los deportes con mayor número de espectadores y participantes en el mundo

El baloncesto es un deporte apasionante para todas las edades y niveles de habilidad, donde la técnica y la táctica priman sobre la fuerza, y a pesar de ello son frecuentes las lesiones causadas por la sobrecarga y los traumas que devienen de su práctica.

4.- BIBLIOGRAFIA

www.planetabasquetball.com www.mundobasquet.com

www.eba-stats.com www.entrecanastaycanasta.com