

avanzando JUNTOS



VIII JORNADA DE UNIFICACIÓN DE CRITERIOS



X CLINIC DE FORMACIÓN DE árBITROS FEB



CLINIC DE árBITROS DE ZONA LEB

noticias

- Actualidad del arbitraje internacional
- Juan A. Requena cuelga el silbato
- Muñoz y Castillo ascienden a ACB
- Listas de árbitros de Zona LEB



Reunión con las Autonómicas



Treinta y tres representantes de los Comités de Árbitros de las diecinueve Federaciones Autonómicas se reunieron el pasado sábado 30 de junio con el Área de Árbitros de la FEB para celebrar la octava edición de la Jornada de Unificación de Criterios.

La finalidad de esta actividad es doble. Por una parte se pretende hacer llegar a las Federaciones Autonómicas el material didáctico más reciente para avanzar juntos en la unificación de criterios. En esta ocasión se facilitaron a todos los asistentes dos nuevos DVD desarrollados por FIBA EUROPA en los últimos meses: Play Situations 2007 y Play Discussions 2007.

Por otra parte, se intenta construir juntos, año tras año, un proyecto de desarrollo con la mirada puesta en la captación, formación y mantenimiento arbitral, objetivos que se siguen exponiendo como prioritarios en las reuniones.

En este marco de trabajo se pone de manifiesto la ilusión y compromiso de todos los participantes, compartiendo ideas y materiales que pueden ser beneficiosos para el resto de Comités Territoriales. Un buen ejemplo de esta cooperación está en el nuevo DVD de situaciones editado por la Federación Vasca de Baloncesto, que ha sido distribuido al resto de Federaciones Autonómicas. Asimismo, la Federación Catalana ha facilitado una pizarra que incorpora documentos de utilidad para árbitros y oficiales de mesa.

La agenda de actividades comenzó con la presentación a cargo de Ramón Granados (Directivo de la FEB), Pedro Rocío (Coordinador del Área de Árbitros), Antonio Salas (miembro de la Asamblea y de la Comisión Delegada de

la FEB); y Víctor Mas (Responsable de los árbitros de Zona LEB). Durante la misma se debatieron temas tan trascendentes como la captación, mantenimiento y formación de árbitros. Seguidamente se unieron a los compañeros de Zona LEB, que celebraban su Clinic en el mismo hotel madrileño, para asistir a una charla de Víctor Mas sobre situaciones de juego.

Tras la comida se impartió una interesante charla sobre psicología aplicada al arbitraje a cargo del Dr. José Carlos Jaénes, que tiene una amplia experiencia en este campo. El objetivo era mostrar la influencia del estrés en nuestros árbitros, y dar a conocer formas de controlarlo.

A continuación se presentó el Aula Virtual de Árbitros, una plataforma de e-learning que se espera suponga un impulso a la formación arbitral y unificación de criterios. Una vez finalice su desarrollo, permitirá a cualquier aficionado al baloncesto acceder a toda la información sobre reglas de juego, con tutores especializados en distintas áreas. De la misma manera facilitará la organización de cursos no presenciales específicos para árbitros, oficiales y técnicos, con todo el material didáctico a un solo clic de ratón.

La actividad fue clausurada por el Presidente del Comité Técnico de Árbitros, Ángel Palmi, quien agradeció a los asistentes su presencia y cooperación activa para seguir avanzar juntos en materia arbitral.

Los participantes opinan



Julián Sánchez Romero
Federación Vasca de Baloncesto

“EL AULA VIRTUAL DEBE SERVIR DE GERME PARA UNIFICAR CRITERIOS”

¿Qué opinión te merece el Aula Virtual FEB que se está desarrollando?

Para empezar, pienso que en la etapa inicial de formación será de menor utilidad, ya que la práctica en pista es fundamental. Pero tiene un factor que me parece muy importante: como los textos son comunes para todas las Federaciones Autonómicas y serán validados por la FEB, va a servir de guía y ayudará a la normalización y unificación de criterios.

¿Y en niveles más altos?

En etapas medias y avanzadas pienso que será muy positivo para mejorar el seguimiento. De hecho, el poder realizar exámenes distintos por nivel y dificultad será un gran avance. Nosotros, por ejemplo, realizamos unas pruebas teóricas de nivel medio-alto para árbitros autonómicos vascos, y más elaboradas para categorías superiores.

¿Crees que esta herramienta simplificará la labor de los Departamentos Técnicos?

Por supuesto, además de mejorar la coordinación entre FEB y Federaciones Autonómicas. Pienso que el Aula Virtual tiene que servir de germen para unificar criterios, pero siempre con una dirección muy concreta por parte del Área de Árbitros de la FEB. Por otra parte, creo que hay una falta de unanimidad respecto a la figura del formador arbitral, que entiendo debe tener tender a algo parecido al “profesor de reglas” de la Federación Catalana. Para ello se podría utilizar, por ejemplo, este mismo Aula Virtual.



Pedro Juan Muriel Tato
Federación Extremeña de Baloncesto

**“ESTE MATERIAL SUPONE UN GUIÓN FUNDAMENTAL
PARA EL TRABAJO DE CADA ÁRBITRO”**

¿Qué importancia le das al material didáctico generado por la FEB y FIBA EUROPA?

Supone un guión fundamental del trabajo que tiene que hacer cada árbitro, independientemente de la categoría en la que esté. Nosotros lo utilizamos para la tecnificación de árbitros con un nivel ya establecido, principalmente con aquellos que dirigen competiciones autonómicas o 1ª División. Es un gran apoyo para nuestro stage de pretemporada y para las reuniones técnicas que convocamos periódicamente.

Hace unos meses, la Federación Vasca de Baloncesto editó un DVD de situaciones que fue distribuido a todas las Federaciones Autonómicas. ¿Qué opinión te merece el hecho de compartir todo este material?

Considero que es muy importante compartir, y hace bien la Federación Española de Baloncesto en ejercer de dinamizadora de la movilización y uso comunitario de este material didáctico. Nosotros también queremos desarrollar un DVD de nuestras propias jugadas con un molde tal que podamos en un futuro mandarlo a la FEB. Para ello nos vamos a ayudar de un árbitro que es Ingeniero Informático, así como de los compañeros extremeños que han estado en el Clinic de Alcázar de San Juan este y el año pasado.

¿Crees que este marco de trabajo ayudará a la unificación de criterios?

Por supuesto, ya que no sólo enseña a los árbitros y oficiales, sino también a los técnicos que intentamos transmitir la unificación de criterios a los grupos de formación.



Fernando Carrasco Álvarez
Federación de Baloncesto de la Comunidad Valenciana

“La imagen del árbitro va mejorando año tras año”

¿Cómo están actualmente consideradas las figuras del árbitro y del oficial de mesa?

Creo que hoy en día el arbitraje de baloncesto (incluyendo a los oficiales de mesa) está en un nivel muy alto en comparación con otros deportes. En esto tiene que ver mucho la televisión, que nos transmite partidos en los que se ve un matiz de seriedad y de menos crispación con los árbitros, fiel reflejo del buen trabajo que con ellos se realiza desde sus Departamentos Técnicos.

¿Influye en la captación o mantenimiento?

Totalmente. Hay un momento fundamental que es la integración al 100% de los Comités de Árbitros como un área más de las Federaciones. Antes, los comités iban por un lado y las Federaciones por otro. Hoy en día, todas las áreas de las Federaciones van caminando juntas, utilizando los mismos medios e infraestructuras, y con interrelación entre todas ellas. Por otra parte, lo más difícil es mantener a los árbitros cuando empiezan, ya que hay gente que no es consciente del trabajo y entrenamiento que tienen. Sin embargo, se trata de una formación continua durante los doce meses del año, y esto es algo que saben los entrenadores. De la misma manera, se hace saber al árbitro que tiene que estar preparado para poder dirigir encuentros. Por todo ello, creo que la imagen del árbitro y del oficial de mesa va mejorando año tras año.

¿Qué crees que hace falta para mejorar aún más esta imagen?

El arbitraje es la parte del baloncesto que más utiliza los medios visuales, de modo que los mismos árbitros ven sus propios errores en situaciones reales de juego. No necesitamos siempre una cancha de baloncesto para poder entrenar ciertas cosas. Hay una parte importante: incluir más apartados en la formación del árbitro, tales como preparación física, conocimiento del juego, etc. Esa imagen de que los árbitros hacen cursos de entrenador choca mucho a la gente, pero la verdad es que se camina al unísono con todos los estamentos, y esto revierte en el bien del baloncesto. Igual que el árbitro necesita saber conocimiento del juego, los entrenadores deben tener conocimientos de arbitraje. En definitiva, somos un referente en el arbitraje internacional, y para tener árbitros ahí arriba es necesario tener una base muy grande y trabajar con ella.



El Clinic de Formación celebra su décima edición

El X Clinic de Formación de Árbitros FEB se celebraba entre el 2 y el 8 de Julio de 2007 en las magníficas instalaciones del Hotel Intur "Alcázar de San Juan". Los árbitros, cargados de motivación y ganas de aprender, fueron llegando escalonadamente a esta localidad manchega hasta las 18:30.



Presentación.

En la primera actividad de este Clinic, Pedro Rocío (Coordinador del Área de Árbitros de la FEB) presentó a los profesores que durante esa semana iban a colaborar en el curso: Ángel de Lucas (árbitro Zona LEB), Arturo Calvo (técnico audiovisual de la FEB), Enrique López Herrada (médico y árbitro Zona LEB), y Francisco J. Sánchez (preparador físico).

A continuación tomó la palabra Ramón Granados (Adjunto al Presidente de la FEB para temas de arbitraje y Vicepresidente Ejecutivo de la Federación Baloncesto de Castilla - La Mancha), quien afirmaba que esta experiencia es todo un privilegio al estar rodeado de gente tan competente. Asimismo, insistió en que todo lo que se pueda sacar de provecho en este curso de formación no se tiene que guardar, sino que hay que transmitirlo a los respectivos Comités Territoriales para que todos los compañeros puedan disfrutar de este conocimiento.

Terminada la presentación, los participantes se hicieron la foto de familia y se metieron de lleno en el curso con una charla impartida por Víctor Mas (instructor nacional de FIBA EUROPA).

Víctor Mas Rafols. Situaciones.

Víctor presentó el Play Situations 2007, un completo DVD que editó FIBA EUROPA en mayo para unificar aún más los criterios en algunas situaciones que suelen ser de complicada interpretación. Estas son:

- Ventaja – desventaja:
 - o "Jugador en acción de tiro es intocable"
 - o "No hay que confundir el criterio ventaja – desventaja con la ley de la ventaja"
 - o "Hay que sancionar la acción y no la reacción, pitar la primera"
 - o "El criterio ventaja – desventaja no es aplicable al final de los partidos"
 - o "Es de especial aplicación en las salidas contraataque"
- Carga:
 - o "Para que se produzca una carga, el contacto debe ser en el torso, y que el oponente haya adquirido una posición legal dentro del terreno de juego"
 - o "Penetraciones con asistencia y carga, siempre se sanciona falta en ataque"



Víctor Mas explica una situación de juego

- Bloqueos:
 - o “Su valoración no va en función de la intensidad del contacto. Ligeros contactos pueden dar grandes ventajas”
- Situaciones de juego sin balón:
 - o “Concentración, consistencia para mantener el control de partido, lo que llevará a situaciones sin brusquedad”.
- Faltas en ataque:
 - o “Para que haya falta en ataque el contacto debe ser en el torso y con una posición legal de defensa”
 - o “Pequeños contactos de los que se saca ventaja”
- Juego de postes:
 - o “Con juego duro no pitar la tercera, sino la primera para cortar la agresividad”.
- Pantallas:
 - o “Aplicar criterio de tiempo y distancia al jugador sin balón”
 - o “El jugador que la realiza debe estar completamente estático en el momento que la realiza”
- Antideportivas:
 - o “Cuando pitas una falta antideportiva, los jugadores involucrados en ella se sienten protegidos, y no pitarla conlleva posibles enfrentamientos”.
- Verticalidades:
 - o “Para que sea legal debe estar vertical, es decir, dentro de su cilindro y que no avance hacia delante”.
- Teatro:
 - o “Identificar tan pronto como se pueda las acciones de teatro para no arrastrar posteriores errores”.

Arturo Calvo Devesa. Captura y edición de video.

Después de la cena, Arturo Calvo impartió unas nociones básicas del programa Pinnacle Studio 10, para que los asistentes puedan realizar el montaje de los videos que proporciona el equipo técnico para desarrollar los distintos trabajos designados.

Pinnacle es una herramienta que permite editar video a partir de grabaciones en videocámara o DVD. Una vez se importa el video al ordenador, se dispone de un gran número de efectos y utilidades para crear nuestros propios DVD.

La finalidad de incluir la edición de video en el temario, según expresa Calvo Devesa, es que los asistentes dispongan del conocimiento necesario para poder, en un futuro, editar películas de sus propios partidos, o de otras personas, con el objetivo de aprender de los errores detectados y que mejore el arbitraje.



Arturo Calvo, durante su charla



Alumnos asisten a una sesión técnica

Día 2: Preparación física y mecánica

Francisco José Sánchez Martínez. Preparación física.

La jornada lectiva comenzó a las 09:10 en las instalaciones deportivas próximas al Hotel Intur, donde se iba a tener lugar la preparación física con Francisco José Sánchez Martínez. La clase se estructuró en tres partes:

- Una sesión de estiramientos y calentamiento
- Una breve sesión de carrera continua
- Trabajo de velocidad, como aspecto importante a desarrollar en la condición física de un árbitro.

Víctor Mas Rafols. Mecánica de dos árbitros.

Tras el ejercicio físico, sobre las 09:30 tuvo lugar una charla en cancha de Víctor Mas Rafols sobre la mecánica de dos árbitros. Se resaltaron aspectos fundamentales sobre la colocación y búsqueda de posiciones en la pista para conseguir una mayor probabilidad de acierto en las decisiones tomadas durante el partido.

La clase vino marcada por la expresión "necesitamos movernos en función del juego, no del balón", todo ello reforzado por un "movimiento constante".

Se trataron principalmente tres situaciones conflictivas:

- El contraataque
- La presión
- Las penetraciones. Sobre todo aquellas que implican un cambio de responsabilidad en la pareja arbitral (cola-cabeza).

En el contraataque, el árbitro que realiza la transición cabeza - cola debe permanecer por detrás del balón y no dejar jugadores detrás de sí hasta que el juego pase a pista delantera. El árbitro de cola-cabeza tiene la responsabilidad de llegar el primero al contraataque sin perder de vista a los jugadores.

En la presión es imprescindible la comunicación y compenetración entre compañeros. El árbitro que transita de cabeza a cola debe prestar especial atención a las numerosas infracciones, discerniendo entre una simulación y un contacto punible. El árbitro de cola - cabeza, por su parte, es el encargado de ayudar a su compañero en la presión en la medida de lo posible,

leyendo en cada momento el juego y ajustando su posición al mismo.

En las penetraciones debe realizarse un trabajo constante e intenso en la búsqueda de la ventana. Cada árbitro deberá responsabilizarse de aquellas acciones en las que reciba el juego de cara, evitando en todo momento sancionar "por intuición" cuando ve las espaldas de los jugadores. Para ello debe corregir su posición en función del juego. Por último, el árbitro de cabeza no debe permanecer estático debajo de canasta, puesto que lo más probable es que su ángulo de visión se vea extremadamente reducido, lo que conlleva una mayor probabilidad de error.

A las 11:30, de vuelta en el hotel, Víctor Mas continuó la charla sobre el Play Situations 2007 de FIBA EUROPE, centrándose en esta ocasión en el "Game Management" o control del partido. Se apuntaron tres aspectos fundamentales:

- Comunicación
- Control de partido
- Trabajo en equipo

La comunicación entre los árbitros ha de ser fluida y concreta. Una buena comunicación vendrá determinada por un trabajo bien hecho en la charla preparada. Un árbitro no debe perder de vista que tiene trabajando con él a un compañero, y como dijo Víctor, "queremos un arbitraje de dos, no dos de uno". Las situaciones en las que uno de los árbitros no se encuentra totalmente seguro, se deben solventar con rapidez y claridad.



Víctor Mas se dirige a los alumnos

C L I N I C D E F O R M A C I Ó N

A lo largo del partido se debe mantener el control del mismo, prestando especial atención a aquellas infracciones que puedan generar reacciones violentas entre los jugadores. También a aquellas otras en las que se pueda aplicar el principio ventaja-desventaja. Este principio no se aplica a los finales de partido igualados, donde los árbitros deben adaptarse a las tácticas de los equipos.

Posteriormente se dedicó tiempo al estudio de las violaciones de pasos. Se valoraron numerosas jugadas, tales como reversos, entradas a canasta, pasos en carrera y lanzamientos.

Como consejos para obtener un mayor índice de aciertos en estas jugadas destacan:

- Si un jugador no obtiene ventaja, no se pita; sólo se sancionan cuando logre una ventaja respecto al juego.
- Hay que establecer cuál es el pie de pivote, dicho pie no puede volverse a apoyar antes de tirar o pasar.
- El reverso es una acción completamente legal. Es una forma de empezar o finalizar un regate. El pie de pivote en este caso viene determinado por el momento en que el jugador sostiene el balón con ambas manos.
- Incorrectamente se sancionan muchas violaciones de pasos ante movimientos rápidos en que el árbitro no determina el pie de pivote adecuadamente. No arbitrar el movimiento del cuerpo y sí el de los pies.

Arturo Calvo Devesa. Captura y edición de video.

A las 16:00, Arturo Calvo llevó a cabo una charla sobre el funcionamiento del programa Pinnacle Studio 10, iniciada el día anterior. Posteriormente repartió el trabajo a realizar durante estos días por los grupos (sobre faltas, violaciones, mecánica y ataque).



Ángel de Lucas de Lucas. Situaciones de mecánica.

A continuación, Ángel de Lucas expuso las principales situaciones de mecánica, haciendo especial hincapié en sancionar los contactos punibles que todo el mundo ve, y que otorgan credibilidad al árbitro a la hora de tomar decisiones en el juego sin balón. Se debe juzgar la acción y no la reacción.

Se podría definir la mecánica como un método de trabajo que ayuda a la búsqueda de una mejor posición para juzgar las acciones. Todo ello debe ser aplicado con sentido común. Fuera de su zona de influencia, un árbitro no debe pitar a no ser que haya una jugada muy clara que pueda suponer, de no sancionarse, perder el control de partido.

En cuanto al trabajo del árbitro de cola:

- El control del tiro exterior se debe realizar en los rectángulos 1, 2, 3 y 6.
- El control del tiro en los rectángulos 6 y 5 medio.
- En zona 4 se ocupará puntualmente del juego sin balón.
- En zona 5 no se sancionarán espaldas en penetraciones exteriores.
- En zona 6 es necesario penetrar con el juego.



Día 3: Táctica y psicología arbitral

Preparación física.

Un día más, tras el desayuno, el grupo se dirigió hacia las instalaciones deportivas de la localidad para llevar a cabo la preparación física; en esta ocasión, el trabajo consistió en realizar un calentamiento dinámico y un trabajo básico de farlek.

José Ramón Cuspinera Diéguez. Táctica.

A continuación Jota Cuspinera, Seleccionador Nacional de la U16 Masculina y ayudante de la Senior Masculina, impartió una charla en pista sobre táctica: diversos fundamentos relacionados con el juego sin balón, ataque y defensa.

DEFENSA:

- Triángulos defensivos
- Defensa al poste bajo
- Defensa al jugador con balón (robar en el bote)
- No perder de vista nunca el balón
- Defensas en bloqueos

ATAQUE:

- El primer objetivo al recibir el balón es no perderlo
- Recepción del balón en carrera
- Recepción del balón al poste bajo en función de la posición del defensor
- Pedir el balón de forma clara, con un blanco visible, lo que Cuspinera denomina: "el grito"

JUEGO SIN BALÓN:

- Es tener una buena posición para obtener el balón sin ser una molestia para el compañero
- Crear espacios
- Aprovechar TODO el campo (incluido el espacio tras el tablero) para crear indecisión en los defensores.



Posteriormente, y después de un breve descanso, Jota Cuspinera continuó su intervención en la sala de video del hotel. La sesión consistió en el análisis del juego, explicando diversos sistemas de ataque en los que se utilizan muchos de los conceptos aplicados en la pista:

- Carretón
- Triple poste
- Flex
- Shuffle
- Zipper
- Polea o ascensor
- Norma del círculo

Todos estos sistemas pudieron ser observados a través de un completo programa de edición de video desarrollado por el propio seleccionador.

Finalmente, todos los asistentes a la jornada de trabajo agradecieron la asistencia de Jota Cuspinera, quién en su único día de descanso en la concentración previa al Europeo U16, tuvo la deferencia de compartir una mañana de baloncesto con los árbitros del Clinic.

Vicente Bultó Estébanez. Confianza arbitral.

A partir de las 16:00, Vicente Bultó Estébanez, árbitro de ACB e Internacional, impartió una charla altamente participativa y muy amena, poniendo especial importancia en dos aspectos básicos para el árbitro: La Confianza y su Rol.

Para empezar planteó a todos los presentes una pregunta: "¿qué es para vosotros la confianza?"; tras un breve debate, Vicente expuso los factores básicos que afectan a la confianza:

- Ascensos/Descensos
- Lesiones
- Errores
- Problemas personales y/o familiares
- Comentarios de la prensa
- Estilos de vida (esfuerzo y sacrificio)
- Malos arbitrajes
- Valoraciones técnicas

Para finalizar este tema, Bultó quiso hacer especial hincapié en la relación directa entre confianza y fortaleza mental: *"la diferencia entre un buen árbitro y uno excelente está en la MENTE"*. Además, quiso dejar claro que "la confianza lleva al éxito", y que únicamente nos tenemos que preocupar por aquello que podemos controlar: la preparación, el trabajo, la actitud y la concentración.

Posteriormente, Vicente habló de la importancia de saber el lugar que cada uno ocupa, y enumeró los aspectos más importantes que influyen en ello: *"todos tenemos que trabajar hacia objetivos asequibles, si no, no podemos mejorar"*. Estos aspectos son los siguientes:

- Comunicación como medio para reducir la ansiedad y aumentar la estabilidad en el trabajo.
- Experiencia personal y conocimientos técnicos
- Autoevaluación
- Asumir responsabilidades
- Aceptar las críticas
- Respeto mutuo

En relación con la solidaridad frente al egoísmo, Vicente quiso matizar a todos los asistentes que *"para progresar hay que asumir riesgos; quién no es ambicioso y no los*



Vicente Bultó, durante su participación en el X Clínic

asume NO PROGRESA".

Para finalizar, Pedro Rocío en nombre de todos los asistentes y de la Federación Española de Baloncesto, dio las gracias a Vicente Bultó por su asistencia al Clínic, y le deseó todo lo mejor en el próximo Eurobasket de Madrid.



Vicente Bultó Estébanez **Árbitro ACB e Internacional**

“OJALÁ QUE ESPAÑA VUELVA A JUGAR LA FINAL”

¿Cómo valoras esta actividad?

Este tipo de actividades que organiza la Federación me parecen francamente positivas, porque es una oportunidad que tiene gente más joven para poder hablar con personas más experimentadas, y aprovechar una semana de trabajo de cara a su formación como árbitro.

En el marco del convenio de colaboración entre FEB y AEBA, ¿de qué forma crees que podeis colaborar los árbitros de ACB en la captación y formación de árbitros?

Los árbitros ACB tenemos la "obligación" de apoyar a la gente joven. Yo creo que en muchos casos somos modelos para ellos y, por tanto, siguiendo esa línea deberíamos tener la máxima disponibilidad para asistir a este tipo de reuniones, estar con ellos, que nos pregunten sobre nuestras experiencias, etc.

El próximo mes de septiembre acudes al Eurobasket masculino de Madrid. Después de tu brillante participación en los Juegos Olímpicos de Atenas 2004, ¿esperabas esta nueva designación?

Siempre intentas conseguir lo máximo como árbitro, y creo que es legítimo aspirar a lo máximo. Yo tuve la suerte de poder estar en unos JJ.OO. y poder hacer una semifinal masculina entre Estados Unidos y Argentina, con todo lo que conlleva. Y ahora, el encontrarme con esta nueva designación para el Eurobasket es quizás doble alegría, por ser el Eurobasket en España con la repercusión que va a tener, toda la gente que nos va a ver, y estar metido en el meollo de la organización como participante y como árbitro. Intentaremos hacer lo nuestro lo mejor posible, como siempre.

Hay momentos en los que el corazón de los árbitros se divide... ¿Qué prefieres, vivir en directo sobre la cancha la final, o presenciarla desde la grada viendo a la selección española?

Es una pregunta complicada porque, efectivamente, decía antes que hay que aspirar a lo máximo como árbitro, y me imagino que la aspiración tanto de Juan Carlos (Arteaga) como la mía en el Eurobasket será pitar la final. Pero también hay que pensar en el colectivo. El baloncesto español tuvo un gran éxito en el Mundial de Japón, y ojalá que vuelva a jugar la final. Significará que vamos a conseguir otra medalla, que seguiremos enganando más gente al baloncesto, y que el baloncesto sea un deporte todavía más mayoritario de lo que es ahora

Día 4: Preparación física y espíritu del juego

Preparación física.

Esta mañana ha sido un poco más suave en cuanto a lo que el entrenamiento físico se refiere. Sánchez Martínez no ha podido asistir, y ha sido Ángel el que ha dirigido el entrenamiento regenerativo que realizado, dado que al día siguiente hay pruebas físicas.

El paseo por el parque ha sido estupendo, el clima era ideal para la práctica deportiva, lo cual ha sido un punto a favor.

Arturo Calvo Devesa. Aula Virtual.

Este joven zamorano impartió una nueva charla, esta vez explicando las características del nuevo Aula Virtual de Árbitros de la FEB, y todas las posibilidades que puede ofrecer esta herramienta multidisciplinar. Por medio de esta plataforma se puede obtener una serie de conocimientos teóricos sin necesidad de una enseñanza presencial, lo cual se espera sea de utilidad para aquellas personas que muchas veces no puedan acudir a las clases por motivos de desplazamiento o tiempo. Otra de las posibilidades que nos ofrece es preguntar dudas a tutores especializados en las distintas áreas de conocimiento.

También dará la oportunidad a personas que se quieran iniciar en el mundo arbitral, a que puedan hacerlo por medio de clases teóricas y tests, sin necesidad de asistir presencialmente a una clase. Puede ser un buen sistema de progreso y mejora, no sólo para los árbitros, sino para el baloncesto en general. Precisamente esto es de gran importancia, puesto que la comunicación con entrenadores y aficionados hará progresar a todos gracias a las aportaciones de cada uno.



Francisco José Sánchez Martínez. Preparación física.

A continuación, Sánchez Martínez se incorporó, y qué mejor forma de hacernos ver la gran importancia que tiene la preparación física para un árbitro: igual que los jugadores entrenan durante toda la semana, meses...los árbitros también deben estar en el mismo nivel para poder llegar a las jugadas con facilidad y, como consecuencia de ello, ganar en seguridad. Asimismo, esa preparación física de alguna manera da derecho a equivocarse porque los jugadores captarán el esfuerzo que hacen en la cancha. Por lo tanto, mejora el nivel arbitral.

Dentro de las cuatro capacidades físicas que hay, las que realmente van a servir a los árbitros para resolver un partido son la velocidad y la resistencia. Ésta última puede ser a su vez aeróbica (esfuerzo de larga duración, menor intensidad y con escasa demanda de oxígeno) o anaeróbica (con mayor intensidad, menos tiempo y con elevada deuda de oxígeno).

Lo importante entonces es entrenar sobre las características de cada uno, teniendo en cuenta los factores de la resistencia como son: las reservas energéticas, capacidad pulmonar, tipo de fibras, alimentación, hábitos higiénicos; tabaco, alcohol. Todos ellos, de forma importante van a repercutir en nuestro rendimiento.

Francisco José explicó los diferentes métodos de entrenamiento a realizar, es decir, que si alguno pensaba que entrenar era aburrido, se podría atribuir a la ignorancia, pero ahora ya no hay excusas porque las posibilidades son muchas para elegir según gustos, preferencias, o incluso, de la capacidad que se quiera entrenar.

Lo realmente importante, aparte de la realización de un entrenamiento adecuado, es tener una serie de principios fundamentales para poder finalmente obtener el éxito: continuidad en el entreno, es decir, no entrenar una vez a la semana y ya está. Otro concepto importante es la progresión, es decir, ir aplicando cada vez un estímulo un poco superior para que se produzcan los efectos positivos en el entrenamiento. Y por último no olvidarse de la individualización. Esto quiere decir que el mismo entrenamiento no generará los mismos resultados en dos personas diferentes, puede que para uno sea fantástico pero para otro no.

Los trabajos con el Pinnacle siguen en marcha, y es que a pesar de que ahora resulta algo costoso, seguro que un futuro próximo sabrán sacarle provecho.

Pedro Rocío Sánchez. Feeling of the game.

Esta tarde Pedro Rocío contó algunas de sus experiencias trabajando en el mundo arbitral. Ha sido bastante fructífero, sobre todo porque él tiene la capacidad de hacer reflexionar, que es lo que hace de alguna manera ver en qué punto está cada uno, y a dónde quiere llegar. Trabajar porque realmente queremos, no hacerlo por obligación.

Pedro insistió en que hay que vivir el arbitraje con esfuerzo, ilusión, positivismo y sentimiento. Para ello, la imagen arbitral (tanto colectiva como individual) es un punto a tener en cuenta porque todas las actuaciones se tienen en cuenta a la hora de juzgar nuestro trabajo.

Resaltó el hecho de que hay aspectos formales que están al alcance de cada uno, como tener un conocimiento de las reglas, no para pasar un test, sino para actuar con conocimiento en la cancha; y el estar preparado físicamente, no para pasar las pruebas, sino para poder tomar las decisiones porque nuestra posición en el campo es la mejor. La consecución de estos dos objetivos requiere de una formación continua.

Pero es importante analizar el punto hasta donde se quiere llegar para ver el grado de compromiso, aspecto que considera fundamental. El llegar a un punto máximo de exigencia con nosotros mismos para después poder estar en situación de pedir. Está claro entonces que hay que estar preocupados por el futuro,

no por el pasado.

Es imprescindible realizar el trabajo de equipo durante toda la semana, no en el partido únicamente. Clave para el éxito es la filosofía para los partidos, hablar con el compañero para tener el espíritu de "salir a comernos el partido" y no ser el "generador de la tensión" del mismo.

Este trabajo requiere de una serie de actuaciones (cooperación, compañerismo, consistencia); así como de otros factores personales (honestidad, humildad, honradez...).

El resultado de todo lo anterior es la eficacia arbitral: un solo mundo, una sola regla, un solo criterio, solo un 25/25 en el test teórico.



Pedro Rocío, disertando sobre el espíritu del juego



Francisco José Sánchez Martínez Preparador físico del X Clínic de Formación

“La preparación física tiene gran importancia a todos los niveles”

¿Cómo valoras este tipo de actividades para formar árbitros jóvenes?

Lo valoro de una forma tremendamente positiva. Durante toda esta semana los chicos y chicas conviven entre todos ellos, intercambian experiencias y, sobre todo, aprenden muchísimo. No es para menos, ya que han tenido un profesorado permanente durante estos días, y han recibido la visita de árbitros de renombre internacional.

¿Qué importancia le das a la preparación física del árbitro de baloncesto?

Le doy bastante importancia. Es cierto que en todos los niveles la preparación física tiene mucha importancia, pero sobre todo a medida que se asciende de nivel es más exigente. Por lo tanto, hay que estar mejor preparados físicamente.

¿En qué ha consistido la preparación física en este Clínic?

Por la mañana hacíamos un poco de preparación física, no tanto para intentar mantener una condición física óptima durante el Clínic, sino para que los chicos y chicas aprendieran formas y métodos de entrenamiento, que les permitan alcanzar un buen nivel de condición física y, sobre todo, mantenerlo a lo largo de la temporada que es muy exigente.

Día 5: Prevención de lesiones y criterio arbitral

Preparación física.

Como se había anunciado, la preparación física matinal se destinaría a realizar las pruebas físicas, consistentes en recorrer la milla (1600 metros) y una pequeña prueba de velocidad. Resultado: aprobado general. Pequeña bronca a los que se encontraban por debajo del nivel de sus capacidades y de lo exigido, pero terminaron viviendo un momento de compañerismo bien entrañable.

Ángel de Lucas de Lucas. Situaciones de mecánica.

Breve ducha y a seguir. A las 11.40 horas, Ángel de Lucas, versó su conferencia en la segunda parte del trabajo de mecánica arbitral. Para ello dividió las responsabilidades en árbitro de cola, en la primera parte, y árbitro de cabeza, en la segunda, la estudiada en este día.

Con la buena predisposición que le caracteriza a Ángel, realizó una excelente valoración sobre el trabajo que recae en el árbitro de cabeza durante un partido. Analizando las posibles acciones en los diferentes rectángulos sobre los cuales se trabaja la mecánica, así especificó perfectamente que era fundamental la cooperación entre los dos árbitros para evitar dejar de visualizar el juego sin balón. Durante diferentes jugadas pudimos comprobar cómo es necesario un buen trabajo de mecánica, y realizarlo en movimiento continuo pero de manera inteligente, buscando los huecos que hay entre los jugadores.

Enrique López Herrada. Prevención de lesiones.

Enrique López Herrada, árbitro de Zona LEB y el médico del que han disfrutado estos días, versó su conferencia en el tratamiento y prevención de lesiones para el árbitro, ya que no es una parte diferenciada del juego sino un deportista más que integra el baloncesto.

Para prevenir las lesiones es imprescindible tener una buena preparación física, realizar una alimentación equilibrada, horas de reposo, controles de salud y la vestimenta. El control de la salud repercute directamente en el futuro, es necesario realizarse analíticas, y verificar la salud del corazón, con pruebas de esfuerzo, además es necesario realizar un estudio de los pies

Así mismo, realizó un excelente análisis de las posibles distensiones musculares y las tan peligrosas distensiones o roturas de ligamentos, como el esguince. *“El modo de tratarlas es fundamental que se conozca, así como su manera de prevenirlas”*, recalcó el Doctor en Medicina.

Por último, valoró la alimentación que se debe tener, complementando las breves nociones realizadas por Francisco José Sánchez Martínez, Director Técnico del Comité Castellano-Manchego de Árbitros y licenciado en Educación Física. Puso varios ejemplos de jugadores que habían envejecido por una incorrecta alimentación, así como por no sanar correctamente diferentes lesiones que les acontecieron en el pasado.



Ángel de Lucas de Lucas
Coordinador del X Clinic

“Para nosotros supone un éxito disponer de ponentes cada vez más especializados, e incorporar los últimos avances en las tecnologías aplicadas a la formación arbitral.”

Estamos muy contentos con el trabajo desarrollado, y las instalaciones que nos han acogido eran inmejorables. Sólo queda agradecer a la Federación de Baloncesto de Castilla - La Mancha su colaboración, un año más, para la realización de este Clinic de Formación”.



Enrique López, médico del X Clínic de Formación

Juan Carlos Arteaga. Criterio arbitral.

A las 16.30 recibieron la visita de Juan Carlos Arteaga Vizcaíno, árbitro de ACB e Internacional. Su exposición trató, además del criterio, la necesidad de una buena preparación física y un conocimiento de la normas; pero además es necesario el conocimiento de juego. Juan Carlos reconoció que el momento de su evolución en su carrera arbitral fue el tiempo que se dedicó a entrenar durante cuatro años, después de obtener el título de Entrenador Nacional.

Hay que conocer el juego, saber cuando va a haber bloqueos y defensas en zona. Importancia de la charla pre-partido, vigilar a los tiradores. La facilidad que ejerce sobre la labor el pre-partido, los jugadores, los equipos...

Las normas hay que repasarlas en casa, al igual que la mecánica. El pre-partido debe ser para intentar facilitar la posterior lectura del juego. Hay que intentar analizarse. La posición es fundamental para la visualización correcta de las jugadas.

En ventaja-desventaja, hay que cubrirse para lo que más adelante pueda pasar, evitando el juego violento; pero remarqué que, para arriesgar, lo mejor es sancionar más tarde.

Además repasó los criterios a tener en cuenta en faltas



Juan Carlos Arteaga se dirige a los participantes

antideportivas:

- Cuando un jugador se va al ataque y se le agarra, es falta antideportiva.
- Cuando se encara un ataque y se empuja por la espalda al atacante, es falta antideportiva.

Tras estas charlas, siguieron realizando el trabajo diario y en grupo, cenaron y continuaron ya ultimando hasta las 03:00 horas de la mañana.



Raúl Rubio Bellostas
Árbitro del Comité Navarro

“EL TRATO HUMANO HA SIDO UNA GOZADA”

¿Qué te ha parecido la convivencia con compañeros de otras comunidades?

Es una experiencia de la que puedes aprender mucho de tus compañeros, ya que no se trabaja lo mismo en otros comités como en el tuyo. Entonces es importante coincidir con, por ejemplo, gente de Cataluña o Madrid, que tienen una infraestructura muy grande, y comentar con ellos cómo trabajan en su comité, para poder importar ciertas cosas al tuyo.

¿Y el trato humano con los compañeros?

Yo conocía a una o dos personas, y al principio estabas más con las personas que conocías, pero luego hemos sido una piña y nos lo hemos pasado muy bien. La verdad es que el trato humano ha sido una gozada.

¿Y el trabajo técnico realizado durante el Clinic?

Me han servido mucho, creo que son unos profesionales bastante grandes. A mi personalmente la charla de Víctor Mas me pareció muy interesante, como la de Uruñuela a la vez divertida y aprendes de expresión corporal y cosas así; también la de Arteaga y la que nos dio Jota... me llevo bastantes cosas de este Clinic.

Se ha impartido un curso de edición de video con Pinnacle. ¿Crees que este conocimiento ayudará a tu trabajo día a día en tu Comité Territorial?

Creo que habiendo aprendido Pinnacle, además que nos hemos pasado horas y horas con el trabajo, creo que servirá bastante bien para poder grabar a compañeros, hacer videos de jugadas al final de la temporada y ver en qué fallamos, en qué acertamos, y cómo poder mejorar. Por lo menos verte en video es una gran experiencia.

Día 6: Comunicación no verbal, trabajos y clausura

Juan Manuel Uruñuela. Comunicación no verbal.

Esta mañana ha comenzado distinta a las demás, puesto que no han tenido entrenamiento físico. En su lugar, los alumnos han podido disfrutar de una entretenida sesión con Juan Manuel Uruñuela, árbitro de Zona LEB e Internacional en el arbitraje de baloncesto en silla de ruedas. El tema de la charla era el LENGUAJE NO VERBAL, aplicado al mundo del arbitraje.

Uruñuela aseguró que entre el 60 y el 70 por ciento de las conversaciones normales, e incluso a la hora de desempeñar nuestra labor arbitral, se realizan mediante LENGUAJE NO VERBAL.

Con respecto a esto trabajamos con las diferentes partes del cuerpo que pueden reflejar a la perfección este lenguaje no verbal.

- SONRISA: Distintos tipos de sonrisa en función de lo que se necesite expresar: tranquilidad, ironía, felicidad, enfado,...



Uruñuela entrega un premio tras su charla

- MIRADA: Distintas formas de utilizar una mirada podrían hacernos conseguir controlar situaciones y momentos en los que con una simple pitada no basta. Por ejemplo miradas serias, intimidatorias, afirmativas,...

- BRAZOS / MANOS: En función de su colocación y forma de moverlos, indicaran nuestra postura receptiva, nuestro estado de alerta, nuestras reacciones...

- LA PITADA desde el punto de vista del lenguaje no verbal: Es un arma básica para un árbitro, puesto que a través de la distinta fuerza o entonación que se le trasmite al silbato podremos mostrar y transmitir una serie de cualidades como son la seguridad, el control, la confianza...

Posteriormente se trabajaron distintas dinámicas de grupo aplicadas al arbitraje participando activamente los alumnos del Clinic, así como alguno de los profesores.

Presentación de trabajos de video.

En la sesión vespertina se presentaron uno a uno los trabajos realizados por los miembros del Clinic durante esta semana. Los temas fueron los siguientes:

- FALTAS EN ATAQUE
- OTRAS FALTAS
- VIOLACIONES
- MECANICA ARBITRAL

Estos trabajos fueron comentados y corregidos, participando activamente todos los asistentes.

Para terminar, se realizó un pequeño homenaje a Ángel de Lucas, Francisco J. Sánchez y Enrique López Herrada; y se leyeron los tres mejores trabajos solicitados por Pedro Roció, que serán publicados en la revista de árbitros digital.

Los galardonados fueron Alejandro Moreno (Cantabria), Rodrigo González (Extremadura) y Javier González (Galicia). También se hizo un reconocimiento al "capitán" de los alumnos, José Andrés Bárcena (Cantabria); y se entregó una camiseta a Alberto Forero (Com. Valenciana) por su 25/25 en el test teórico.



Pedro Rocío y Alberto Forero, con su 25/25 teórico



Ramón Granados recibe un recuerdo del Clínic

Clausura.

El acto de clausura comenzó a partir de las 21:30 con la presencia de Ramón Granados (Directivo FEB y vicepresidente de la FBCLM), Pedro Rocío (Coordinador del Área de Árbitros) e Isidro Gómez (Secretario General de la FBCLM).

Tras la cena se entregaron recuerdos conmemorativos a la Federación de Baloncesto de Castilla La Mancha (que lleva años colaborando activamente con la FEB en la formación arbitral), a todos los profesores y técnicos asistentes, y una fotografía del Clínic a cada participante.

Como despedida, Pedro Rocío agradeció a los participantes su esfuerzo y dedicación durante esta semana de trabajo.



Cinco participantes celebran su ascenso a Liga EBA



Manuel Salazar Fajardo **Árbitro del Comité Andaluz**

“CONOCER GENTE NUEVA ME HA APORTADO MUCHO”

¿Qué te ha parecido la convivencia con compañeros de otras provincias?

Bastante buena, porque yo no había tenido la oportunidad de asistir a ningún clínic ni curso fuera de Andalucía, y el hecho de estar con compañeros de otras comunidades y conocer gente nueva me ha aportado mucho, tanto personal como deportivamente.

¿Qué te ha parecido el trabajo técnico realizado?

Hemos hecho un trabajo muy completo en las diversas áreas, en físico, técnico, de mecánica, y recibiendo charlas de gente que sabe mucho, y creo que se ha hecho un trabajo bastante bueno y completo, porque se han tocado las partes que nos pueden afectar a nosotros en nuestro trabajo para que podamos mejorar.

¿Qué te han parecido las instalaciones del Hotel Intur, en el que estamos alojados?

Están muy bien. Yo no suelo viajar demasiado y tampoco conozco muchos hoteles, pero el hotel en el que estamos es bastante bueno, con su piscina y sus cosillas, que para el tiempo libre siempre vienen bien. Y luego bastante bien acondicionado para lo que se necesitaba en este curso.

Redacciones premiadas

Durante el X Clinic de Formación de Árbitros FEB se celebró un concurso de redacción sobre cualquier aspecto relacionado con esta apasionante actividad. A continuación se incluyen el primer premio y los dos accésit.

PRIMER PREMIO:

QUE LO SEPAN LOS DE MI BARCO

*Alejandro Moreno Ceballos
Comité Cántabro*

Sin duda diariamente nos encontramos ante situaciones y momentos en los que alguien, de alguna forma o de otra, confía en nosotros para algo. Se suele pensar: "¿por qué se fían de mí?", creyendo que todo es una simple casualidad. No concebimos la sensación de ser de la confianza de alguien por el mero hecho de ser uno más.

En todo éste tiempo que llevo conociendo a personas para las que alguna vez me convertí en importante, he aprendido que existe un punto de inflexión en el que dejo de ser uno más para convertirme simplemente en lo que soy. Es muy bonito ver como enriquecen las experiencias que se viven con los demás. Para crecer siempre he necesitado la compañía de alguien que me hiciese ver otra perspectiva de mi situación, otra manera de opinar y entender las cosas. Es ilusionante ver como mis compañeros comparten tantas cosas conmigo, ya no soy uno más, ya aprendemos juntos.

Sin duda el trabajo que realizamos es duro y lleva implícito un esfuerzo y sacrificio que, a mi juicio, no lo soportaría cualquiera. Y con esto no quiero decir que nos considere personas privilegiadas o superhombres/supermujeres que lo aguantan todo, sino que simplemente para mí esto es fácil. Es fácil para mí sacrificarme por todo esto. A todas las personas que piensen que cómo soy capaz de ser árbitro de baloncesto, yo les digo que es muy fácil compartir cuando uno se siente a gusto. Esta es la razón por la que escribo, para dar mi voto al compañerismo y al trabajo en equipo.

Varios de nosotros creceremos juntos y, aunque no compartamos nuestras vidas diariamente, cada vez que nos encontremos sabremos que seguimos ahí y que todo lo vivido será nuestro. La explicación a éste sentimiento se llama equipo, y un equipo no lo forman un grupo de personas que se reúnen de vez en cuando, igual que un motón de ladrillos no forman una casa. Ha de construirse todo desde el principio, desde donde

tantas veces hemos partido, sabiendo que lo interesante será ver el desarrollo que sufriremos cada uno y que tendrá su recompensa cuando nos reunamos y comprobemos que seguimos siendo un conjunto. Eso es lo que me reconforta de ser árbitro.

A día de hoy el baloncesto me ha brindado un puñado de momentos que seguro no olvidaré, y que espero que los que decidieron compartirlos conmigo tampoco lo hagan. No podemos permitirnos el lujo de caminar solos si queremos conseguir algo importante. Nunca nada que mereciese la pena fue fácil de conseguir y por eso estoy dispuesto a luchar por mi equipo; por mi equipo de hoy y por mi equipo de mañana.

Por último quiero mandarles un mensaje a aquellos que un día decidan abandonar mi equipo. A aquellos que se crean que eso ocurrirá algún día; ¿sabéis qué? Que de mi barco no se baja nadie.



Alejandro Moreno recibe el homenaje de sus compañeros

ACCÉSIT:

COACHING / TRABAJO DE EQUIPO

*Rodrigo González Morán
Comité Extremeño*

Queridos amigos:

Para comenzar me gustaría transmitirles lo importante que es, y sobre todo en este mundillo que a nosotros nos apasiona, el poder contar, no sólo con gente en la pista que nos apoye, sino con todos aquellos compañeros de fatigas que siempre están dispuestos a compartir sus inquietudes con nosotros.

Pero antes de profundizar más en lo que sería trabajo en equipo, me gustaría explicarles un término, que a partir de ahora, todos deberíamos añadir a nuestro particular diccionario, para poder transmitir ese espíritu de equipo.

¿Que es el Coaching?:

A grandes líneas, el Coaching es un procedimiento por el cual se ayuda a personas y / o colectivos a mejorar, rendir y optimizar sus posibilidades.

Este método activa todo el potencial que ya tiene una persona, y se le ayuda a adquirir nuevas habilidades.

El objetivo principal del Coaching es potenciar nuestra eficacia no sólo trabajando nosotros mismos, sino de manera colectiva.

Con esto, lo que conseguiremos será llegar a nuestro máximo grado de cualificación, y así poder conseguir una serie de éxitos y logros tanto a nivel personal como profesional.

Esto lo podemos ver reflejado en el mundo del baloncesto, y en especial del arbitraje, por ser el que nos atañe.



Y es que podría darse el caso, en algún partido, que los mejores árbitros (físicamente preparados / con una gran cualificación técnica y demás condiciones elevadas todas a la enésima potencia), por su ego o su egoísmo, no colaborasen con su compañero o los oficiales de mesa, cada uno hiciese la guerra por su lado, y en el que el resultado sería de todo menos un arbitraje conjunto.



Rodrigo González, leyendo su redacción premiada

En el polo opuesto se encuentran aquellos árbitros que hacen piña, quizás no tan buenas física y técnicamente, pero gracias a su humildad, su coherencia, su cooperación, su sacrificio y sus ilusiones, son capaces de hacer prosperar un colectivo como es el de los árbitros, y en definitiva un deporte como es el baloncesto.

En resumen el coaching y el trabajo en equipo, dentro del arbitraje, van de la mano, puesto que son los medios que todo árbitro debe conocer, desarrollar y potenciar para poder conseguir la eficacia arbitral, que es en definitiva nuestra meta.

Un saludo y ojalá podamos compartir más momentos juntos para poder seguir mejorando como árbitros individuales, pero también como grupo humano.

ACCÉSIT:

TE NECESITO, COMPAÑERO

*Javier González Arias
Comité Gallego*

Te necesito porque me ayudas, me necesitas porque te ayudo.

Somos conscientes de que necesitamos un trabajo individual para poder progresar y mejorar en nuestra carrera arbitral, pero puede que no seamos tan conscientes de que esa mejora individual no sirve de nada si no la concebimos como un concepto global, como un concepto de equipo.

En el 28x15 sé que si fallo estás ahí para ayudarme, para apoyarme en las malas y buenas decisiones. No dudes que yo también estaré ahí, porque somos compañeros.

Puedes estar conmigo en el 28x15, o puedes estar en la mesa, no importa, te necesito, somos compañeros, somos un equipo.

Somos nuestro equipo, puede que no cortemos pases, que no realicemos bloqueos, que no juguemos mezclando zipper o carretón, que no encestemos, que nunca ganemos un partido, pero debemos tener una cosa clara: nunca debemos perderlo.

Así como el resto de los equipos entrenan, nosotros también necesitamos un entrenamiento, en este caso en un plano conceptual distinto o diferente al de los equipos de juego, nuestro entrenamiento debe ser la confianza mutua.

Porque si yo confío en ti y tú consigues confiar en mí, si nos apoyamos al 100% en el 28x15, nunca perderemos un partido por muy complicado que se ponga, o por muy complicado que intenten ponérselo.

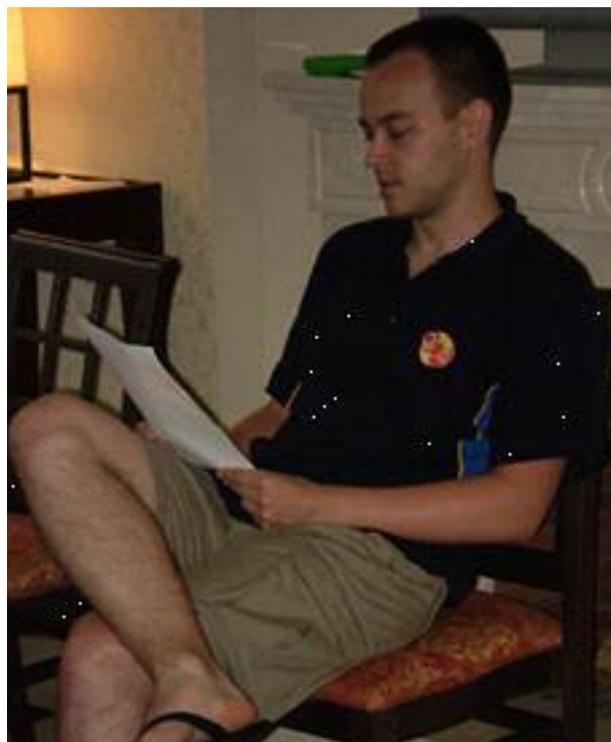


Si confiamos en nosotros como equipo, nuestro entrenamiento habrá dado sus frutos, nuestro esfuerzo ha tenido su recompensa.

Si yo te ayudo a mejorar, yo también mejoraré, tanto en el 28x15 como en la vida, ya que por encima de árbitros somos personas.

Personas con sentimientos, vivencias, inquietudes, virtudes y defectos. Compañero, intentaré transmitirte lo bueno y no mostrarte lo malo, pero si no lo consigo, confía en mí, porque somos un equipo, no te fallaré, sé que no me fallarás.

Te necesito compañero.



Javier González Arias, leyendo la redacción ante sus compañeros

Puede que te conozca de toda la vida o dos horas antes del partido, no importa, necesito creer en ti, confiar en ti, y que tú hagas lo mismo conmigo, somos un equipo, somos nuestro equipo, no podemos perder el partido.

Alcázar despierta dulcemente con el repiquetear de las campanas, último día de estancia en el clinic. En la convivencia y trabajo diarios me ha servido para mejorar como persona; creo que soy mejor persona que cuando he llegado. Espero que a todos nos suceda lo mismo.

No nos olvidemos, somos un equipo, somos nuestro equipo, y en este caso me voy con la sensación de que hemos ganado el partido.

Gracias a todos compañeros, os necesito.

Los árbitros de Zona LEB celebran su clinic

La reestructuración de las competiciones FEB ha supuesto el nacimiento del grupo de árbitros de Zona LEB, a partir del antiguo Grupo I. Este colectivo celebró sus habitual clinic veraniego en dos turnos, uno en Madrid a finales de junio y otro en Guadalajara a mediados de julio.

El primero de esos turnos se celebró en Madrid entre el viernes 29 de junio y el domingo 1 de julio. Un año más, esta actividad formativa contaba con el patrocinio del Comité Olímpico Español y del Consejo Superior de Deportes.

La inauguración corrió a cargo de Ramón Granados García de Tomás – Adjunto al Presidente de la FEB; Pedro Rocío Sánchez – Coordinador del Área de Árbitros; y Víctor Mas Rafols – responsable del grupo.

Granados agradeció presencia de estos sesenta árbitros, así como de los técnicos que se han concentrado en la capital madrileña. Asimismo animó a todos ellos a participar activamente en las jornadas, y sacar el máximo provecho de las mismas.

Pedro Rocío, por su parte, explicó a los asistentes las novedades para la próxima temporada, tras la reestructuración de la Adecco LEB con el nacimiento de una nueva competición.

Por su parte Víctor Mas, instructor nacional FIBA y miembro de la Comisión Técnica de FIBA EUROPA, recordó a los cuatro compañeros de Grupo I que han decidido colgar el silbato, felicitó a los dos ascendidos a ACB (Luis Miguel Castillo y Jorge Muñoz), y dio la bienvenida a los dieciocho nuevos compañeros.

La primera de las charlas la impartió José Ramón Cuspinera (Seleccionador Nacional U16 Masculino) sobre fundamentos del juego, explicando las jugadas más características de las competiciones de Zona LEB, y cuáles son las mejores formas de afrontarlas desde el punto de vista arbitral.

Cuspinera Diéguez afirmaba que no es imprescindible para los árbitros conocer el juego desde el punto de vista del entrenador, *“pero siempre es positivo y bueno, de la misma manera que para el entrenador es positivo y bueno entender el reglamento y los fundamentos del arbitraje. Ayuda bastante a tomar las decisiones con más criterio”*.

Este vizcaíno tiene una dilatada experiencia internacional a pesar de su juventud, lo que le permite asegurar que *“el arbitraje español está en los puestos más altos del ranking mundial. Lo que pasa es que en un mundo en el que el ganador obtiene la gloria y el que pierde obtiene el fracaso, el árbitro puede convertirse equivocadamente en el centro de atención por la frustración que produce la derrota. He podido vivir el baloncesto con perspectiva, y creo que muchas veces somos injustos con las críticas, ya que responden más a un ataque de frustración que a un análisis objetivo de la labor del árbitro”* – concluye Jota.

A última hora de la tarde, Alejandro Vaquera (preparador físico de la Selección U18 Masculina) explicó a los asistentes la importancia de una buena preparación física para que los árbitros puedan tomar decisiones en momento y lugar adecuados.

Vaquera Jiménez, que además es preparador físico del Baloncesto León (ACB) y colabora con FIBA EUROPA en la preparación física de sus árbitros, subraya que *“un buen arbitraje necesita de una buena preparación física”*.

Después de la cena se llevó a cabo el test teórico, en el que los sesenta árbitros pudieron comprobar sus conocimientos de las reglas de juego.



Víctor Mas, Ramón Granados y Pedro Rocío

Día 2: Preparación física y psicología arbitral

La jornada comenzó con la continuación de la charla sobre preparación física de Alejandro Vaquera. Este granadino residente en León se mostraba satisfecho por incluir la preparación física entre los contenidos de un clinic de árbitros. *"Me parece un avance muy importante desde el colectivo arbitral, ya que desde mi punto de vista es un aspecto que muestra la concienciación que tienen hoy en día los árbitros con respecto de un juego que cada vez es más rápido y más exigente a nivel físico para todos los que forman parte de él"*.



Carlos Avilés recibe el homenaje por su retirada

Vaquera Jiménez piensa que la preparación física de los colegiados tiene una *"importancia vital, ya que un árbitro que no esté físicamente en condiciones de seguir el juego, y a su vez en condiciones de aguantar cuarenta minutos de partido, es muy difícil que pueda estar fresco en todas sus decisiones. Hay que pensar que los equipos se preparan en conciencia para conseguir un alto rendimiento físico en los partidos, y los árbitros (los cuales no disponen de sustituciones) deben seguir de cerca ese partido y llegar incluso antes que los jugadores a las diferentes acciones del juego"* – afirma.

Alejandro opina que *"la pretemporada es la parte más importante del año, ya que te capacita para ser capaz de mantener un buen estado físico durante el año"*. Por ello, el objetivo primordial de la pretemporada debe ser *"trabajar una buena capacidad y potencia aeróbica para que, durante el año, nuestro estado de forma no se resienta y podamos mantener un buen nivel de rendimiento a lo largo de la temporada"*.

El consejo más importante para estas vacaciones es *"trabajar durante el verano y no dejarse llevar, ya que luego cuesta mucho volver a ponerse en forma. Con tres días a la semana de trabajo aeróbico es suficiente en los meses de post-temporada, y de esta manera aumentar el*

trabajo una vez llegada la pretemporada (al menos un mes antes del inicio de la competición)".

A continuación Víctor Mas presentó el Play Situations 2007, la última producción audiovisual de FIBA EUROPA. En ella se pueden visualizar las distintas situaciones que se pueden producir en un partido de baloncesto, y cómo han de obrar los árbitros en cada una de ellas.

La tarde estuvo ocupada por la charla de José Carlos Jaénes Sánchez, Doctor en Psicología, con ejercicios y consejos para controlar la presión y el estrés. Toda una novedad muy bien acogida por los árbitros participantes.

El momento más emotivo de las jornadas llegó a última hora de la tarde, con la entrega a los dos ascendidos a ACB, Luis Miguel Castillo y Jorge Muñoz, de sendas camisetas firmadas por sus compañeros, y el tradicional reloj que se entrega a los que dejan el grupo. Esos mismos obsequios recibió también Carlos Avilés, uno de los cuatro árbitros que se retiran, tras 11 años en categorías federativas.



José Carlos Jaénes, durante su exposición

Para terminar, se organizó un merecido homenaje a Juan Manuel Uruñuela, árbitro de Zona LEB e internacional de baloncesto en sillas de ruedas. Uruñuela es, sin duda alguna, uno de los mejores árbitros del mundo en esta modalidad deportiva, habiendo participado en tres Mundiales, dos Juegos Paralímpicos y una decena de Europeos.

Día 3: Medicina y clausura

Las jornadas técnicas llegaron a su fin, tras dos intensos días de charlas sobre los distintos factores que afectan al arbitraje: preparación física, psicología, mecánica, criterio, etc.

La última sesión comenzó a las nueve de la mañana con una interesante charla de Fernando Garzón, técnico de Zona LEB, sobre la forma más efectiva de analizar los encuentros en DVD.

Seguidamente fue Miguel Ángel Velasco quien realizó una exposición sobre situaciones de juego recopiladas a partir de los videos de la temporada. Seguidamente se visualizó con Víctor Mas un DVD de violaciones de avance ilegal editado por la Federación Española de Baloncesto.

A media mañana fue Charo Ureña, Jefa de los Servicios Médicos de la FEB para los árbitros, quien habló sobre el protocolo lesional del colectivo, y formas de gestionarlo desde FIBA EUROPA (de cuya Comisión Médica es miembro) y FEB.

Ureña piensa que "los árbitros son deportistas, y como tales necesitan de una buena salud para mejorar su rendimiento. Por ello entiendo que los aspectos médicos deben de estar integrados en estos clinics, al igual que los físicos y técnicos, cada uno con la importancia que le corresponde".

La doctora enfoca su labor para con los árbitros desde el punto de vista de la prevención, destacando como principales problemas del colectivo "las lesiones del tren inferior, patologías de sobrecarga, tobillos, lumbalgias, etc".

Muchos problemas de estos se pueden prevenir, por ejemplo "haciéndose un estudio plantar para corregir la pisada, mejorando la nutrición e hidratación, con



Miguel Ángel Garmendia Zorita
Comité Madrileño

"Este formato de Clinic me parece muy positivo, ya que antes consistía en charlas de coloquio sin un guión fijo. Actualmente tenemos a ponentes que saben mucho de baloncesto, no sólo de arbitraje, y que preparan adecuadamente sus charlas.

Todo ello viene unido a la utilización de las nuevas tecnologías, algo que considero fundamental para la formación arbitral".

exámenes bucodentales y visuales, o compensando las cargas de trabajo. Algunos entrenan de pronto muy fuerte y luego no hacen nada... es necesario un programa coordinado, y un mantenimiento físico" – concluye Ureña.

Finalmente, a las 13:30 horas se clausuró este Clinic de Zona LEB con la presencia de Ángel Palmi Visa – Presidente del Comité Técnico de Árbitros; Pedro Rocío – Coordinador del Área de Árbitros; y Víctor Mas – responsable del grupo.



Xavier Millera Mas
Comité Catalán

"El Clinic me ha parecido muy provechoso y positivo. Hemos visto los principales fallos técnicos cometidos durante la temporada y cómo subsanarlos. También hemos salido muy contentos de la charla del psicólogo, que vio los puntos clave que afectan al arbitraje de baloncesto.

Por otra parte, cada año se aplican tecnologías más novedosas, lo cual es un punto muy importante y positivo. Yo me dedico a la formación, y está claro que con las nuevas tecnologías se hace más participativo y la gente presta mayor atención.

Para esta nueva temporada espero seguir disfrutando del arbitraje y mejorar respecto a la temporada pasada (no soy nada conformista)".



Óscar Salvador Magallanes
Comité Vasco

"Ha sido una experiencia muy positiva el estar en contacto con compañeros que llevan muchos años en la categoría, de quienes espero aprender mucho. En la cancha transmiten mucha profesionalidad, pero luego sorprende que son personas normales y accesibles.

Las charlas las he encontrado muy interesantes, y destacaría por su novedad la del psicólogo y del preparador físico.

En mi primera temporada en Zona LEB me he marcado los mismos objetivos que para la anterior (primera en Grupo II): trabajar duro para amoldarme lo más pronto posible a la categoría, y aplicar en cada partido lo que me hayan dicho en el anterior".



José Carlos Jaénes Sánchez
Doctor en psicología

“La Preparación Física Tiene gran Importancia a todos los niveles”

¿Cómo valora la participación de un psicólogo por primera vez en este Clinic de Árbitros de la FEB?

Ha sido una verdadera experiencia, desgraciadamente los estudios de arbitraje en baloncesto son escasos, a pesar de la creciente importancia que tiene el campo del arbitraje en Psicología del Deporte. En principio era todo un reto, estar con 61 árbitros con diferentes años de experiencia, y que conocen profundamente el baloncesto, pero me sorprendió muy gratamente su atención, su interés, y el grado de participación que fue en aumento conforme pasaba el tiempo.

Tengo que decir que el grado de dificultad, la complejidad del rol del árbitro, así como la creciente importancia que tiene el baloncesto en nuestra sociedad, hace que su formación y preparación deba ser cada vez más exhaustiva, y estos clinics son de gran importancia. Pude ver el grado de preocupación personal que tiene la FEB por los problemas que puedan tener, algo que siempre es de agradecer, y área donde se debe ser cuidadoso. Igualmente, el hecho de que se graben los partidos y se pueda informar de ello a los árbitros es, desde el punto de vista del aprendizaje, de gran ayuda y dice mucho sobre el interés por su mejora.

En otro orden de cosas, es importante para los psicólogos del deporte que se conozca nuestro trabajo y las posibles aportaciones que podemos hacer en éste ámbito desterrando viejas y obsoletas ideas de la naturaleza negativa de la consulta a un profesional de la psicología del deporte, que se interesa por la mejora, por el rendimiento y en ningún caso tiene connotaciones patológicas o peyorativas.

¿Cómo afecta la presión y el estrés a los árbitros? ¿A todos los niveles?

Los datos que tenemos son escasos. Sabemos de varios factores como la presión ambiental, la importancia del partido, el grado de experiencia de los árbitros, etc.; pero precisamente hemos aprovechado este clinic para hacer un análisis más exhaustivo de las posibles fuentes de estrés, el estado emocional pre-partido y durante el partido en situaciones complejas, así como de la ansiedad y la autoconfianza. En los próximos meses estaremos en disposición de presentar las conclusiones de los datos que tenemos, y es de agradecer la completa disponibilidad de los árbitros a trabajar sobre la batería de pruebas que se les entregó, lo que dice mucho de su interés por la mejora y la creencia de la eficacia de su cometido.

En teoría los más noveles, los que tienen menos experiencia, son los que más lo padecen. Hemos de tener en cuenta que, aunque no se trabajen sistemáticamente técnicas psicológicas que ayuden a mejorar el control de las situaciones, los árbitros a lo largo de su experiencia – exposición, aprenden y desarrollan habilidades para enfrentarse a las diferentes situaciones. De alguna forma es importante hacerles llegar que, aunque no saben que lo hacen, desarrollan patrones de afrontamiento personales, que seguro y dado su nivel son de gran éxito.

¿Se puede controlar? ¿Algún breve consejo?

Evidentemente, primero hay que localizar las fuentes de estrés, intentar saber como afectan al árbitro y posteriormente desarrollar tareas y trabajo psicológico que siendo practicado entrenado sistemáticamente, ayude en diferentes situaciones. De hecho, en el clinic se presentó una serie de técnicas que sabemos que son eficaces para enfrentarse a diferentes situaciones estresantes.

Como consejo, para los que estuvieron en el clinic, les diría que traten de poner en práctica aquellas cosas que les parecieron útiles durante nuestra reunión en Madrid.



Guadalajara acogió el 2º turno del Clinic de Zona LEB

Una treintena de árbitros de Zona LEB celebraron su concentración de pretemporada en Guadalajara, donde permanecieron junto a varios técnicos federativos desde el 20 al 22 de julio.

Cuatro de estos árbitros habían llegado un día antes para dirigir en Miguel Esteban (Toledo) un encuentro de preparación para el Europeo U18 Masculino entre España y Grecia.

A las 16:00 del viernes se inició la agenda de actividades con la bienvenida del Coordinador del Área de Árbitros, Pedro Rocío Sánchez, y del responsable arbitral de Zona LEB, Víctor Mas Rafols. Ambos animaron a los participantes a sacar el máximo provecho a estas jornadas, celebradas paralelamente al Torneo Internacional de Guadalajara.

A continuación realizaron una prueba teórica y se dividió a los árbitros en tres grupos, con el objetivo de dinamizar el seguimiento en cancha y el trabajo técnico en sala.

De esta forma, uno de los grupos se desplazaba al Polideportivo Municipal "David Santamaría" para dirigir los partidos Grecia – Alemania y España – Estonia (también una pareja por mitad de partido). Mientras tanto, los otros dos grupos asistían a sendas charlas sobre mecánica y violaciones, impartidas por los técnicos José Galerón y Jesús Colomo respectivamente.

La jornada finalizó con la visualización de los DVD de los encuentros disputados esta misma tarde, por parte de los árbitros que los dirigieron.

Las actividades del sábado comenzaron a las 09:00 con una interesante charla de Alejandro Vaquera, preparador físico de la Selección Española U18 Masculina y del Baloncesto León. Vaquera Jiménez, que colabora habitualmente con FIBA EUROPA y FEB en la preparación física de los árbitros, abarcó todas las inquietudes que expresaron los asistentes sobre este campo.

Seguidamente Víctor Mas, responsable técnico de este grupo, impartió una charla sobre situaciones de juego apoyándose de la última "joya" audiovisual editada por FIBA EUROPA: Play Situations 2007.

Tras la comida tuvo lugar una breve charla de Pedro Rocío, Coordinador del Área de Árbitros de la FEB, sobre



Árbitros y técnicos participantes en el Clinic

las normas administrativas para la temporada 2007/08.

A continuación, los árbitros volvieron a dividirse en grupos y, mientras uno de ellos se dirigía al polideportivo municipal para dirigir el Grecia-Estonia y España-Alemania, los otros dos continuaban trabajando mecánica y criterio de violaciones con los técnicos José Galerón y Jesús Colomo.

Para terminar, los colegiados que dirigieron los encuentros esta jornada analizaron las grabaciones con José Galerón para detectar y corregir errores, tanto de mecánica como de criterio.

El segundo turno del Clinic de Árbitros de Zona LEB llegó a su fin el domingo 22 de julio, después de tres días de intenso trabajo técnico y dirigir los encuentros del Torneo Internacional de Guadalajara.

A las 09:00 fue Pedro Rocío, Coordinador del Área de Árbitros FEB, el encargado de despedir a los participantes, agradecerles su esfuerzo durante estos días, y desearles una buena temporada 2007/08.

También se recordó a los cinco compañeros que cuelgan el silbato: Emilio García Prieto, Ricardo Aparicio Ayala, Oscar Giménez Terol, Pedro Sotoca Aznar y Javier Utrilla Fernández. Aunque ninguno de ellos pudo asistir, todos sus compañeros firmaron unas camisetas que se les harán llegar como recuerdo.

C L I N I C D e Z O N A L E B

Seguidamente se dividieron en grupos, acudiendo diez colegiados al polideportivo para dirigir el Alemania-Estonia y España-Grecia. El combinado español, capitaneado por Ricky Rubio, se proclamaba campeón invicto y se reivindicaba como aspirante a la medalla de oro en el Europeo de Madrid.

Los otros dos grupos permanecieron en el hotel, analizando sobre video el criterio de violaciones y los principales errores de mecánica arbitral detectados esta temporada.

Tras la comida, la mayoría de los participantes había abandonado Guadalajara para retornar a sus lugares de residencia y disfrutar del verano con sus familias. Sólo el grupo que dirigió los encuentros de la mañana se quedó hasta las 17:00 analizando los videos de los partidos con el técnico Víctor Mas

ÁRBITROS DE ZONA LEB - 2007/08

AFONSO CASTILLO, Fº Javier	CANARIAS	LUCAS DE LUCAS, Angel de	CAST-MANCHA
AGUILA SANCHEZ, Jose Antonio del	ANDALUCIA	MADRID SOLER, Enrique	VALENCIANA
ALBACETE CHAMON, Angel	CAST-MANCHA	MARIN RODRIGUEZ, Fº Asis	CATALUÑA
ALDAZ ESCUDERO, Daniel	NAVARRA	MARTIN GRANADOS, Conrado	EXTREMADURA
ALMENDROS JIMENEZ, Juan Carlos	ANDALUCIA	MARTIN RICO, Francisco	MADRID
ALONSO MARTIN, Roberto	VASCO	MARTIN VEGA, Mauricio	ANDALUCIA
ALONSO MORAN, Raúl	CANTABRIA	MARTINEZ FERNANDEZ, Jorge	CAST-LEON
BENEITEZ RODRIGUEZ, Javier	CAST-LEON	MARTINEZ PRADA, Jesús M.	ASTURIAS
BEY SILVA, Luis	ANDALUCIA	MARTINEZ RODRIGUEZ, José Ramón	VALENCIANA
BEY SILVA, Rafael	ANDALUCIA	MARTINEZ SANCHEZ, Fº Javier	CANTABRIA
BLANCO CASTELLO, Raúl	VALENCIANA	MILLERA MAS, Xavier	CATALUÑA
BRAVO LOROÑO, Fº Javier	VASCO	MORALES GARCIA-ALCAIDE, Juan P.	MADRID
CALATRAVA CUEVAS, Fernando	VALENCIANA	MORALES RUIZ, Germán	ANDALUCIA
CARPALLO MIGUELEZ, Juan Gabriel	CAST-LEON	MULET ALLES, Araceli	CATALUÑA
CLEMENTE GARCIA, Luis	GALICIA	OLVERA ALGUACIL, Ernesto	CATALUÑA
COLADAS LOIS, Pedro	ANDALUCIA	PAGAN BARO, José Antonio	CATALUÑA
DIAZ HERNANDEZ, Iván	CANARIAS	PALENZUELA PASTRANA, Miguel A.	CAST-LEON
FEIXA IBAÑEZ, Jordi	CATALUÑA	PALOMO CAÑAS, Mariano	ANDALUCIA
FRAILE CARRASCO, Alberto	MADRID	PERERA GIMENEZ, Alberto	VALENCIANA
GARCIA CORONILLA, José A.	ANDALUCIA	PEREZ BERMEJO, Jon	VASCO
GARMENDIA ZORITA, Miguel Angel	MADRID	PEREZ REDONDO, José María	MADRID
GOMEZ LOPEZ, Susana	MURCIA	PINELA GARCIA, Juan Alberto	CAST-LEON
GONZALEZ ARTIME, Alejandro	ASTURIAS	PLA GIMENEZ, Josep	CATALUÑA
GONZALEZ CRESPO, Roberto	VASCO	PLANELLS CAICEDO, David	CANARIAS
GONZALEZ CUERVO, Juan Fco.	CAST-LEON	PLAZA URRUTIA, Francisco	BALEARES
GONZALEZ DIAZ, Fermín	ASTURIAS	POMBO MARTIN, Esteban	ASTURIAS
GONZALEZ ESCOBAR, Jorge	CAST-LEON	QUINTAS ALVAREZ, Asier	VASCO
GONZALEZ ZUMAJO, Angel	MADRID	RASTROLLO GARCIA, Francisco	EXTREMADURA
GUILLAN RIVEIRO, David M.	GALICIA	REDONDO ABRIL, Juan Manuel	EXTREMADURA
HERNANDO PRIOR, Marta	CATALUÑA	RIAL BARREIRO, Jacobo	GALICIA
JEREZ VAZQUEZ, Javier	MADRID	RODRIGUEZ AVILA, José Fº	VALENCIANA
LABRAC NARANJO, Rodrigo	ANDALUCIA	RODRIGUEZ CUBERO, Alvaro	CAST-LEON
LOPEZ CORDOBA, José Luis	MADRID	RODRIGUEZ DE RADA, Juan C.	CANARIAS
LOPEZ HERRADA, Enrique M.	ANDALUCÍA	SABIN MORENO, Pablo	GALICIA
LOPEZ LUIS, Alvaro	VASCO	SALVADOR MAGALLANES, Oscar	VASCO
LOPEZ MARTINEZ, Clemente	CATALUÑA	SAN CECILIO CEJUELA, Raúl	VALENCIANA
		SANCHEZ ARDID, Alberto	CATALUÑA
		SANCHEZ BAU, Miguel Angel	CATALUÑA
		SANCHEZ MARTIN, Raúl	MADRID
		SANCHEZ MOHEDAS, Rubén	VASCO
		SANTANA MORALES, Ricardo B.	CANARIAS
		SOLER ALVAREZ, Jordi	CATALUÑA
		SORIANO LOPEZ, Angel Jesus	MURCIA
		SOUTO FARTO, Juan Carlos	GALICIA
		TERREROS SAN MIGUEL, José Mª	RIOJA
		TORTELLA MUNS, Marc	CATALUÑA
		TUTOR MARTINEZ, Mario	ARAGON
		URUÑUELA URUÑUELA, Juan M.	VASCO
		VALLE IGLESIAS, José María	MADRID
		VAZQUEZ FERNANDEZ, David	MADRID
		VAZQUEZ GARCIA, José	CATALUÑA
		VELASCO BARRIOS, Fº José	ANDALUCIA
		ZAFRA GUERRA, Fº José	VALENCIANA
		ZAMORA RODRIGUEZ, Antonio M.	VALENCIANA
		ZAMORA RODRIGUEZ, Norberto	VALENCIANA

Luis M. Castillo y Jorge Muñoz, árbitros de ACB

En la mañana del miércoles 27 de junio, el Departamento de Arbitraje de ACB ha comunicado su decisión de incorporar a su competición a Luis Miguel Castillo Larroca y Jorge Muñoz García, hasta ahora árbitros del Grupo I de la FEB.

Castillo Larroca se inició en el arbitraje en 1995, permaneciendo cuatro años en Grupo II y dos más en Grupo I. En cuanto a Muñoz García (Andalucía), comenzó a arbitrar en 1994, pasando un año en Grupo II y otros cuatro en Grupo I.

El árbitro murciano aseguraba haber recibido la noticia como *“una sorpresa muy grande y muy grata, que no sé explicarla con palabras. Ahora mismo estoy en una nube, recibiendo llamadas de felicitación de los compañeros. Es una alegría porque veo reconocido el trabajo de muchos años, pero también siento tristeza por dejar la Federación Española de Baloncesto”*.

Muñoz García, por su parte, se mostraba *“muy feliz e ilusionado por lo que me espera la temporada que viene; y satisfecho porque el trabajo de todos estos años está dando sus frutos. También estoy muy agradecido tanto a la FEB como a la Federación Andaluza por todos estos años de formación, y muy especialmente a sus técnicos”*.



Germán Morales hace entrega a Jorge Muñoz de un reloj



Castillo recibe una camiseta firmada por sus compañeros

Castillo Larroca considera muy importante *“adaptarse a la competición y a los compañeros. Conozco a los últimos que se han incorporado a la ACB, pero está claro que tendré que adaptarme al grupo humano y a los equipos”*.

El árbitro cordobés reconoce que echará de menos a los compañeros, *“con los que me he sentido muy a gusto, y me han ayudado mucho”*. Para su primera temporada en ACB espera *“ir partido a partido, y seguir con el secreto que he estado aplicando en la FEB: mucho trabajo e ilusión; si escuchas los consejos de los demás y trabajas, tendrás tus frutos”* – concluye Jorge Muñoz.

Bultó y Pérez Niz participan en la Liga de Verano de la ULEB

Los internacionales Vicente Bultó y Miguel Ángel Pérez Niz fueron los representantes del arbitraje español en la Liga de Verano de la ULEB, celebrada en Lido di Jesolo (Italia) entre el 28 de junio y el 1 de julio.

Esta localidad italiana acogió los enfrentamientos entre cinco de los mejores clubes del continente (Maccabi Tel Aviv, Lottomatica Roma, Benneton Treviso, Zalgiris Kaunas y Union Olimpija Ljubljana), además de combinados de Euroliga, ULEB y liga china.



Miguel A. Pérez Niz (izda) y Vicente Bultó (dcha), en Jesolo

Requena se retira tras 25 años en la élite del arbitraje

Juan Antonio Requena ha tenido un silbato colgado del cuello durante tres décadas, habiendo participado en todas las temporadas de ACB, y escribiendo jornada a jornada un brillante historial deportivo. Por todo ello, recibió un más que merecido homenaje por parte de la FEB durante el España-Alemania en Valencia, partido que él mismo dirigió.

Este colegiado madrileño había arbitrado unos días antes su último encuentro oficial en su ciudad natal: la final de consolación del Europeo Junior entre Lituania y Letonia. Visiblemente emocionado, al término del partido declaraba a ACB.com sentirse feliz *“por cómo se ha portado la gente, y el reconocimiento de todos los estamentos”*.



Foto: ACB.com

Su despedida definitiva tuvo lugar el pasado día 22 de agosto, tras dirigir como árbitro principal el España - Alemania en la Fuente de San Luis. En el intermedio del partido, Juan Martín Caño, vicepresidente de la Federación Española de Baloncesto, le entregó una

placa en reconocimiento de su labor y entrega a lo largo de estos años.

¿Te arrepientes ahora de no haber podido continuar tu carrera como jugador?

Siempre me gustó muchísimo jugar, en mi colegio, los Dominicos, el baloncesto era y sigue siendo el deporte rey. Me hubiera gustado seguir mi carrera como jugador, pero viendo que no me fue mal como árbitro, no me arrepiento.

Descríbase a sí mismo como persona y como árbitro.

Una persona muy normal, amigo de mis amigos. Como árbitro me considero como un tipo con suerte, el haber sido jugador fue algo fundamental, me valió para subir peldaños de manera rápida, hay que tener en cuenta que en cuatro o cinco años ya estaba arbitrando en Primera División. Estoy muy agradecido a la ACB en el sentido que trabajan muchas facetas, y en concreto del arbitraje, cada año practicando líneas nuevas. Dado mi interés por estar al día y cumplir las expectativas, ha sido lo que ha hecho que fuera creciendo.

Tres décadas arbitrando al máximo nivel dan para mucho, pero, ¿dónde y cuándo comenzó todo?

Al ver un anuncio en el periódico sobre un curso de árbitros empezó todo. Primero pitando en categorías base, a continuación en 1ª B un par de años, para ya luego alcanzar la Primera División, donde tuve la suerte de arbitrar un Barcelona-Madrid muy temprano. Presenció el nacimiento de la ACB; en 1988 comencé a arbitrar a nivel internacional; en el 2000 comencé con la Euroliga... No me puedo quejar.

¿Qué es más difícil ser imparcial en la vida o en la cancha?

“el arbitraje en ACB es el mejor de Europa, al igual que su baloncesto”

En los dos sitios, el día a día y el partido a partido es lo que te hace aprender en cada momento.

¿Cuál ha sido el partido más difícil de arbitrar?

Han sido tantos... partidos de copa que tienen un color especial; partidos de play-off que son otra atmósfera; los derbis...no te sabría decir.

Dada su larga trayectoria, ¿cómo ve el nivel arbitral en nuestro país en la actualidad, mejor o peor que antes?

Lo veo muy bien, al haber viajado a varios países, al conocer compañeros extranjeros, creo que lo digo con conocimiento de causa. El arbitraje español ha estado siempre ahí, en lo más alto, y pienso que seguirá estándolo. El arbitraje en ACB es el mejor de Europa, al igual que su baloncesto.

Una vez retirado del arbitraje, ¿qué le gustaría hacer?

Pues estoy muy ilusionado, el departamento quiere seguir contando conmigo como comisario de mesa, lo que me hace estar muy contento porque significa que sigo dentro del mundillo. Voy a poder estar siguiendo la evolución del baloncesto, del arbitraje, y colaborando en lo que me requiera la ACB.

¿Cómo querría que le recordasen como árbitro?

Como un buen compañero. Que nadie pudiera decir que no me ha encontrado cuando le hice falta.

Mitjana dirige la final del Mundial U19 Masc.

Juan Carlos Mitjana ha vuelto a marcar un hito en su carrera deportiva, tras ser designado para dirigir la final del Campeonato del Mundo U19 Masculino en Novi Sad (Serbia).



Mitjana Mitjana Lechuga, que tuvo por compañeros a un árbitro canadiense y a otro brasileño, se mostraba *"muy satisfecho por esta designación, ya que es otra institución diferente de la Euroliga la que valora mi trabajo. Y por supuesto, estoy contento por el lugar en el que deja al arbitraje español"*.

El encuentro, que finalizó con la victoria del equipo anfitrión por 69-74, fue muy tenso al tratarse de equipos tradicionalmente rivales como de Serbia y Estados Unidos. *"Incluso cuando sonaban los himnos, se podía oír al público chillando. Afortunadamente, luego resultó ser un encuentro bastante relajado en cuanto a control de partido se refiere"*, afirma el árbitro catalán.

Lejos de descansar, Juan Carlos comenzará en breve a prepararse las pruebas físicas para el Stage de la ACB, y dirigirá el 29 de agosto en Alicante el España-Francia de preparación para el Eurobasket de Madrid. *"Me hace ilusión comenzar la temporada pitando al equipo nacional"*, concluye Mitjana.

Víctor Mas participa en el Clinic de Instructores Internacionales

Víctor Mas, instructor internacional y miembro de la Comisión Técnica de FIBA EUROPA, ha participado entre los días 22 y 24 de junio en el Clinic de Instructores Internacionales, celebrado en la isla de Gran Canaria.

La actividad se desarrolló en dos turnos, y a ella acudieron también los árbitros de promoción seleccionados por las distintas Federaciones Nacionales. Aunque instructores y árbitros tenían programas distintos, realizaron también algunas actividades conjuntas. El trabajo realizado con este grupo de árbitros contemplaba la unificación de criterios, trabajo psicológico, preparación física y *coaching*.

Por las mañanas llevaban a cabo la preparación física en la playa con Alejandro Vaquera, colaborador habitual de FIBA EUROPA. Las sesiones de tarde consistían en dirigir dos encuentros, cambiando de trío arbitral en cada periodo. A cada instructor se le asignaban dos árbitros diferentes cada día, a quienes comentaban situaciones tras cada actuación. A continuación, todos ellos visualizaban los encuentros con Richard Stokes, técnico de FIBA EUROPA.

Durante estas jornadas, los instructores reciben información sobre criterio arbitral recopilada en los *teaching materials*; y sobre *coaching*. Asimismo Rafael Peyro, profesor de baloncesto en la Universidad Politécnica de Madrid, explicó a árbitros e instructores los principales conceptos de táctica y juego.

Por último, se realizó una demostración del funcionamiento del acta digital (que se utilizará en el Eurobasket de Madrid), y del Observer (aplicación para el seguimiento y formación arbitral).

Mas Rafols se mostraba a su regreso muy satisfecho, ya que *"han sido unas jornadas muy gratas y aprovechables para los árbitros e instructores que hemos participado"*.



