

entrenadoresFEB



DIGITAL 15/07/06

04

**málaga - DEL 15 AL 29 DE JULIO**



**XXX CURSO SUPERIOR  
DE ENTRENADORES**

# Un cumpleaños especial

Estimados entrenadores y entrenadoras, bienvenidos al trigésimo Curso Superior de Entrenadores que organiza y dirige la Federación Española de Baloncesto en colaboración con la Federación Andaluza de Baloncesto.

Este año celebramos un cumpleaños especial, ya que son tres décadas las que organizamos con enorme satisfacción el Curso Superior. Por él han pasado todos los entrenadores nacionales que actualmente ejercen su función en España e incluso en otros países.

Treinta años donde el objetivo ha sido y será la mejor formación de los entrenadores de baloncesto; una formación actual y vanguardista, que ha contado y cuenta con los mejores profesionales al servicio de los alumnos.

Un año más, esta propuesta educativa vuelve a retarse así misma para ofrecer una educación de mayor calidad, novedosa, con una enorme utilización de las nuevas tecnologías, que quiere enseñar desde el baloncesto para que podamos aprender de él. En estos meses, pasarán por el Curso Superior entrenadores de enorme e indiscutible prestigio que ofrecerán su peculiar visión de este maravilloso deporte.

El Gabinete Técnico de la FEB, que trabaja diariamente en pro del baloncesto, ha desarrollado este curso con enorme ambición y deseo, para que sea la culminación de la formación que un día ustedes iniciaron en sus respectivas Federaciones Autonómicas.

Es un placer contar con ustedes para iniciar este reto de enseñanza y aprendizaje, desafío que desde aquí le proponemos para lograr su mejor y más completa formación. Para ello contarán con todo el apoyo y asesoramiento del Gabinete Técnico de la FEB, con el fin de ayudarle en el logro de sus objetivos.

El proyecto educativo del que desde este preciso instante forman parte, cuenta con un amplio programa de contenidos de alto nivel en baloncesto,



MARINA BERNAL

adecuados a los requerimientos que el Real Decreto 234/2005 de 4 de Marzo propone dentro de la titulación de Técnico Deportivo Superior, y que a buen seguro satisfará sus necesidades formativas.

Por todo ello esperamos que todo el programa sea de su agrado y les sea útil para continuar enriqueciendo su sabiduría acerca de este deporte llamado BALONCESTO.

José Luis Sáez  
Presidente FEB

# El momento culminante

**Al margen de la necesidad de conocer y aprobar las diferentes materias imprescindibles en la formación de un entrenador superior, el curso tiene el aliciente del continuo contraste de pareceres con técnicos de dilatada experiencia o incluso entre los mismos alumnos que comparten y comparan experiencias**



Llega el momento culminante de los entrenadores en formación. Esta conclusión no sale de una sensación personal sino como consecuencia de haber pulsado opiniones de diferentes entrenadores que desde sus respectivos destinos conservan un recuerdo muy especial de esas dos semanas de inmersión en el baloncesto. Muchos de ellos me confiesan la ilusión que tendrían por volver a reencontrarse en la situación de alumno del Curso Superior y más ahora con las incorporaciones de las nuevas tecnologías y de un sistema de aprendizaje basado en la participación activa del alumno.

Por delante quince días de baloncesto desde todos los puntos de vista. Dos semanas para recibir la formación de profesionales con suficiente bagaje y experiencia como para poder transmitir conocimientos y consejos. Intensas jornadas de convivencia entre entrenadores procedentes de todas las autonomías y con los que se establecerán lazos inolvidables.

Al margen de la necesidad de conocer y aprobar las diferentes materias imprescindibles en la formación de un entrenador superior, el curso tiene el aliciente del continuo contraste de pareceres con técnicos de dilatada experiencia o incluso entre los mismos alumnos que comparten y comparan experiencias.

Bienvenidos a una nueva edición de la fase presencial del Curso Superior. Hemos trabajado durante muchos meses para que estos quince días de julio sirvan como punto de partida en el desarrollo de una actividad fundamental en el baloncesto. Desde el Gabinete Técnico de la FEB y como Director Deportivo de la FEB deseo suerte a todos consciente del esfuerzo realizado tanto por alumnos como por profesores durante los meses previos y seguro de que esta experiencia servirá para tener más herramientas a la hora de dirigir los equipos.

*Ángel Palmi*  
 Director Deportivo FEB y Director de la Escuela Nacional de Entrenadores

## **miguel martín,** DIRECTOR DEL CURSO SUPERIOR



Con este curso superior alcanzamos la madurez en la idea de la interactividad, con un proyecto que se consolida y que al tiempo innova con propuestas -como el aula virtual, los foros y las sesiones de video- que enriquecen el proceso de enseñanza-aprendizaje, tanto para alumnos -facilitando su acceso a los contenidos, participación y cercanía con los profesores-, como para los propios docentes -encontrando pedagogías menos expositivas, de más debate y confrontación de ideas-. Estamos seguros de que el formato va a resultar tremendamente beneficioso para la formación del entrenador y, por ende, para los jugadores de éstos.

## **JOTA CUSPINERA,** responsable OFICINA TUTORIAL



Os animo a no dejar de reflexionar acerca de aquello que os cuenten así como a completar la información recibida con vuestra propia aportación a cada uno de los temas que allí se traten...

Una vez finalizada la fase presencial estamos ya preparados para iniciar la estancia en Málaga. Durante estos meses hemos ido acostumbrándonos a ver el baloncesto desde 4 puntos de vista (formación, entrenamiento, dirección y táctica), tanto en el desarrollo de las distintas tareas del ejercicio profesional como en la reflexión y análisis que hacíamos de cada Unidad Didáctica. Ahora, en la fase presencial, esperamos que este nuevo enfoque nos sea conocido, que nos hayamos acostumbrado a pensar en cada aspecto de la cancha desde cada uno de esos puntos de vista...lo cual, a buen seguro, nos ha hecho reflexionar sobre cosas que, en algún aspecto, teníamos abandonado.

# C U A D R O D E H O R A R I O

## FASE PRESENCIAL

|              | 09:00 - 10:00                                      | 10:00 - 11:00                                       | 11:00 - 12:00                                  | 12:00 - 13:00                                 | 13:00 - 14:00   | 17,00 - 18,00   | 18,00 - 19:00  | 19,00 - 20:00  | 20,00 - 21:00                                      |                                      |
|--------------|--|---|--|---|---|---|--|--|--|--------------------------------------|
| SABADO 15    |  |   |  | INCORPORACION                                 |   | INAUGURACIÓN CES  | SER ENTRENADOR MONCHO MONSALVE                       | DINAMICA DEL CES MIGUEL MARTIN                                       | FORMACION GRUPOS TUTORES                           |                                      |
| DOMINGO 16   | EXAMEN BLOQUE COMÚN                                | CONTRAATAQUE PEDRO MARTINEZ                         |  | BALANCE DEFENSIVO PORFIRIO FISAC              |   | TRANSICIÓN PEDRO MARTINEZ   |  | VIDEO ANALISIS LLEGAR JUGANDO  | FORO PEDRO MARTINEZ                                |                                      |
| LUNES 17     | PRINCIPIOS DEL JUEGO Y METODOLOGIA RICARD CASAS    |   | EJER. PROF. TAREA 1                            | AYUDAS, ROTACIONES Y ESPACIOS PORFIRIO FISAC  |   | JUEGO DE BLOQUEOS RICARD CASAS                                      |  | VIDEO 2 CONC. DEFENSIVOS   | FORO DEFENSA PORFIRIO FISAC                        |                                      |
| MARTES 18    | REGLAS: REGLAS Y JUEGO PEREZ NIZ                   |   |  | CONSTRUCCIÓN DE JUEGO RICARD CASAS            |   | VIDEO 3 CONC. OFENSIVOS   | FORO: ATAQUE RICARD CASAS                            | RELAC. ENTREN-ARB. PEDRO ROCIO                                       | FORO: REGLAMENTO AREA ARBITRAJE FEB                |                                      |
| MIÉRCOLES 19 | CONSTRUIR MOVIMIENTOS Y SISTEMAS DOMINGO DIAZ      |   | PUESTA EN COMÚN PRÁCTICOS 1                    |   | SOLUCIONES DEFENSIVAS ALFRED JULBE                      |   | EJER. PROFESIONAL TAREA 2                            | ANALISIS ESTRUCTURA BALON  | FORO: BALONCESTO ESPAÑOL ANGEL PALMI Y PACO TORRES |                                      |
| JUEVES 20    | ATAQUES ESPECIALES DOMINGO DIAZ                    |   | PUESTA EN COMÚN PRÁCTICOS 2                    |   | DEFENSAS MIXTAS ALFRED JULBE                            |   | VIDEO 4 ESTRUCTURAJUEGO                              | FORO J. ESTRUCT. DIAZ Y JULBE  | EJERCICIO PROFESIONAL TAREA 3                      |                                      |
| VIERNES 21   | REGLAS EXAMEN                                      | DIRECCIÓN DEPORTIVA ALBERTO CHAPULI                 |  | EQUIPOS TÉCNICOS PACO GARCÍA                  |   | FORO: CLUBES-EQUIP GARCÍA Y CHAPULI                                 |  | TARDE LIBRE VISITA TURÍSTICA POR MÁLAGA                              |  |                                      |
| SABADO 22    | DESCANSO   | PLANI. TEMPORADA PACO GARCÍA                        | PLANIFICA. SEMANAL Y ENTRENAMIENTO SILVIA FONT |   | FORO: PLANIFICA. GARCÍA Y FONT                          | EJ. PROFESIONAL TAREA 4   | PSICOLOGIA EN ENTRENAMEN. Y PARTIDOS PEPU HERNÁNDEZ  |  | FORO: DIREC.-PSICOL. PEPU Y PSICÓLOGO              |                                      |
| DOMINGO 23   | PRÁCTICAS DE OBSERVACIÓN JENARO DIAZ               |   | DESCANSO (11:00 A 11:30)                       | PREPARACIÓN FÍSICA NACHO COQUE                |   | ENTRENA. EN CANCHA Y EJ. CON BALÓN NACHO COQUE                      |  | FORO: FISIOLÓGIA, BIOMECÁNICA Y SEGURIDAD ÁREA MÉDICA FEB            |  |                                      |
| LUNES 24     | EXAMEN PREPARACIÓN FÍSICA                          | TALENTOS: FORMACIÓN, DETEC. Y DESARR. RAMÓN JORDANA |  | EL JUG. EXTERIOR JOAN CREUS                   | EL JUG. INTERIOR JUAN ORENGA                            | FORMACIÓN JUGADORES: CONEXIÓN 2X2 ORENGA Y CREUS                    |  | EJER. PROFESIONAL TAREA 5  | FORO: FORMAC. JUG. Y OBSERVACIÓN                   |                                      |
| MARTES 25    | JUEGO DE PRESIONES: DEFENSAS JOAN MARÍA GAVALDÁ    |   | PUESTA EN COMÚN PRÁCTICOS 3                    |   | JUEGO PRESIONES: SOLUCIONES ATAQUE MONCHO MONSALVE      |   | JUEGO DE ZONAS: ATAQUE A DEF. MIXTAS MONCHO MONSALVE |  | VIDEO 5 ANÁLISIS PRESIONES                         | FORO: PRESIÓN-ATAQ. MONSALVE-GAVALDA |
| MIÉRCOLES 26 | J. ZONAS: TRANSICIÓN CONTRA ZONAS MONCHO MONSALVE  |   | PUESTA EN COMÚN PRÁCTICOS 4                    |   | J. ZONAS: DEFENSA: CONCEPTOS Y DIRECC. GUSTAVO ARANZANA | J. ZONAS: ATAQUE: CONCEPTOS Y DIRECC. LOLO SAINZ                    |  | VIDEO 6 ANÁLISIS ZONA  | FORO: ZONAS SAINZ-ARANZANA                         |                                      |
| JUEVES 27    | J. ZONAS: ATAQUE: ENTRENAM. Y PREPARA LOLO SAINZ   |   | PUESTA EN COMÚN PRÁCTICOS 5                    |   | J. ZONAS: DEFENSA: ENTRENAM. Y PREPA. GUSTAVO ARANZANA  |   | EJER. PROFESIONAL TAREA 6                            | EJERCICIO PROFESIONAL TAREA 7  |  |                                      |
| VIERNES 28   | EXAMEN BLOQUE COMÚN Y RECUPER.                     | EXAMEN REGLAS RECUPERACIÓN                          | PUESTA EN COMÚN EJ. PROFESIONAL 6              | DESARROLLO PROFESIONAL Y GESTIÓN PEPE CABRERA |   | TUTORIAS: REPARTO CENTROS DE PRACT. ASIGNACIÓN DE PROYECTOS FINALES |  | TUTORIAS: REPASO TEMARIO PREVIO AL EXAMEN FINAL. RESOLUCIÓN DE DUDAS |  |                                      |
| SÁBADO 28    | EXAMEN. PRUEBA DE CAPACITACIÓN SUPERIOR ESPECIFICO |   |  | CLAUSURA (13:30)                              |   |   |  |  |  |                                      |



- **Contraataque y Transición**  
**PEDRO MARTÍNEZ**
- **Balance defensivo**  
**PORFIRIO FISAC**
- **Conceptos de juego defensivos**  
**PORFIRIO FISAC**
- **Principios y metodología**  
**RICARD CASAS**
- **Conceptos del juego de bloqueos**  
**RICARD CASAS**
- **Construcción del juego por conceptos**  
**RICARD CASAS**



PHOTO-DEPORTE

# Ricard Casas

Que la oficialidad que otorga el título de Entrenador Superior no haga olvidar la importancia del aprendizaje durante estos quince días en Málaga



Quiero transmitir dos mensajes claros. Uno, destinado a alumnos. Que la oficialidad que otorga el título de Entrenador Superior no haga olvidar la importancia del aprendizaje durante estos quince días en Málaga. Otro destinado a los "sabios". Que su "sabiduría" no limite la evolución del curso.

Creo que este mensaje enlaza con el esfuerzo realizado por el Gabinete Técnico de la FEB en cuanto al continuo desarrollo de métodos de aprendizaje y conocimiento a través un trabajo práctico, flexible.

El Curso Superior pretende recopilar, adjuntar y poner en práctica una serie de ideas desde un punto de vista abierto y positivo. Y esa actitud moderna y vanguardista de la FEB debe verse correspondida por todos los que participamos en este Curso, alumnos y profesores.

Por esa razón siento una importante responsabilidad a la hora de preparar mis clases. Porque no quiero estar por debajo de las expectativas y de las intenciones de una FEB proactiva en cuanto a comunicación con el alumno e inquieta por el desarrollo de una formación continua.

No pretendo dar ni charlas, ni clinics y sí integrarme en esta filosofía abierta y universal donde la exposición de ideas esté por encima de la "sabiduría" que uno pueda creer tener. Cada vez vivimos en un baloncesto más enriquecedor en cuanto a aprendizaje. En cuanto a la necesidad de conocer nuevas situaciones. La filosofía del curso va de la mano con la realidad del baloncesto moderno.

# Pedro Martínez

Quien ejecuta mejor los pequeños detalles suele marcar la diferencia. Y claro, hablaremos de esos pequeños detalles tantas veces decisivos

El Curso Superior es una herramienta muy importante en la formación de los técnicos. No solo por lo que transmitamos los entrenadores que impartiremos las clases sino por la propia convivencia, por el día a día entre todos, alumnos y profesores. Lo considero esencial en la mejora y formación de los entrenadores.

Daré tres conferencias, dos en pista y otra en el aula con el soporte informático, con imágenes y diferentes ejemplos. Hablaremos de *llegar atacando* y nos estamos refiriendo a un juego de ataque con una cierta ventaja. Llegamos con superioridad y lo aprovechamos. Llegamos cuando la defensa todavía no está colocada y buscamos nuestras ventajas.

Puede parecer la mayoría de equipos juegan similar pero yo no tengo esa percepción tan definida. Es cierto que todos los equipos buscan los movimientos ofensivos que les faciliten anotar más pero en esos conceptos digamos que comunes se acaba imponiendo



siempre los pequeños detalles. Quien ejecuta mejor los pequeños detalles suele marcar la diferencia. Y claro, hablaremos de esos pequeños detalles tantas veces decisivos.

# Porfirio Fisac

La defensa es importante para todos los equipos, mejores o peores. Podríamos decir que la defensa iguala presupuestos.



Creo que estamos en el punto álgido de los entrenadores. Este Curso es una gran oportunidad para escuchar a técnicos con experiencia y sacar conclusiones propias. Y ese aspecto es importante porque yo no pretendo sentar cátedra de nada sino simplemente explicar lo que a mí me ha ido bien. Espero que alguien le sirva y al que no, que pase página.

De la misma manera que en el ataque puede primar la calidad individual de los jugadores, en la defensa existe un factor determinante que es QUERER. En este sentido y pensando en mi equipo esta temporada, creo que la base del éxito estuvo en que todos los jugadores creyeron en las

diferentes propuesta defensivas que planteamos. Cuando eso sucede, nuestro trabajo suele ser mejor.

Debemos enseñar a leer los ataques. En este sentido me gustará escuchar propuestas ofensivas de los alumnos y a partir de ahí encontraremos soluciones para defenderlas. Y trabajaremos defensa del contrataque no solo tras canasta sino en algo más difícil como es tras pérdida de balón o tiro fallado.

La defensa es importante para todos los equipos, mejores o peores. Pero podríamos decir que la defensa iguala presupuestos

■ **Movimientos y sistemas**  
**DOMINGO DÍAZ**

■ **Soluciones defensivas**  
**ALFREDO JULBE**

■ **Ataques especiales**  
**DOMINGO DÍAZ**

■ **Defensas mixtas**  
**ALFREDO JULBE**



PHOTO-DEPORTE

# Domingo Díaz

Los técnicos de baloncesto tenemos que ser como los médicos. Cada vez que descubren algo que puede mejorar la salud de las personas, deben difundirlo, llevarlo a congresos o publicarlo. Eso los hace ser cada día mejores.



El curso superior no solo es importante porque faculta el que puedas ejercer como entrenador a cualquier nivel en España, sino que además sirve para escuchar todas las experiencias y novedades actuales del baloncesto que se practica no solamente en España, sino en Europa y en el resto del mundo gracias al plantel de profesores que oferta la FEB.

Más que hacer un estudio teórico de lo que pienso de los sistemas de ataque estructurados, los cuales con las nuevas tecnologías y bibliografías existentes, cualquier alumno tiene la posibilidad de nutrirse, prefiero hablar de ello desde el punto de vista de mi experiencia de treinta años sentado en banquillos de todas las categorías del baloncesto, intentando que sea lo más práctica posible y, huyendo de todo dogmatismo, que los alumnos capten la filosofía que empleo en mis sistemas de ataque estructurado.

El baloncesto es como la moda. Unas veces se usan faldas más cortas, otras más largas. Se ponen de moda las zonas, luego dejan de usarse, luego el juego libre, y más tarde el ataque totalmente encorsetado.

Intento ir un poco a la moda, manteniendo mi filosofía del baloncesto, aunque lo realmente importante y que busco es lo que llamo un baloncesto total. Es decir, que las jugadoras desde que pierden la posesión del balón por el motivo que sea, canasta, balón perdido, rebote del equipo contrario... inmediatamente ya están defendiendo y desde que recuperamos la posesión por el motivo que sea, porque nos han metido canasta, porque hemos cogido un rebote... ya estamos atacando.

Lo que está de moda actualmente es llegar atacando, se huyen de los ataques estructurados, pero aún así el

llegar atacando creo que tiene que tener una estructura y un orden y en esa estructura y en ese orden es donde nosotros, los entrenadores, colocamos nuestras piezas en virtud de su condiciones y calidad. Y ahí es donde está lo bonito de entrenar y donde puede estar el éxito o fracaso de nuestro trabajo.

Por ejemplo: la Metodología que empleo en los entrenamientos de sistemas de juego la llamo mixta, porque es SINTÉTICA-ANALÍTICA-SINTÉTICA. El sistema se lo muestro completo a mi equipo técnico y de jugadoras primero de forma global. Si lo comparamos con la construcción de una casa el proceso sería hacer primero los planos; después desfragmentamos el sistema en varias partes y trabajamos con ellos para que las jugadoras se vayan ubicando, mecanizando, dentro del sistema, nos sirve para descubrir nosotros como entrenadores y las jugadoras donde pueden con sus condiciones y calidad sentirse más cómodas dentro del sistema o dónde pueden desarrollarse mejor sus posibilidades; en la casa, sería construir por un lado los cimientos, las paredes, las columnas, el techo, etc.; también estos ejercicios por partes nos sirven para trabajar el timing, es decir, la sincronización y coordinación entre las distintas jugadoras (cuando se inicia un bloqueo, o un corte, o cuando voy al rebote de ataque o al balance defensivo); en la construcción de la casa, todo debe estar nivelado, para que la casa no se nos desmorone; y por último, realizamos el sistema de forma completa en situaciones reales de 5x5 de partido; en la casa, cuando ya hemos puesto todas sus partes, cocina, salón, comedor... nos metemos dentro a vivir... que son cuatro días.

# Alfred Julbe

El estudio del juego para ayudar a hacer valer cada rato que los jugadores pasan contigo ha de ser una constante en la vida del entrenador



Es un gusto personal volver a colaborar como profesor en el Curso Superior ayudando en la mejora personal del entrenador. Lo que más veces me dice un entrenador joven o ya no tan joven respecto al baloncesto de elite es algo parecido a: "me gustaría probarlo".

Mi tarea es siempre intentar convencer al entrenador ya sea en una conversación de calle o en un curso nacional de que esa lucha por probar las ligas superiores se puede vivir parecidamente en cada uno de los equipos y más fácilmente en el estímulo a alguno de sus jugadores.

El estudio del juego para ayudar a hacer valer cada rato que los jugadores pasan contigo ha de ser una constante en la vida del entrenador. Por tanto, me acercaré al Curso Superior de Málaga con mis apuntes sobre defensas cambiantes, mixtas y alternativas pero, a la vez, en cuanto me dejen los alumnos, procuraré recortar detalles que pueda adaptar a partir de preguntas, debates y opiniones.

- **Dirección deportiva**  
**ALBERTO GARCÍA  
CHAPULI**
- **Equipos técnicos**  
**PACO GARCÍA**
- **Planificación**  
**PACO GARCÍA**
- **Entrenamiento**  
**SILVIA FONT**
- **Aspectos psicológicos  
en entrenamiento y  
competición**  
**PEPU HERNÁNDEZ**
- **Observación del juego**  
**JENARO DÍAZ**
- **Preparación física**  
**NACHO COQUE**
- **Entrenamiento integrado**  
**NACHO COQUE**
- **Aspectos seguridad,  
médicos, biomecánicos  
y físicos**  
**DELFIN GALIANO Y  
SERGIO TOBA**



PHOTO-DEPORTE

# Pepu Hernández

Un momento para formarnos no a través de soluciones sino aprendiendo a encontrarlas. No hay que dar peces, hay que enseñar a pescar

Puede que la frase "el fútbol es así" sea adecuada a las características de ese deporte pero lo que estoy convencido es que no lo es al baloncesto. No, "el baloncesto no es así". Los problemas que surgen son propios y solo nosotros tenemos capacidad para solucionarlos.

Ha llegado una nueva edición del Curso Superior, momento muy importante para dar y recibir, para pensar, para crecer. Un momento para formarnos no a través de soluciones sino aprendiendo a encontrarlas. No hay que dar peces, hay que enseñar a pescar.

Los entrenadores estamos obligados a ser creativos, imaginativos. Debemos vivir siempre atentos a nuestros equipos y adelantarnos a los proble-



mas para evitar que lo que es un problemilla se convierta en un problemón. Es importante que sepamos transmitir, que sepamos encender las antenas de nuestros jugadores entendiendo que la motivación, que el estímulo ante nuevos retos debe ser bidireccional. Bienvenidos al Curso Superior.

# Silvia Font

Vale la pena sentarte a pensar en tu equipo, plantearte dónde estás y a dónde quieres ir y diseñar el camino para conseguirlo. Planificar bien una temporada no siempre te llevará al éxito, pero te ayudará...

Para llevar a cabo cualquier profesión, por básica que parezca, son necesarios los conocimientos, y más hoy en día donde el nivel de competencia es cada vez más alto.

Hace muchos años estos conocimientos se transmitían compartiendo las actividades con quienes ya dominaban la materia o con el aprendizaje acierto-error del día a día. Si bien

esto también ayuda para acumular conocimientos, no acaba siendo suficiente, pues el abanico de posibilidades es limitado. El baloncesto es un deporte muy complejo en el que intervienen muchos factores. Por tanto cuanto más información tengas sobre todos ellos más fácil se hará tu trabajo como entrenador.

El objetivo de mi charla es compartir con los alumnos mi propia experiencia de trabajo de planificación semanal. Analizaremos la fase de competición en la que estamos con todos los componentes que la rodean y a partir de ahí, como se desarrollaran las sesiones de entrenamiento de la semana escogida.



Seguramente sentarse a planificar una temporada no es lo que más nos gusta a los entrenadores. Lo nuestro es la pista, el contacto con las jugadoras la técnica, la táctica... y con excesiva frecuencia se acaba llevando la temporada y sus sesiones de entrenamiento con la improvisación, la experiencia vivida o con planificaciones de otros que nada tienen que ver con nuestro equipo.

Vale la pena sentarte a pensar en tu equipo, plantearte donde estás y a donde quieres ir y diseñar el camino para conseguirlo.

Planificar bien una temporada no siempre te llevará al éxito, pero te ayudará...

# Jenaro Díaz

Por la velocidad a la que va el baloncesto hoy por hoy, la observación del juego es cada día más importante. La capacidad de intuir y de poder jugar antes el partido resultan claves y así lo demuestran los resultados...

Solo te das cuenta de las experiencias que has adquirido cuando pasa un tiempo. Al principio sientes como si una tormenta de ideas hubiera pasado por encima de ti y después, con el paso del tiempo, te das cuenta que algunas de ellas te gustaron más o menos y te sirvieron para fortalecer las propias. Otras te sirvieron para copiarlas a tu manera, otras te generaron ideas distintas...

La oportunidad de compartir vivencias y experiencias en torno al baloncesto, enseñar y aprender desde el propio juego hacen que este curso sirva para enriquecer a cada entrenador convirtiéndose una pieza clave dentro de su formación continua.

Por la velocidad a la que va el baloncesto hoy por hoy, la observación del juego es cada día más importante. La capacidad de intuir y de poder jugar antes el partido resultan claves y así lo demuestran los resultados...

Plantearé la asignatura como una pequeña demostración de todo lo que se esta haciendo y como trabaja un equipo como Phoenix Suns. Como aplicar las nuevas tecnologías al baloncesto, tendencias actuales a través de imágenes, etc. Intento que sea una clase divertida que aporte y que todos los alumnos salgan con ideas nuevas generadas y con la inquietud de utilizar estas herramientas para el baloncesto.

La aparición de herramientas tan potentes que nos permiten analizar una situación durante un partido cinco segundos después de que pase, que nos permite mejorar el modelo de ejecución y la autoformación del jugador nos hacer replantear y evolucionar un poco todo desde la forma de entrenar, la forma de planificar...



Este proceso es lento pero todos estamos metidos dentro de él, lo que nos da opción a que todas las ideas que tenemos podamos realizarlas.

# Paco García

Hay que aceptar que el baloncesto actual necesita cada día más de auténticos especialistas en materias específicas



Estáis en la culminación del ciclo de los cursos de formación pero, por encima de todo, existe un dato vital: la convivencia y la sucesión de experiencias que viviréis durante el curso.

Cada año, el grado de mejora en el curso es mayor y ello beneficia claramente al alumno en su carrera por ser mejor entrenador.

Quiero acercarme al alumno a través de mis propias experiencias vividas, repletas ellas de errores y aciertos. Pretendo que sea una exposición muy próxima a la realidad del mundo profesional.

Hay que aceptar que el baloncesto actual necesita cada día más de auténticos especialistas en materias específicas. De ahí la importancia de crear auténticos especialistas. Es fundamental la creación en los clubes de entrenadores que trabajen en grupo, delimitando claramente sus funciones.

En este baloncesto de pequeños detalles la posibilidad de tener o de crear entrenadores de técnica, de táctica, defensa, de tiro, de análisis propio o del rival proporciona una clara mejora en el rendimiento y resultados del equipo.

# Nacho Coque

Actualmente, la preparación física no sólo es un complemento de la preparación del jugador sino que está absolutamente integrada en su preparación diaria

Es la estación final de un proceso de formación que en verdad nunca debe de tener final. Podemos decir que es el epílogo en cuanto a las titulaciones oficiales pero no en el proceso de aprendizaje del entrenador. En el actual formato, el entrenador aprende a encontrar y a utilizar las herramientas necesarias para llevar a cabo su labor profesional.

Mi asignatura se compondrá de tres bloques:

1. el primero será una breve fundamentación teórica basada en aspectos de planificación que relacionan la preparación física con el entrenamiento técnico-táctico.
2. haremos hincapié mediante los recursos multimedia en el entrenamiento de la fuerza, aspecto básico en el rendimiento del jugador de baloncesto. Se abordarán las tendencias actuales en el entrenamiento de esta capacidad y sus variantes.
3. en cancha aplicación práctica del entrenamiento de las distintas capacidades y su control en cuanto a la carga y la planificación.

En mi modesta opinión, la preparación física en el baloncesto actual ha sufrido una gran evolución, que ha modificado los parámetros tradicionales del preparador físico de los años 80-90. Actualmente, la preparación física no sólo es un complemento de la preparación del jugador sino que está absolutamente integrada en su prepa-



ración diaria. Las cargas de entrenamiento se calculan conjuntamente con la parte técnico-táctica y los conocimientos sobre planificación específica en este deporte han sido determinantes para justificar dicha evolución. Los nuevos sistemas de competición y el elevado número de partidos ha aumentado la importancia de este contenido y le ha dado otra perspectiva a la forma de entender la "nueva preparación física" en nuestro deporte.

Los equipos de las ligas profesionales y semiprofesionales de nuestro país cuentan ya con verdaderos especialistas en "preparación física de baloncesto".

# Alberto G<sup>a</sup> Chapuli

La función del Director Deportivo se basa más en el medio plazo mientras que el entrenador suele trabajar más por objetivos inmediatos. La relación entre ambas figuras dentro de las estructuras deportivas de los clubes ha de basarse, como en todos los aspectos de la vida, en el respeto a la función de cada uno y en una actitud coherente

Como si de cualquier carrera universitaria se tratara, el Curso Superior es la culminación de proceso de formación en que el alumno confirma que está preparado para dirigir cualquier tipo de jugador al más alto nivel. Lógicamente hay muchos aspectos que se consiguen con la práctica pero la formación teórica adquirida durante este curso es fundamental para el desarrollo de la función de entrenador.

Podemos referirnos a las estructuras de los clubes en función de la realidad de cada uno de ellos.

Aceptaríamos que lo más idóneo sería dividir las funciones de Director Deportivo y Director General. Algunos clubes pueden hacerlo y para otros es más conveniente unificarlo aunque entiendo que lo realmente importante es que dentro del organigrama de cada club exista la figura de un profesional con suficiente conocimiento del mercado y de las necesidades de entrenador y jugadores.



La función del Director Deportivo se basa más en el medio plazo mientras que el entrenador suele trabajar más por objetivos inmediatos. La relación entre ambas figuras dentro de las estructuras deportivas de los clubes ha de basarse, como en todos los aspectos de la vida, en el respeto a la función de cada uno y en una actitud coherente. Cuando se dan estas condiciones nunca debe haber ningún tipo de problema.

# Delfín Galiano y Sergio Toba

La medicina aplicada al deporte no deja de ser un instrumento más para conseguir un mayor rendimiento del jugador

Por la experiencia vivida de la anterior edición, el Curso Superior me parece un foro de encuentro multidisciplinar, modelo muy adecuado a las necesidades de conocimiento de los nuevos entrenadores.

Hoy en día el técnico de baloncesto no debe limitar sus conocimientos exclusivamente a los aspectos técnico-tácticos y sí ampliar sus miras a toda aquella ciencia relacionada con el deporte, sobre todo si supone una mejor adaptación del jugador a los programas de entrenamiento diseñados por él.

La medicina aplicada al deporte no deja de ser un instrumento más para conseguir un mayor rendimiento del jugador. Hoy día se conocen muchas variables del rendimiento del jugador, algunas de ellas poco estudiadas, como por ejemplo la prevención de lesiones y el análisis de su patomecánica.

Haré especial mención a las patologías por sobresolicitación, las llamadas lesiones por sobrecarga tan frecuentes en un deporte de gente alta, propensa a las dismorfias anatómicas favorecedoras de estas lesiones.



■ El jugador exterior  
JOAN CREUS

■ El jugador interior  
JUAN ORENGA

■ La detección y  
formación de talentos  
RAMÓN JORDANA

■ El juego de  
conexión 2x2  
JOAN CREUS Y  
ORENGA



PHOTO-DEPORTE

# Joan Creus

El baloncesto actual tiende hacia la polivalencia de los jugadores exteriores. Jugadores capaces de poner el balón en el suelo, defender, penetrar, tirar, pasar bien. Jugadores con capacidades técnicas y físicas notables. Este tipo de jugador tiene muchas salidas en el baloncesto actual pero hay algo que no debe olvidar: la inteligencia

El Curso Superior se convierte en una forma de adquirir conocimientos a través de diferentes formas. De una parte, en la fase no presencial, los alumnos trabajan individualmente en el estudio de diferentes temas. De otra, una vez en la fase presencial, lo hacen a través de las clases impartidas. Pero hay una tercera forma que muchas veces resulta más valiosa que las otras dos. Esa es la convivencia con otros alumnos, el intercambio de ideas, la búsqueda conjunta de respuestas a las cuestiones planteadas por los profesores. Y es esa comunicación entre los propios alumnos lo que enriquece el curso. Sé que la FEB es muy consciente de las nuevas formas de aprendizaje y las aplica en el Curso Superior provocando debates entre todos de los que salen respuestas.

Trataré con los alumnos sobre los jugadores exteriores. Analizaremos los diferentes puntos de vista de este tipo de jugador y trabajaremos sobre la toma de decisiones y la ejecución de las mismas. El baloncesto actual tiende hacia la polivalencia de los jugadores exteriores. Jugadores capaces de poner el balón en el suelo, defender, penetrar, tirar, pasar bien. Jugadores con capacidades técnicas y físicas notables. Este tipo de jugador tiene muchas salidas en el baloncesto actual pero hay algo que no debe olvidar: la inteligencia.

Cada vez más el baloncesto actual está basado en estrategias, en tácticas. Es fundamental que



los jugadores exteriores, además de adquirir nivel técnico y físico para poder jugar alto nivel, disponga de la inteligencia necesaria para saber tomar las mejores decisiones en el momento oportuno.

# Juan A. Orennga

Siempre hay que sacar tiempo para trabajar la técnica, para insistir en repeticiones y para enseñar cuando aplicarlas



El Curso Superior es un momento básico para completar la formación de unos alumnos que ya son entrenadores porque llevan años dirigiendo equipos y porque ya han superado dos cursos previos. Pero la experiencia de la fase presencial es enriquecedora porque te permite contemplar un espectro más amplio, porque te sientes entrenador, porque sales del curso con nuevas ideas. Pienso además que la estructura actual facilita el aprendizaje ya que los enfoques son mucho más prácticos y participativos que años atrás.

Hablaremos de la importancia de la técnica y la táctica. Muchas veces pasamos por alto este trabajo ya sea por falta de tiempo o de ganas y pienso que hay que incidir en la mejora del jugador. Siempre hay que sacar tiempo para trabajar la técnica, para insistir en repeticiones y para enseñar cuando aplicarlas.

Hay que recuperar al hombre alto como parte importante del ataque. El jugador dominante en el poste medio no ya tanto por su altura sino por su capacidad para atacar, para entender el juego. Hablaremos también de la importancia del juego de "dos contra dos", actualmente la base de los ataques de la mayoría de los equipos. El jugador debe saber como atacar y como defender este tipo de situaciones en hombre alto bloqueando a hombre pequeño. La importancia de la conexión base-pivot.

Intentaré transmitir mi experiencia en muchos años como jugador y también mi experiencia en muchos menos como entrenador.

# Ramón Jordana

La detección de talentos es uno de los campos menos valorados y por lo tanto menos trabajados dentro del baloncesto y del deporte en general.

La inscripción de un entrenador en el Curso Superior, denota por sí mismo, un elevado nivel de motivación encarado al aprendizaje.

Creo que el Curso Superior, aparte de las enseñanzas concretas que aporta, es la herramienta ideal para descubrir las distintas áreas del conocimiento en las que deberá seguir profundizando cualquier entrenador que quiera adentrarse en el mundo profesional.

O sea que el Curso Superior es un punto de inflexión en el proceso de formación de un técnico, a partir del que deberá seguir evolucionando, aprovechando los conocimientos adquiridos como base para llegar a construir su propio criterio.

Mi asignatura está en proceso de desarrollo e investigación, puesto que se trata de una rama del conocimiento muy poco trabajada.

Los alumnos han recibido la parte del temario desarrollada el año anterior como materia no presencial, y al inicio de este curso se les entregará una ampliación del temario que se ha desarrollado durante este año. La clase presencial intentará llevar a cabo un desarrollo práctico de los contenidos y se basará en como desarrollar a un



jugador con talento a través de la utilización de "rutinas"

Estamos hablando de uno de los campos menos valorados y por lo tanto menos trabajados dentro del baloncesto y del deporte en general.

Creo que se puede hacer una reflexión, este campo del conocimiento nos dicta cuales son las características y condiciones que debe reunir un joven deportista para llegar a la "excelencia" deportiva.

¿Si desconocemos cuales son estos campos, cómo podemos desarrollar programas de trabajo para que el deportista no sea ni bueno ni malo sino lo mejor posible?

■ **Defensas de presión**

**JOAN MARÍA  
GAVALDÁ**

■ **Ataques contra  
presión**

**MONCHO MONSALVE**



PHOTO-DEPORTE

# Joan M<sup>a</sup> Gavaldá

Durante el curso se unen dos aspectos. Uno, sentimental por el grado de implicación y de convivencia. Otro, el de la necesidad de aprobar. Combinarlos adecuadamente es fundamental



El Curso Superior es un momento muy singular en la formación de los entrenadores. Se vive un acercamiento a profesionales de más nivel, con un factor de comunicación muy interesante. Además es la última titulación oficial, independientemente de otras posteriores pero optativas. Durante el curso se unen dos aspectos. Uno, sentimental por el grado de implicación y de convivencia. Otro, el de la necesidad de aprobar. Combinar adecuadamente es fundamental.

Expondré una materia, las defensas presionantes, que he estado poniendo en práctica durante los últimos años en los equipos a los que he dirigido. Y lo haré desde el punto de vista real, desde

el trabajo en los entrenamientos, desde el ejemplo de imágenes de los equipos. No quiero plantearlo como un clinic sino como una idea de aplicación práctica.

Ciertamente es cada día más difícil ver defensas presionantes. En la ACB hay que agradecer a equipos como el DKV Joventut que hagan apuestas por empezar a defender en la otra parte del campo. En ligas como LEB o LEB2 se ven más este tipo defensas. Creo que es un recurso fundamental que todo entrenador debe tener bien estudiado para poder incorporarlo adecuadamente a sus equipos.

# Moncho Monsalve

Mucho más que una profesión, ser entrenador es una forma de vida. Da igual que dirijas equipos cadetes, de EBA, de ACB... Tu compromiso con el equipo es total. Es un sentimiento, un deseo, un respeto, una renuncia...



Mucho más que una profesión, ser entrenador es una forma de vida. Da igual que dirijas equipos cadetes, de EBA, de ACB... Tu compromiso con el equipo es total. Es un sentimiento, un deseo, un respeto, una renuncia...

No es fácil lo que consigue la FEB. No es fácil superarse cada año y sin embargo este curso, bajo la supervisión de Ángel Palmi, lo consigue. Una vez finaliza el anterior uno se encuentra con nuevos alicientes en el siguiente. Cada año más interesante, más apasionante.

No se trata simplemente de dar clases y recibir las sino de presentar ideas, experiencias, de

aprovechar los medios, el entorno, las nuevas tecnologías.

Quiero plantear esas clases desde dos puntos de vista. Quiero hacer propuestas a los entrenadores y que sean ellos los que decidan que es mejor. Creo en un ataque al que podríamos denominar universal pero que lo considero como casi una misma unidad de juego en que un equipo no deba cambiar más que detalles en función de la defensa contraria. Pero también hablaremos de ataques específicos para cada caso. Siempre quiero ganar tiempo y ponerme en el lugar de los entrenadores que disponen de tres sesiones a la semana.

■ **Reglas y juego**  
**MIGUEL ÁNGEL  
PÉREZ-NIZ**

■ **Relación**  
**entrenadores-árbitros**  
**PEDRO ROCÍO**

■ **Desarrollo profesional  
y gestión**  
**PEPE CABRERA**



PHOTO-DEPORTE

# Miguel Ángel Pérez Niz

En la actualidad, con las nuevas maneras de manejar y compartir información, sólo un inconsciente creerá que no necesita mejorar los pequeños detalles o reciclarse

El Curso Superior es importante para todos los participantes, no sólo para los alumnos, sino también para los profesores y resto de colaboradores de la organización ya que la filosofía desde hace unos años ha sido intentar evitar que los alumnos participen como meros oyentes.

El objetivo básico actual es que participen activamente y complementen su formación compartiendo informaciones y experiencias, trabajando de forma teórica y práctica, con casos que podrían ocurrir en la realidad.

En la actualidad, con las nuevas maneras de manejar y compartir información, sólo un inconsciente creerá que no necesita mejorar los pequeños detalles o reciclarse, y el Curso Superior ofrece esa oportunidad (aparte de conceder la titulación oficial que habilita para el máximo nivel en España), en un espacio relativamente corto de tiempo, ideal para mejorar las relaciones con compañeros procedentes de su propia Comunidad Autónoma con los que muy probablemente compartirá competición en el futuro próximo o para conocer otras formas de hacer las cosas, probablemente diferentes pero no mejores o peores que las propias.

Con respecto a los árbitros, está claro que para mejorar su nivel, se necesita conocer el juego de forma directa, sentir lo mismo que jugadores y entrenadores y tener la oportunidad de compartir con ellos momentos de con-



versación y discusión, lejos de la barrera infranqueable que desgraciadamente hasta ahora supone un partido oficial de baloncesto.

Afortunadamente, son muchos los árbitros que acuden a los cursos de entrenador en todos los niveles, incluso el superior. Es una experiencia aconsejable para todos ellos.

El objetivo primordial de la asignatura Reglas de Juego es muy básico: Hacer ver a los entrenadores que las Reglas son una herramienta más a su alcance para mejorar su nivel como entrenador y no el último obstáculo para obtener el título.

Para ello la FIBA ha mejorado mucho la redacción y comprensión de las Reglas, haciéndolas más accesibles para todos los participantes y no sólo para los árbitros y en el curso incidiremos en aquellas cuestiones que crean mayor conflicto entre árbitros y entrenadores, que son básicamente:

- " Situaciones de contacto (criterios que se emplean para elegir cuándo un contacto personal es falta y cuándo no),
- " Situaciones especiales de falta personal.
- " Errores corregibles, etc.

# Pedro Rocío

Todos formamos parte del baloncesto y todos somos necesarios. Árbitro-Entrenador, una relación que debe estar basada en el respeto aunque es lícito que el entrenador utilice todos aquellos medios que pueda para influir sobre el árbitro siempre que éste se lo permita

Creo que la importancia del curso se debe principalmente a la forma en la que se imparte. La utilización del aula virtual para fase no presencial creo que ha sido un paso de gigante. Comparto despacho con Jota Cuspineda y veo la dedicación que tiene, el seguimiento que se hace de los alumnos.

Hace unos años ya se dio otro cambio tratando de acercar más al entrenador al mundo real de las competiciones de los equipos, acercarlos más a la realidad de sus funciones.

Siguiendo esa dinámica, los responsables técnicos de las Federaciones Autonómicas propusieron recientemente a la FEB que para favorecer la formación arbitral debería seguirse los pasos dados en el Área de entrenadores

Todos formamos parte del baloncesto y todos somos necesarios. Árbitro-Entrenador, una relación que debe estar basada en el respeto aunque es lícito que el entrenador utilice todos aquellos medios que pueda para influir sobre el árbitro siempre que este se lo permita. Pero una vez que termine el partido deberíamos colaborar todos a que el ambiente sea lo más comedido posible, sin querer decir esto que no podamos expresar nuestra opinión sobre el arbitraje.

En las VI Jornadas de Unificación de criterios con las Federaciones Autonómicas organizadas por



el Área de Árbitros de la FEB debatimos que uno de los problemas más graves es que nos estamos quedando sin árbitros porque cuando empiezan es cuando más presión reciben de los entrenadores, de los padres y esto hace que lo dejen en el primer año.

Uno de los temas que propondré para el debate es la colaboración entre entrenadores y árbitros para que en estos partidos de mini e infantil los chicos que están aprendiendo a arbitrar se encuentren con otro ambiente, que los padres se den cuenta que también son jóvenes, que están aprendiendo y que como a los jugadores se les tiene que dar un margen de confianza.

Necesitamos que los entrenadores en categorías inferiores nos ayuden más que en las superiores, para que nuestro deporte siga creciendo.

# Pepe Cabrera

Es difícil hacer rodar uniformemente un melón. También es complicado hacer atractiva la materia "legislación" en un Curso Superior de Baloncesto. Creo que, como todos los años, sacrificaré algo de rigor jurídico en favor del mayor interés didáctico de la materia

Se encuentran ahora de moda muchos innovadores modelos formativos (los "másters" presenciales y "on line", el "coaching", el "mentoring", los "outdoor training", los "learning on stage"...). El actual Curso Superior combina varios de estos modelos y, sobre todo, supone un esfuerzo especial que hace madurar. Convivir quince días completamente inmersos en baloncesto (mañana, tarde y... noches) es una experiencia que todos recordamos como un punto de inflexión en nuestra carrera como entrenadores. Por cierto, todavía no conozco a nadie que haya hecho el Curso y que lo maldiga como algo absolutamente inútil.

Es difícil hacer rodar uniformemente un melón. También es complicado hacer atractiva la materia "legislación" en un Curso Superior de Baloncesto. Creo que, como todos los años,



sacrificaré algo de rigor jurídico en favor del mayor interés didáctico de la materia. Sin embargo, me gustaría en esta edición preparar algo muy original. Únicamente los alumnos de esta edición podrán saber en qué consiste y si realmente ha sido una buena idea.

Evidentemente, la materia "legislación" no es una de las más demandadas en el Curso Superior. Sin embargo, cuando inicio las siempre recuerdo a los compañeros asistentes un Campeonato de España (de categoría cadete) que pudo obtenerse por determinado club al conocer adecuadamente las normas de la competición. Este club fue eliminado por otro que concurrió irregularmente a la fase de sector. El club eliminado recurrió y CSD le otorgó la razón, disputó la fase final del Campeonato de España... y lo ganó. ¿Prefieres conocer las normas y encontrarte en la situación del equipo campeón o no conocerlas y quedarte fuera de un campeonato que podrías haber ganado?

■ **Ataque en transición  
contra zonas**  
**MONCHO MONSALVE**

■ **Defensa de zonas:  
concepto, dirección  
y entrenamiento.**  
**GUSTAVO ARANZANA**

■ **Ataque a zonas:  
concepto, dirección y  
entrenamiento.**  
**LOLO SÁINZ**



PHOTO-DEPORTE

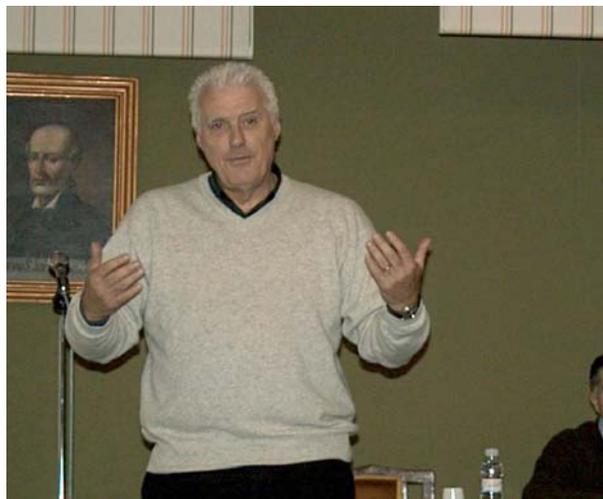
# Lolo Sainz

Quiero dejar claro, y así se lo manifestaré a los alumnos, que lo que les voy a transmitir es mi manera de pensar, y que por supuesto, no estoy en posesión de la verdad, pero sí tengo una gran fe en lo que hago, sobre todo por mi experiencia...

El Curso Superior es la culminación de la carrera de entrenador, y como tal, es parte vital y de suma importancia en su formación, que además, te da la oportunidad de obtener el título de entrenador Superior, con el cual estás capacitado para dirigir a cualquier equipo de la categoría que sea, inclusive a la selección española. Digamos que estás en las mismas condiciones que cualquier persona que termina una carrera determinada.

Pero la formación del entrenador no termina obteniendo el título Superior. Deberás seguir trabajando en su preparación como técnico y ampliar su formación, al igual que otra persona que termina una carrera, a base de estudio continuo, asistencias a "clínica", seguimiento de otros entrenadores consagrados, etc., y sobretodo terminar de formarte en el día a día en su trabajo como entrenador; esa es la mejor faceta de formación, siempre y cuando sea capaz de discernir lo que esta bien o mal hecho.

Intentaré transmitir a mis "colegas" entrenadores cual es mi filosofía del ataque contra zonas que, como cualquier otra situación de juego, necesita ser desarrollada desde sus raíces. La utilización de los fundamentos individuales y colectivos, esenciales para atacar la defensa de zonas, tanto de jugadores exteriores como interiores, son el objetivo en la construcción de un ata-



que contra zonas, así como la introducción de conceptos tácticos. Todo ello desarrollado en los entrenamientos nos llevara a que el jugador se encuentre cómodo y seguro en el ataque a la defensa de zonas, evitando así que las defensas zonales sean un quebradero de cabeza para el equipo.

Quiero dejar claro, y así se lo manifestare a los alumnos, que lo que les voy a transmitir es mi manera de pensar, y que por supuesto, no estoy en posesión de la verdad, pero si tengo una gran fe en lo que hago, sobre todo por mi experiencia... Curiosamente, hemos asistido en esta última temporada de la ACB, como equipos de muchos "quilates" no han podido con las defensas de zonas planteadas por el equipo contrario, defensas por otro lado exentas de complicación. Las defensas zonales no se atacan con demasiada convicción, y esto creo que viene determinado por la falta de preparación en los entrenamientos, donde es obvio que no se le dedica el tiempo suficiente y así los planteamientos a la hora del partido pueden fallar.

Los equipos, sobre todo los llamados grandes, están obsesionados con perfeccionar sus movimientos contra la defensa individual, que entra dentro de la lógica, ya que en un 85% de las veces se van a encontrar con este tipo de defensa, y se "olvidan" de dedicarle más tiempo al ataque contra la defensa de zonas.

Está claro que el secreto para atacar mejor este tipo de defensa es dedicarle más tiempo en los entrenamientos, desde donde se puede dar al jugador más confianza y seguridad. Si no se tiene mucho tiempo para preparar el ataque contra zonas, se podría pensar en hacer que los movimientos contra individual y zonas sean lo más parecido posible, con pequeño ajustes tácticos, y así seguro que no te pillaría el toro...

# Gustavo Aranzana

Hablaremos de la defensa zonal y lo haremos sobre la pista y también con imágenes. Vuelve la zona mucho más allá que como recurso táctico y sobretodo se incluye en la filosofía general defensiva

Llevo muchos años asistiendo al Curso Superior y siempre vuelvo de mi cita anual con los futuros entrenadores con la sensación de que es un privilegio poder dar y recibir las materias del curso. Sí, un privilegio porque se consiguen reunir las mejores condiciones de trabajo en un escenario perfectamente adaptado a las necesidades de alumnos y profesores. Un privilegio porque tenemos la oportunidad de convivir con cientos de entrenadores enamorados de nuestro deporte y porque se puede recibir consejos de un profesorado de nivel muy alto.

La FEB se ha actualizado a un ritmo extraordinario y todas las nuevas tecnologías que utiliza en su trabajo de captación, seguimiento de talentos y desarrollo de todas sus selecciones consigue también adaptarlas a las necesidades de curso interesante desde su parte no presencial y que adquiere en la parte presencial su momento álgido.



Hablaremos de la defensa zonal y lo haremos sobre la pista y también con imágenes. Vuelve la zona mucho más allá que como recurso táctico y sobretodo se incluye esa defensa en la filosofía general defensiva. Porque muchos equipo son ya los que zonan cuando defienden en individual. Y muchos son ya los que la utilizan enmascarándola en una defensa de hombre que utiliza cambios constantes en los bloqueos y confunde al ataque. Vuelven las zonas aunque no las convencionales si no las trabajadas en ajustes, en trampas tácticas que obligan al ataque a adaptarse impidiéndole mantener su ritmo de juego.

Trabajaremos juntos en dos bloques. En uno explicaremos la filosofía planteando diferentes tipos de defensa: box and one, ajustes, mixtas, mach up. Plantaremos situaciones finales de partido donde cada vez es más frecuente ver variantes defensivas. Y, una vez expuesto todo el escaparate de posibilidades, estudiaremos la forma de trabajarla con nuestros equipos a través de ejercicios para entrenamientos de zonas.

# Consejo de los tutores



**MARIO  
MADEJÓN**  
Director Deportivo  
Fed Extremeña

"En un Curso de estas características hay dos cosas importantes: vivirlo intensamente y disfrutar de la calidad de ponentes en un corto periodo de tiempo. Pero creo que todavía es mejor para los alumnos el contacto con el Baloncesto de toda España que esta representado por comunidades, ya que es una situación inmejorable para conocer, intercambiar y experimentar las 24 horas del día. A veces las charlas improvisadas fuera de horario lectivo eran auténticos clinic "caseros".



**CARLOS  
SERGIO**  
Director Deportivo  
Fed. Vasca

"Creando conocimiento". Para mí esta es la frase que mejor resume todas las acciones que se desarrollan a lo largo de las dos semanas que dura el CES. Los diferentes espacios que la dinámica del curso proporciona, permiten el intercambio de saberse y la discusión, análisis y reflexión de los mismos. Este clima de confianza y colaboración permite que todos los participantes vayan encontrando nuevas formas de entender el baloncesto o en afianzar las que ya tenían; en todo caso tras las dos semanas nadie sale igual que entro."



**RICARDO  
BANDRÉS**  
Director de Cursos  
Fed Andaluza

"El CES es un torbellino de ideas que culmina con las clases presenciales que se realizan en Málaga, es una experiencia única que no se olvida nunca. Disfrútalas y convive con entrenadores de todas las autonomías pues es un vivero de futuros entrenadores en constante ebullición de ideas. No te lo pierdas y participa."



**VÍCTOR  
DEL TÍO**  
Director Deportivo  
Fed Cast. y León

En el proceso de aprendizaje en el curso superior, es de vital importancia la actitud y motivación personal con la que afrontemos el curso; la carga de contenidos es cuantiosa, el tiempo es escaso, el ritmo es frenético, y el aprendizaje es tremendo y muy próximo a la realidad, sino descuidamos la atención a la evaluación de los conocimientos y superamos las pruebas del calendario; (que en el fondo es uno de los grandes objetivos) el resultado será muy satisfactorio.



**JOAQUÍN  
BRIZUELA**  
Responsable de Cooperación  
Iberoamericana

Tranquilidad y sentido común. Considero que estos son los dos mejores consejos para los alumnos durante su estancia en Málaga. Estas actitudes han de proporcionar disfrute durante estos quince días. El aprendizaje de cualquier materia proporciona satisfacción y cuando nos referimos al baloncesto, una satisfacción especial. Cuando para realizar el Curso Superior se invierte dinero y días de vacaciones es porque nos gusta el baloncesto hasta ese punto. Por lo tanto, disfruten y aprendan, pero sobretodo, mantengan tranquilidad y sentido común.