

J. Olivera,
Professor d'Història i Sistemes de l'Educació Física i l'Esport
INEFC-Lleida.

J. Tico,
Llicenciat en Educació Física.

ANÀLISI FUNCIONAL DEL BÀSQUET COM A ESPORT D'EQUIP

Resum

El basquetbol és una activitat esportiva mol evolucionada i en renovació permanent que presenta una estructura funcional armònica i coherent, on tots els seus factors mostren grans nivells de desenvolupament. El seu perfil esportiu seria el d'un joc motor agonístic dotat d'una gran estructuració temporal, recolzada en els mitjans tecnològics actuals, i una distribució dels esforços, la dosificació dels quals sorgeix de la mateixa dinàmica del joc, resultant per al practicant i l'espectador una activitat intensa i vistosa.

La pràctica del basquetbol requereix un gran nivell tècnic, el qual ha de ser executat a màxima velocitat i dirigit per una intel·ligent capacitat de decisió, al servei d'un plantejament estratègic col·lectiu, summament complex, el que obliga els seus participants a tenir una gran concentració mental en les tasques col·lectives de cooperació/oposició. Es practica en un terreny força reduït, amb zones semi-prohibides, i on part del seu joc es desenvolupa a l'aire, com a conseqüència de la posició de la seva meta, en alt i sense obstacles permanents, amb un reglament que juga a favor del joc vistós i espectacular.

Per tot això, resulta que aquest esport gaudeix d'una afecció de milions de persones practicants i espectadors, al nostre país i en el món sencer -és un dels tres esports més populars- i sovint és citat com l'esport paradigma del nostre temps, per la seva renovació permanent de les regles al fil del temps, pel seu dinamisme, pel

seu desenvolupament tècnic-tàctic i per la seva espectacularitat d'acció.

Paraules clau: anàlisi funcional, l'espai, els subspais, la pilota, el temps, la meta, la puntuació, el reglament, el nivell d'interacció motriu, l'estratègia, la tècnica-tàctica, la capacitat de decisió.

Introducció

Dins d'una possible classificació dels esports, veiem el bàsquet com un esport d'equip, o sigui, un joc col·lectiu que gira al voltant d'un objecte esfèric versàtil i de caràcter lúdic, anomenat pilota, el qual mitjançant un procés d'institucionalització creixent que es va iniciar al final del segle passat es va convertir en esport, cosa que comporta una sèrie de trets estructurals que el defineixen com a tal: *una codificació de la competició*, representada per les regles del joc; *una activitat física* determinada i que, en funció de l'àmbit al qual l'apliquem, es mantindrà en marges tolerables o, al contrari, tendirà al màxim, com en l'esport de rendiment. Això implicarà un risc major, sent aquest paràmetre un altre dels trets que delimiten l'activitat i que posseeix valors variables en funció del tipus de pràctica que dissenyem i dels objectius que ens plantejem; *el caràcter lúdic* de l'activitat és conseqüència de l'origen del nostre esport i de tots els esports en general i, tot i que existeixi una clara tendència en l'àmbit de l'esport d'elit de substituir aquest paràmetre pel de treball,

és imprescindible que aquest tret estigui present en tots els camps d'aplicació del bàsquet.

Per tot això, el bàsquet com a esport presenta una sèrie de trets estructurals comuns a tots els esports, als quals podríem afegir el que s'ha denominat *fair-play* o joc net que és una aportació britànica genuïna i que ha d'envoltar amb el seu esperit qualsevol pràctica esportiva. Tanmateix, no tots els esports tenen les mateixes característiques estructurals ni funcionals. En aquests aspectes presenten diferències profundes, i tot i partir d'un tronc comú i de posseir els mateixos trets estructurals que els defineixen, la diversa miscel·lània esportiva d'avui dia sorgeix de la ludificació i institucionalització d'activitats i pràctiques primigènies que es desenvoluparen inicialment com activitats d'índole laboral per passar posteriorment, amb la pèrdua d'importància en el sistema de vida productiu de les diverses civilitzacions, a ser activitats recreatives que més endavant es transformaren en esports mitjançant la creació d'equips, clubs i federacions.

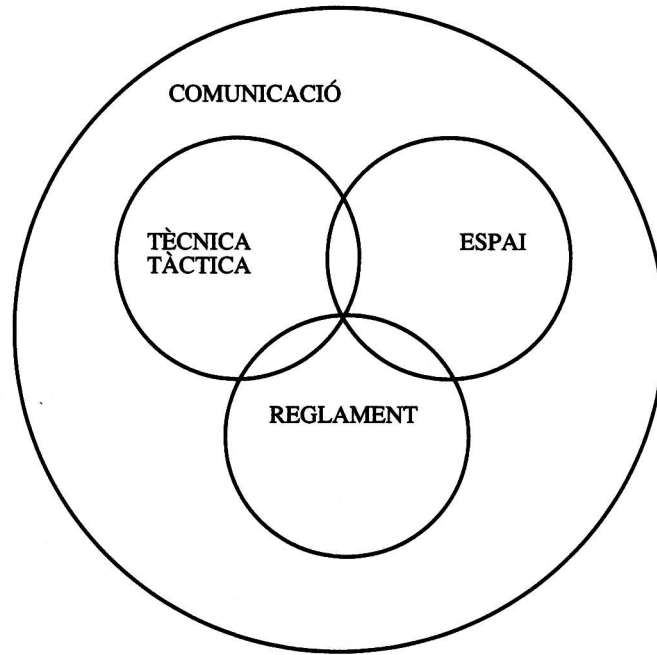
Els jocs col·lectius van ser unes pràctiques recreatives desenvolupades pels membres de societats molt evolucionades, ja que per practicar-los cal conèixer i dominar una sèrie d'aspectes imprescindibles que passen per l'actuació i responsabilitat individual fins arribar al treball d'equip i a la responsabilitat col·lectiva en aquesta tasca doble indissociable de cooperació/oposició.

Mitjançant el procés d'esportivització que es dona en els països anglosaxons, aquests jocs col·lectius, el

suport bàsic dels quals era el mòbil lúdic, la pilota i la confrontació de dos equips en un conflicte de caràcter recreatiu, es transformen en esports nous, però de seguida sorgeixen una sèrie d'afinitats entre aquells que neixen d'un tronc comú, els jocs col·lectius, i aviat s'identificaran en una estructura formal i funcional comuna.

El bàsquet pertany a aquest grup d'esports anomenats esports d'equip, l'origen dels quals són els jocs col·lectius de cooperació/oposició. Això ens confirma que, en base a les analogies que presenten tots els esports enquadrats en aquest grup, quant a estructura formal i funcional, respectant les seves peculiaritats, podem realitzar una anàlisi comparativa del bàsquet en aquest context, amb l'objectiu de ressenyar i ressaltar les afinitats i les diferències que l'uneixen i el separen dels altres grans esports d'equip i concebre millor la seva realitat.

ESTRATÈGIA



Gràfica 1. Els cinc paràmetres del bàsquet

Estructura formal i funcional dels esports d'equip

Així doncs, quant a l'estructura formal (J. Hernández, 1988), el *terreny de joc* és en tots els casos un espai rectangular, sense obstacles i amb totes les mesures, metes i senyalitzacions perfectament establertes; la *pilota* és un objecte de forma esfèrica que rebota en contacte amb el terra i al voltant del qual giren les accions fonamentals del joc; les *regles del joc* delimiten les accions de la competició i determinen les condicions d'inici, desenvolupament i final del mateix joc; els *punts* són la finalitat del joc, el qual consisteix a aconseguir el major nombre d'aquests i a encaixar-ne el mínim; els *companys* col·laboren entre ells amb l'objectiu d'establir tasques de cooperació per aconseguir punts i tasques d'oposició col·lectiva amb

l'objecte d'evitar punts en pròpia meta; i, finalment, els *adversaris* que col·laboren entre ells per aconseguir els seus objectius d'atac o defensa, per tal d'assolir l'objectiu final: guanyar.

Els esports d'equip tenen aquesta estructura formal que acabem d'explicitar. Tanmateix, hi ha una altra estructura interna comuna, que anomenarem funcional, que també caracteritza aquests esports i que consisteix a entendre l'acció del joc com el resultat de la interacció entre els companys d'un mateix equip al voltant de la pilota, amb l'objectiu d'aconseguir les fites proposades. Les tasques bàsiques que es donaran en el joc seran les de cooperació i oposició, tant en atac com en defensa; aquestes dues tasques es donaran en una mateixa fase del joc, ja que els atacants col·laboraran per oposar-se a la defensa i els defensors, per oposar-se a

l'atac. Per tant, els factors que ens permetran explicar l'estructura funcional dels esports d'equip sota la perspectiva de la cooperació/oposició, segons l'estudi realitzat per J. Hernández (1988), són els que s'exposen en la gràfica 1.

Anàlisi comparativa dels diversos esports d'equip

L'espai

Realitzant una anàlisi comparativa dels diversos esports d'equip considerats i seguint l'estructura formal i funcional d'aquests, observem que, respecte al terreny de joc, que en tots és rectangular, hi trobem grans diferències quant a l'àrea de participació en metres quadrats que té cada esport i el nombre de jugadors que participen simultàniament en el joc (vegeu quadre 1).



Voleibol	18 x 9	=	162 m	12 jugadors
Bàsquet	28 x 15	=	420 m	10 jugadors
Handbol	40 x 20	=	800 m	14 jugadors
Futbol	100 x 65	=	6500 m	22 jugadors
Rugbi	120 x 70	=	8400 m	30 jugadors

Quadre 1

Voleibol	13,5 m ² per jugador
Bàsquet	42 m ² per jugador
Handbol	57 m ² per jugador
Rugbi	280 m ² per jugador
Futbol	285 m ² per jugador

Quadre 2

Com a conseqüència d'aquesta correlació entre el nombre de metres quadrats i el nombre de jugadors, es dedueix l'espai d'interacció individual, el qual ve especificat en el quadre 2.

Al quadre 2 veiem que el voleibol és un esport que concedeix menys *espai de joc per jugador* i, a més, és una pràctica que es realitza en dos terrenys de joc separats i inviolables i amb una participació en el joc alternativa, a diferència d'altres esports d'equip que tenen espais de joc comuns, denominats zona d'atac i zona de defensa, i participació simultània en el joc; és per això que aquesta dada no és gaire vàlida per al nostre estudi comparatiu ja que, tot i que és una activitat amb uns trets estructurals i funcionals comuns als esports d'equip, les característiques assenyalades anteriorment fan que les dades que se'n deriven no siguin vàlides per comparar-los. Per tant, s'observa que dels altres quatre esports, el que té menys espai per jugador és,

precisament, el bàsquet, a una certa distància de l'handbol -amb un terç menys d'espai per jugador- i, a gran distància, del rugbi i del futbol amb quasi set vegades menys d'espai que el nostre esport.

Això fa que arribem a la conclusió que les accions que es produeixen en el bàsquet s'han de realitzar en espais de joc curts. Si a això, hi afegim que el joc es desenvolupa preferentment en mig camp i que en aquest, per als atacants, hi ha una zona semiprohibida (zona de 3") que encara limita més les possibilitats d'espai dels jugadors, podem afirmar que el joc s'ha de desenvolupar amb una gran precisió i habilitat, dissenyant àrees d'especialització perquè els jugadors, en funció de les seves característiques psicofísiques i tècniques, les ocupin i sorgeixin els llocs específics, les especificacions tècnico-tàctiques dels quals són força diferents ja que l'espai els condicionarà el joc. D'altra banda, no només cal dominar un bagatge tècnic determinat,

sinó que s'ha de desenvolupar a gran velocitat, tenint en compte la coincidència quasi contínua entre atacants i defensors, cosa que comporta la necessitat de posseir una gran velocitat gestual per poder realitzar amb eficàcia les diverses accions tècniques. Finalment, és vital per al funcionament correcte del joc sincronitzar totes les accions ofensives i defensives que s'efectuen per assolir els objectius i en funció de la posició de la pilota, evitar xocs, obstruccions i altres circumstàncies negatives que dificultin les contínues trajectòries dels jugadors sobre un espai reduït que es fa progressivament més dens a mesura que ens acostem a la meta.

La *distància de càrrega* és un concepte que P. Parlebas (1988) va estudiar amb detall i que és una conseqüència de l'*espai de joc* total, la superfície interindividual del jugador i el reglament que delimita les característiques del contacte. En general, els esports col·lectius codifiquen detalladament les modalitats del contacte físic entre jugadors atacants i defensors, però hi ha moltes diferències i, així, comparant els diversos esports d'equip tenim la classificació següent en relació a la càrrega permesa com a factor limitant de l'*espai individual* que posseeix el jugador i la distància de càrrega que serà un factor inversament proporcional al primer (a major distància de càrrega, menor espai interindividual i vicerversa) (vegeu quadre 3).

La distància de càrrega, és a dir, el valor mitjà de l'interval que separa dos adversaris en el moment del seu enfrontament directe, és màxima en el cas del rugbi on s'estableix un contacte envoltant ja que la càrrega mitjançant el cos és un dels fonaments d'aquest esport i un dels seus trets més genuïns. En canvi, l'*espai individual de defensa* de què disposa cada jugador per jugar la pilota segons les seves regles de joc és mínim, gairebé nul. Tanmateix, i

A distància quasi nul·la, càrrega envoltant	A distància reduïda, en contacte	A distància mitjana, sense contacte	A llarga distància, amb contacte nul	
-			+	
Rugbi	Futbol	Handbol	Bàsquet	Voleibol
+				-
Distancia de càrrega				

Quadre 3

com a compensació a aquestes dificultats, la pilota es pot jugar amb les mans i el peu, i pot ser transportada lliurement, és a dir, sense restriccions reglamentàries, amb la mà.

El futbol i l'handbol són uns esports que tenen una alta distància de càrrega, o sigui, que són activitats en què el reglament permet que hi hagi contacte físic entre els jugadors, sotmès, però, a limitacions severes i, per tant, amb un espai de joc reduït. És just reconèixer la gran dificultat d'execució físico-tècnica d'un esport com el futbol, el qual s'ha de jugar quasi exclusivament amb el peu i, per tant, amb una major dificultat en el maneig i habilitat de la pilota, en un espai interindividual d'acció màxim (285 m²) i una distància de càrrega submàxima només superada pel rugbi.

Finalment, els esports com el voleibol i el bàsquet, amb una distància de càrrega quasi nul·la en el primer i baixa respecte al nostre esport, implica que siguin les activitats amb un espai de joc més gran per poder jugar la pilota. La càrrega està prohibida pel reglament. En el cas del bàsquet, el reglament és molt explícit i diu que és un "joc sense contacte" i una falta personal és "una falta que comet un jugador quan provoca un contacte amb un adversari."

Finalment, analitzem els *subspais del bàsquet* i la seva importància en el desenvolupament del joc. En primer

lloc, tenim els tres cercles, un de central i els altres dos un en cada camp. Aquests cercles serveixen per realitzar el salt entre dos jugadors, i la seva circumferència limita les posicions de la resta dels jugadors que no salten. Ja sabem que el bàsquet, a diferència dels altres esports, comença sempre amb una sacada inicial neutral al principi del partit i en reprendre's el joc després del descans. En els cercles propers a la cistella, a part de servir com a llocs específics on es dirimeixen les situacions d'equitat que proporciona el joc mitjançant el ja conegut salt entre dos, el semicercle superior correspon a la zona de llançament del llançador de tirs lliures.

Dins dels subspais, observem que les línies tenen una gran importància en el joc. Així, la línia central forma part del camp de defensa, de tal manera que els 5 cm de gruix que té suposen un darrer obstacle que ha de superar el jugador atacant amb pilota abans que passin els fatídics 10", que és el termini màxim que permet el reglament per poder travessar el camp de defensa abans de passar al camp d'atac (un cop superat aquest camp, ja no es pot tornar cap endarrere en el context d'aquesta jugada).

Les línies de banda són flexibles ja que el reglament permet jugar la pilota un cop de passada, sempre que el jugador no toqui el terra, un objecte o un altre jugador. Aquest de-

tall és important des del punt de vista de la intensitat del joc ja que com que es pot recuperar des de dins una pilota que s'escapa cap a l'exterior del camp, permet als jugadors realitzar salts acrobàtics i, en definitiva, reforçar les conductes agressives, ja que no es donen amb facilitat pilotes perdudes com en altres esports d'equip més estrictes en aquesta norma.

La línia de 6.25, d'implantació recent, ha suposat una gran novetat en el desenvolupament del joc ja que, a part del fet que els llançaments efectuats per darrere d'aquesta suposen una cistella amb un valor d'un 50% més que les normals, des del punt de vista tàctic, el valor absolut d'aquestes cistelles ha fet que s'obris la defensa, ampliant els espais claus del joc, cosa que ha permès millorar l'espai d'interacció individual i, en definitiva, ha dotat de més fluïdesa el joc tàctic ofensiu per excel·lència: el joc exterior-interior-exterior.

Finalment, la zona restringida constitueix per ella mateixa una de les peculiaritats més notables del nostre joc. Aquesta zona semiprohibida per als atacants també és coneguda per zona de 3". Es va crear per obligar els jugadors alts a realitzar uns mínims moviments tècnics abans d'acostar-se definitivament a la cistella i evitar l'abús del seu avantatge morfològic. Aquesta zona suposa un repte per als jugadors grans i és, en principi, un problema que cal superar mitjançant la tècnica específica. La zona restringida també serveix per situar-hi defensors i atacants en el possible rebot derivat del llançament de tirs lliures.

Les regles del joc

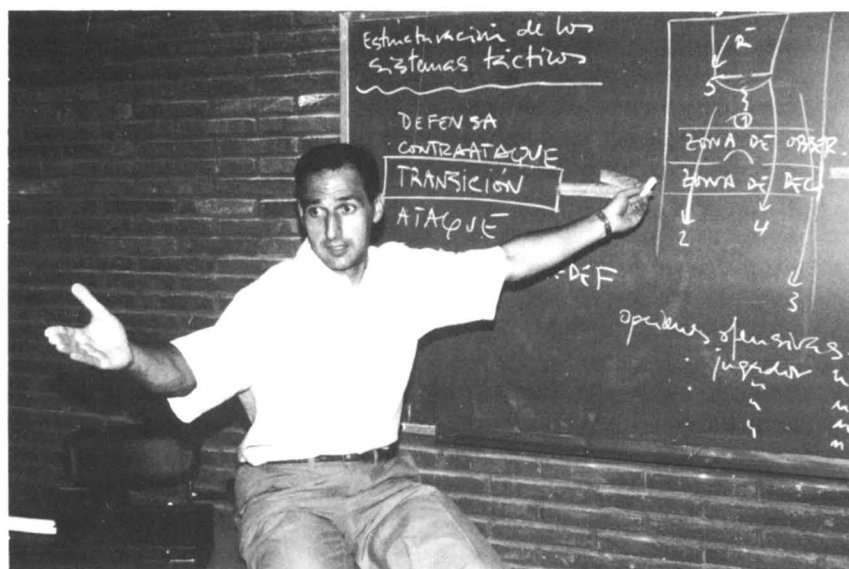
L'anàlisi anterior ens permet observar que el bàsquet és un esport en què els jugadors tenen un espai individual d'acció alt, comparat amb els seus homòlegs, en una àrea de treball reduïda, amb una violència de



càrrega baixa i un domini de la pilota notable, ja que es juga amb les mans tot i que amb restriccions reglamentàries quant al desplaçament, com són els passos i els dobles, a diferència d'altres esports d'equip en què no hi ha cap limitació.

En aquest esport, la meta està situada en l'espai de joc. És un blanc horitzontal de petites dimensions, situat en alt (3.05 m), amb un cercle de 0.45 m de diàmetre, on caben exactament dues pilotes reglamentàries. En els altres esports, la meta va augmentant de dimensions en funció de l'amplitud del terreny i de la distància/violència de càrrega. La pilota de joc presenta unes mesures que dificulten la seva adaptació a una mà per a la gran majoria dels practicants, però tanmateix, té una adaptació molt bona per manipular-lo amb les dues mans, amb un bot regular i homogeni a una altura còmoda; és, per tant, un instrument de joc molt manejable i susceptible d'efectuar-hi destreses de gran complexitat.

Un dels grans atractius del nostre joc és la gran quantitat de punts que es realitzen en el transcurs del joc i el seu sistema de puntuació, el qual, com ja sabem, distingeix entre les cistelles en joc, de 2 punts -aquelles transformades dins de la línia de 6.25-, les cistelles de 3 punts -aquelles que són transformades fora de la línia de 6.25- i les cistelles de tirs lliures, que poden ser d'1 + 1, de 2 tirs lliures i d'1 tir lliure addicional -i que procedeixen de les sancions denominades faltes (personal, tècnica, desqualificació, etc.)-. No totes les cistelles tenen el mateix valor: aquest dependrà de la situació de joc, de la posició del jugador en el camp i, el més important, el jugador podrà escollir, en funció dels seus interessos i dels del seu equip, el tipus de cistella a què opta. Tota aquesta gamma del sistema de puntuació és molt diferent a la dels altres esports d'equip els quals, excepte el rugbi, no admeten diferents



valors per als objectius assolits, cosa que dota el bàsquet d'un factor d'incertesa, emoció i vistositat difícils d'igualar.

Per tot això, el nostre esport exigeix perfecció tècnica en la realització de les accions tècniques en un espai de terreny curt, ja que el reglament és molt estricte en aquest apartat, i, d'altra banda, permet una llibertat d'acció alta, perquè qualsevol jugador de cert nivell pot passar la pilota amb una precisió acceptable a qualsevol zona del camp, cosa que afavoreix la fluïdesa i el dinamisme del joc.

En ser una activitat que es juga fonamentalment amb les mans, el blanc de la qual es troba a una alçada apreciable i és de petites dimensions, exigeix precisió i el desenvolupament d'un espai aeri que fa que els jugadors idonis siguin morfològicament alts i longilinis de llargs segments o dotats d'una bona capacitat de salt i suspensió per poder dominar aquesta faceteta de joc tan important.

Tot això fa que el bàsquet sigui un joc fluid, precís, que exigeix perfecció tècnica en la realització de les accions i que part del seu joc té lloc en l'aire, en lluita contra la força de la gravetat, cosa que li dona gran vistositat. A més, el fet que la meta sigui un ob-

jectiu petit, horitzontal i elevat, implica una gran precisió de tir i la impossibilitat de situar entre ella i els jugadors barreres infranquejables; qualsevol jugador des de les 3/4 parts del terreny pot arribar-hi, el que varia en aquest cas és la probabilitat d'encert tenint en compte la regla segons la qual a major distància, menor precisió, per tant, a mesura que ens acostem a la meta, s'incrementa la pressió defensiva.

El sistema de substitució dels jugadors és molt fluid, a l'empara del reglament el qual permet una àmplia gamma de possibilitats tàctiques al voltant dels jugadors de què es disposa. Només l'handbol té un nivell de rotació dels jugadors en joc similar al bàsquet. Això fa que es pugui utilitzar tot el potencial humà per desenvolupar una gran intensitat de joc mitjançant la substitució periòdica de jugadors que mantinguin un nivell alt d'activitat al terreny de joc.

D'altra banda, el sistema disciplinari utilitzat en el nostre esport per sancionar les accions incorrectes relacionades amb el contacte il·legal dels jugadors, és un dels factors reglamentaris que més influeixen en el joc i en el marcador. És per això que

una interpretació errònia d'aquest aspecte del joc per part dels àrbitres, indueix sovint a falsejar els resultats. Un dels problemes més greus del bàsquet és l'actuació equitativa dels àrbitres, amb homogeneïtat de criteris basats en plantejaments objectius dels jutges, sobre el contacte físic dels jugadors en el procés indissociable atac/defensa. Els jutges, com indica el seu nom, han d'impartir justícia en el camp, i és per això que, en base a la seva interpretació dels contactes, assenyalen les faltes personals individuals que s'acumulen a les de l'equip. Hi ha, per tant, una puntuació negativa individual (5 faltes personals) i d'equip (7 faltes personals) cosa que suposa l'eliminació del jugador i la seva substitució en el primer cas, i l'obligació de rebre un 1 + 1 per a l'equip infractor de totes les faltes comeses a partir d'aquest nombre en el segon cas. Tot això reverteix directament en la marxa del marcador. Aquestes armes disciplinàries conjuntament amb la falta tècnica i la falta desqualificadora que, com en els altres esports d'equip, pot arribar a l'expulsió directa del jugador o de l'entrenador, fan que els àrbitres tinguin un gran poder en el resultat del joc, més del que seria desitjable. El joc i la marxa del marcador, l'han de decidir els participants i no els àrbitres amb les seves decisions.

Actualment, i influïts pel bàsquet professional americà de la NBA i conceptes comercials consumistes molt del gust de la societat americana, el bàsquet d'arreu del món, regulat per la FIB, està incorporant nous elements d'interpretació del contacte personal, de tal manera que aquesta restricció s'ha alliberat fins a l'extrem que ja es permet un considerable contacte en accions defensives/ofensives sense pilota, com guanyar la posició per rebre, guanyar la posició de rebot, els talls de cistella, el rebot, etc. També s'han importat altres normes amb l'objectiu

de dotar-lo de nous elements d'interès, com és la incorporació de la línia de 6.25, cosa que ha descongestionat considerablement el joc de l'àrea restringida i ha racionalitzat l'ocupació de l'espai al voltant de la cistella.

En resum, el bàsquet és un esport en renovació constant i amb alguns desafiaments que queden per conquerir per tal de no perdre mai les valuoses característiques que l'han fet tan popular: un gran encert del qual haurien de prendre exemple els altres esports col·lectius.

El temps

De tots els esports d'equip que hem analitzat, el bàsquet és el que té una *estructuració temporal* més definida i evolucionada d'acord amb els mitjans tècnics que ens ofereix la moderna tecnologia. Un partit de bàsquet té dues parts de 20' cadascuna, cosa que fa un total de 40'. Aquest fet representa el menor temps de joc de tots els esports estudiats. Tanmateix, sabem que aquest és un temps de joc efectiu, on les possessions de pilota estan regulades per un temps limitat de 30", el pas del camp de defensa a l'atac està condicionat a 10", les sacades de banda i fons tenen un temps màxim de 5", el mateix temps que té com a màxim un jugador amb la pilota pressionat per la defensa, i la zona restringida té unes limitacions d'estada per als atacants de 3".

De tota manera, sabem que un partit de bàsquet sense pròrroga dura entre 80 i 85 minuts que és el que equivaldria als temps de joc dels altres esports d'equip, amb una *estructuració temporal* menys rígida que el nostre (handbol, 60'; rugbi, 70'; futbol, 90'). Per això en el bàsquet l'esforç està molt ben regulat amb el 50% del temps d'activitat jugada i l'altre 50% de pauses (temps morts, substitucions, faltes personals, etc.) fa que el temps efectiu de joc es jugui amb una gran intensitat i con-

centració, cosa que es tradueix sovint en una gran agressivitat mental per obtenir la victòria.

L'anticipació

Tal com estem veient, el bàsquet és un esport que exigeix un gran nivell de coordinació, destresa i habilitat tècnica en l'execució de les accions, tot això combinat amb grans dosis de precisió: és per aquest motiu que l'objectiu tècnic per excel·lència, el llançament a cistella, és un tir d'extrema precisió. Però no n'hi ha prou amb això per ser eficaç ja que s'exigeix que aquestes qualitats es desenvolupin a gran *velocitat*, ja que el nostre joc s'executa en un espai reduït, on no es permet el contacte sobre el jugador que porta la pilota i que, a més, el maneja amb la mà. Tot això fa que necessitem l'anticipació, com a conducta bàsica en el desenvolupament eficaç del joc, i parlar d'*anticipació* és parlar de concentració mental, de velocitat de reacció i de velocitat gestual. El jugador que no posseeixi aquestes qualitats és difícil que arribi a ser un bon jugador.

Comunicació motriu

És important assenyalar que les *xarxes de comunicació i contracomunicació* que es duen a terme en els esports d'equip són complexes i força evolucionades. Hi ha el llenguatge verbal i el motriu, aquest últim molt important ja que el jugador ha d'interpretar en tot moment els gestos i les accions que adversaris i companys executen constantment amb l'objectiu de buscar la solució tècnica adequada i executar-la amb eficàcia.

El bàsquet, per la seva trajectòria i especificitat ha desenvolupat especialment aquest camp i així, a part dels gestos universalitzats dels àrbitres, els equips, i per tant els jugadors, han elaborat una completa gamma de gestemes propis i secrets que s'utilitzen per designar les jugades o altres accions del joc. De-



manar una pilota, assenyalar mà de blanc, defensar el tir, etc., són gestemes generalitzats i, per tant, són utilitzats indistintament. Els praxemes indiquen sempre una acció motriu amb sentit tàctic, com realitzar una porta endarrere, guanyar la posició, realitzar un tall de costat dèbil al costat de la pilota, efectuar un aclarit, etc. Els gestemes i els praxemes s'alternen durant el joc.

Segons els estudis realitzats per J. Hernández (1988), el nostre esport és una *activitat de caràcter sòcio-motriu* en la qual predomina la comunicació pràctica essencial i directa (cooperació/oposició) i la comunicació pràctica indirecta (gestèmica i praxèmica) amb escasses situacions psico-motrius (per exemple, el tir de personal).

L'estratègia

L'*estratègia motriu* presenta nivells variables dins dels esports d'equip tot i que el to general és força elevat. És important dir que la idiosincràsia pròpia d'aquests esports sòcio-motrius afavoreix el desenvolupament d'aquesta circumstància ja que són activitats que es juguen amb adversaris i que tenen una meta fixa, situada en el terreny de joc que cal cercar superant els obstacles que es presenten i, per tant, predominen les *conductes de decisió* respecte a les d'execució. De tota manera, que el joc es realitzi amb la mà o amb el peu ja és una diferència important ja que el maneig de la pilota és imprescindible a l'hora d'obtenir un nivell de sincronització en l'espai i en el temps que permeti atènyer l'objectiu desitjat, la meta. La passada és el fonament de l'estratègia motriu per excel·lència i la seva execució porta implícita un missatge entre passador i receptor que cal saber interpretar. De tota manera, no és el mateix realitzar la passada amb la mà que amb el peu o amb el cap; no és el mateix fer un passi a 5,10 o 15 m

que a 20, 30, 40, 50 m..., no és el mateix fer una passada sense càrrega que fer-la rebent una càrrega vigorosa, contemplada en el reglament; no és el mateix tenir una meta vertical (porteria de 2.4 x 7.3 m) situada arran de terra, on es poden acumular defensors que aturin totes les possibles vies de penetració, que tenir una meta horitzontal i elevada, amb la impossibilitat física de defensar-la permanentment gràcies a la llei de la gravetat i a les limitacions reglamentàries que s'estableixen sobre

aquesta qüestió i que representen una defensa contra el gigantisme dels jugadors que amenaça certs aspectes del joc. Per tot això, és molt més difícil desenvolupar una estratègia eficaç en futbol, per exemple, que en bàsquet, ja que el nostre esport té una dinàmica i configuració ideal per al desenvolupament de la tàctica i l'estratègia. És per això que hem analitzat els diferents trets funcionals que defineixen el bàsquet i tots ells representen valors ideals per a aquest patró. Només el rugbi



DEFENSA

..... Recuperació de la pilota

CONTRAATAC
TRANSICIÓ
ATAC

..... Pèrdua de la pilota

TRANSICIÓ ATAC/DEFENSA

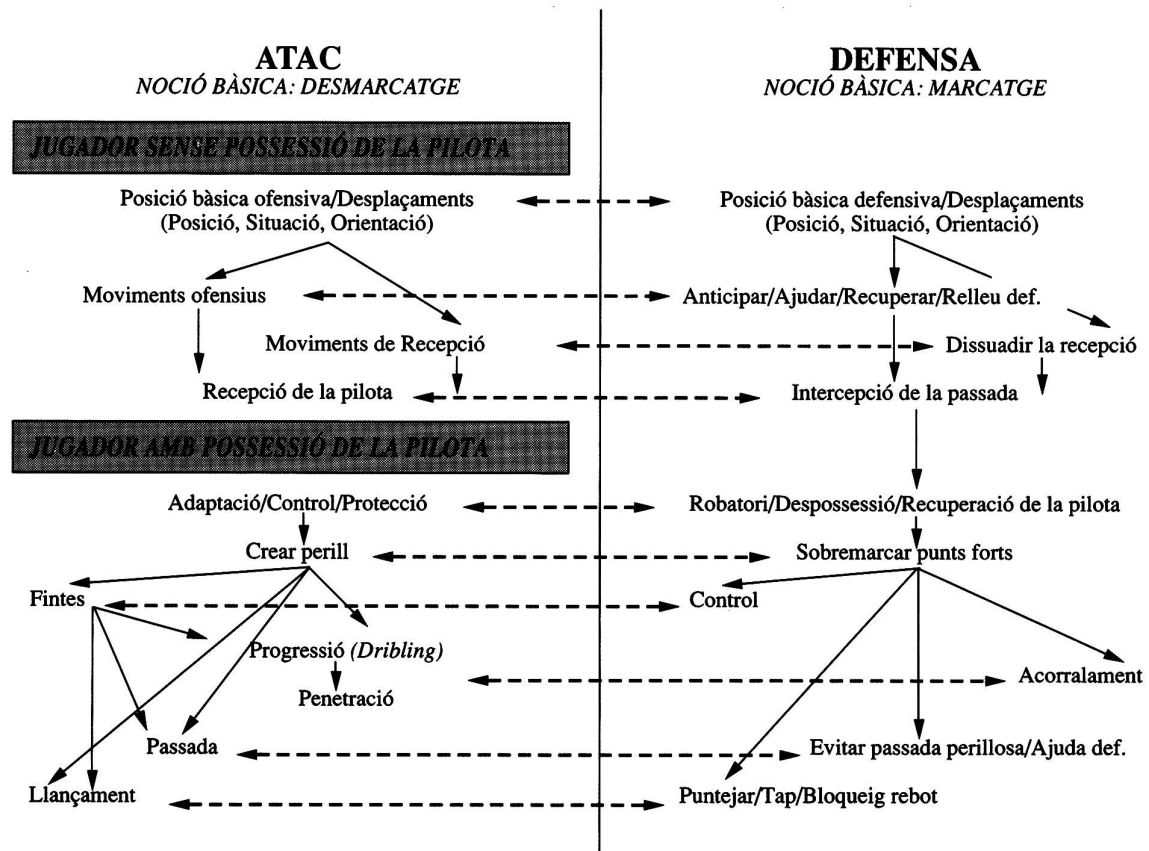
Quadre 4

arriba a un nivell de desenvolupament estratègic tan elevat. Tots dos esports, que són els que tenen uns índexs majors, són superats per un esport de la família del rugbi, el futbol americà.

El bàsquet és, per tant, un esport eminentment estratègic, cosa que obliga

el jugador a desenvolupar un comportament tàctic individual que ha d'harmonitzar amb el dels seus companys, mitjançant un procés que denominem tàctica col·lectiva, analitzant en tot moment la situació del joc, tant dels companys com dels adversaris. És el que anomenem lectura

de joc. En aquesta línia, el jugador de bàsquet ha de decidir contínuament. Per això, aquest factor és tan decisiu a l'hora de valorar la seva eficàcia ja que, en funció de la seva capacitat de decisió i del seu nivell d'execució, tindrem el jugador vàlid o no, tot i que el primer factor condiciona enormement el segon. De tota manera, la capacitat d'execució és més entrenable i susceptible de ser millorada que la primera; per tant, cal detectar jugadors que presentin bons nivells decisoris. La capacitat de decisió és un concepte eminentment tàctic i la capacitat d'execució és més aviat un concepte físico-tècnic. En el comportament estratègic incideixen tots els paràmetres que determinen l'evolució de l'acció de joc, és a dir, les regles



Quadre 5. Anàlisi funcional de les intencions tàctiques en bàsquet



de joc, la tècnica, l'espai, el temps i la comunicació.

Des del punt de vista del jugador, els rols socio-motrius que pot dur a terme en aquest camp estratègic, vindran representats per dues grans fases del joc ben diferenciades: l'atac i la defensa, on el jugador realitzarà conductes mixtes de cooperació/oposició, en què tindran més importància les primeres en la primera fase i les segones a la segona. Dins de l'atac, el jugador executarà dos rols socio-motrius: jugador amb pilota i jugador sense pilota, i en la defensa executarà el rol de jugador sense pilota per abordar amb claredat el plantejament pedagògic vàlid per a l'ensenyament de les capacitats d'execució representat per la motricitat específica i el seu desenvolupament últim, la tècnica. Des del punt de vista de l'equip, les actuacions estratègiques vindran definides per les diverses fases del joc que, en general, coincidiran amb les fases de jugador individual, és a dir, l'atacant i la defensa, i específicament, distingirem les fases especificades en el quadre 4.

Cada fase té unes característiques concretes representant tot un pla d'actuació col·lectiva amb uns objectius molt específics i uns recursos d'aplicació molt evolucionats. Això ens fa afirmar que el bàsquet és un esport de gran complexitat tàctica, cosa que dut al camp de la pràctica pot representar una gran dificultat en la fase d'iniciació si aquest tema no s'aborda amb criteris didàctics adequats. D'altra banda, és fonamental que el jugador d'elit sàpiga representar perfectament el paper en cada fase del joc, utilitzant adequadament els recursos tècnics i tàctics existents.

Per aquest motiu, hem elaborat un quadre d'intencions tècnico-tàctiques, en base a les tres situacions de joc possibles, en les quals es pot trobar un jugador en la competició: jugador sense pilota en atac, jugador amb pilota i jugador en defensa (vegeu quadre 5).

La tècnica-tàctica

El plantejament estratègic dels esports d'equip és, com hem vist, sumament important. Cal, en aquest sentit, coordinar les accions in-

dividuals de tots els jugadors en l'espai i en el temps, amb un objectiu comú, i resoldre tots els problemes que presenti l'equip rival mitjançant una bona capacitat de decisió, producte d'una bona lectura del joc. Però a l'hora de materialitzar l'acció cal utilitzar una sèrie de recursos motrius específics que genèricament hem anomenat capacitat d'execució i que correspon a la *tècnica*.

En general sempre s'ha donat més importància als fonaments que a altres aspectes del joc. S'ha sobreestimat el seu valor real ja que la tècnica té importància com a mitjà al servei de la decisió estratègica que es vulgui dur a terme -com ha demostrat molt bé J. Hernández en la seva tesi doctoral sobre l'anàlisi de l'acció de joc en bàsquet (1987)-, però no té valor en ella mateixa. Això és així perquè en estar inclosa en un context estratègic, el jugador necessita decidir constantment, com a conseqüència de l'observació sistemàtica del joc, i en funció de la seva decisió mental optarà pel recurs tècnic adequat per tal de dur a terme en el joc la solució real del

INTENCIONS DE L'ATAC

- 1- MOVIMENTS DE RECEPCIÓ
- 2- RECEPCIÓ DE LA PASSADA
- 3- PROTECCIÓ DE LA PILOTA
- 4- CREACIÓ DE PERILL
- 5- PENETRACIÓ
- 6- FINTES
- 7- LLANÇAMENT
- 8- PASSADA

INTENCIONS DE LA DEFENSA

- DISSUADIR LA RECEPCIÓ
- INTERCEPTACIÓ
- ROBATORI/PÈRDUA DE LA PILOTA
- SOBREMARCAR PUNTS FORTS
- ACORRALAMENT
- CONTROL
- TAP/PUNTEJAR/BLOQUEIG REBOT
- EVITAR PASSADA PERILLOSA/AJUT

Quadre 6

ESPAI: Àrea: Rectangular, 420 m². Espai d'interacció individual: 42 m²/jugador. Distància de càrrega: Càrrega prohibida pel reglament.	• Espai de joc reduït. • Implica perfecció tècnica i habilitat en l'execució, gran velocitat gestual i domini corporal. • Això comporta l'especialització dels jugadors en funció de la posició en el camp on es desenvolupa el joc.
SUBSPAIS: – Línia de banda: fins que la pilota entra en contacte amb el terra, algú o alguna cosa que es troba fora del camp. – Línia central: Camp enrera i regla de 10 segons. – Cercles (1 central/2 a cada camp): Salt entre dos i llançament dels tirs lliures. – Zona restringida: Regla a 3 s i tirs lliures. – Línia de 6,25 m: Llançament de 3 punts.	• Potencia conductes agressives davant pilotes sense amo. Salts acrobàtics per tornar al camp pilotes difícils. • La pilota no pot tornar del camp ofensiu al defensiu. Temps màxim de 10 segons per portar la pilota de la zona de defensa a la zona d'atac. Estimula defenses agressives. • Llançament de començament de partit (Cercle central). Espai individual que té el llançador de tirs lliures (Semicercler de cada camp). • Desavantatge per als homes alts, evitant la immobilitat. Situació per al rebot en els tirs lliures. • Obertura de la defensa, millora de l'espai d'interacció individual, fluidesa ofensiva interior.
LA PILOTA: Es juga amb les mans. Bona adaptació. Dificultat per a la seva manipulació i maneig amb una sola mà. Limitada la progressió amb la pilota (dobles i passos).	• Permet ser més ben dominada i manejada. • Facilita l'habilitat en les accions individuals. • Més precisió en les passades. • El reglament castiga durament accions incorrectes en possessió de la pilota: Recepcions defectuoses, sortides en dribbling il·legals, etc.
TEMPS: 2 parts de 20 minuts cadascuna. Temps efectiu. – 30 s: de possessió de la pilota per culminar l'atac. – 10 s: de transició del camp de defensa al camp d'atac. – 5 s: per a les sacades de banda i de fons. Temps que té un jugador pressionat sense botar per jugar la pilota. – 3 s: d'estada a la zona restringida.	• Evita la passivitat ofensiva davant d'un marcador al seu favor. • Potencia les pressions defensives en tot el camp. • Estimula la defensa agressiva. • Disminueix l'avantatge dels homes alts. Joc de gran intensitat, amb recuperacions parcials de l'esforç. Relació entre activitat i pauses aproximadament al 50%.

Quadre 7. Resum: anàlisi funcional del bàsquet



OBJECTIU: Horitzontal i circular, de petites dimensions. Situat a 3.05 m d'alçada.	• La forma de puntuació es realitza mitjançant un element tècnic de precisió. El llançament implica: selecció de tir, equilibri, relaxació, etc. S'hi pot accedir des de molts punts de l'espai de joc (Més distància, menys precisió). • Qualitats morfològiques dels jugadors.
PUNTUACIÓ: – 1 Punt: Tir lliure. – 2 Punts: Tir de camp (a menys de 6.25 m). – 3 Punts: Tir de camp (a més de 6.25 m).	• Les faltes personals i tècniques influeixen al marcador. • A menor distància, major precisió. • Llançament amb gran component estratègic.
REGLAMENTACIÓ: – Limita el desplaçament amb pilota (Dobles, Passos). – Restricció de la càrrega: Falta personal. – Influència de les personals al marcador.	• Evita el benefici ofensiu en la progressió cap a l'objectiu, incloent-hi el dribling. • Tot i que és permet el contacte en accions sense pilota: rebot, talls, guanyar la posició en una recepció... • - Tècnica: 2 tirs lliures. - Falta intencionada: 2 tirs lliures i possessió de la pilota. - 7 faltes d'equip: Llançaments d'1 + 1. - 5 personals d'un jugador: expulsió amb substitució.
ÀMBIT D'INTERACCIÓ MOTRIU: El reglament només limita la contracomunicació (Relacions d'oposició). Hi ha un codi gestèmic arbitral (entès per tots), gestemes propis de l'equip i codi praxèmic fonamentalment. El codi lingüístic està permès. Predomini de la comunicació pràctica essencial i directa, i la comunicació pràctica indirecta.	• Les interaccions més importants són: Interacció entre jugadors: Fins i tot amb gestemes només codificables per l'equip. Interacció entrenador-jugadors: Només reglamentada de manera específica en els temps morts. Interacció de l'àrbitre: Amb codi gestèmic internacional. • Poques situacions psicomotrius pures (el tir lliure).
ESTRATÈGIA: – Comportament tàctic individual i col·lectiu. – Sincronització d'accions de l'equip en funció dels defensors. – Rols socio-motors en el camp.	• Imposada per l'entrenador en major o menor grau. • Important la lectura del joc (Percepció), desenvolupar la capacitat de Decisió i finalment el nivell d'execució. • Especialització dels jugadors en funció de les seves característiques antropomètriques i tècnico-tàctiques i psico-socials.

Quadre 7. Resum: anàlisi funcional del bàsquet (cont.)

TÈCNICA I TÀCTICA:

- Tècnica ofensiva: Amb/sense pilota.

Tècnica defensiva.

- Importància de la Tècnica al servei de la Tàctica.

- Interacció Tècnica-Tàctica mitjançant les capacitats de percepció, decisió i execució.

- Desenvolupament de les qualitats motrius bàsiques (velocitat, força, resistència, coordinació, flexibilitat...) al servei de la tècnica.

- La motricitat bàsica de l'individu (córrer, saltar, llançar, lluitar, etc.) al servei del joc en funció de les limitacions reglamentàries, per tal d'assolir la màxima eficàcia: LA TÈCNICA.

- El jugador ha de percebre i analitzar les diverses situacions i opcions que li planteja el joc; ha d'emetre una decisió adequada mitjançant les capacitats d'execució (els fonaments tècnics).

Cal desenvolupar de manera prioritària les capacitats de percepció per aconseguir una decisió correcta en el joc, que permeti aconseguir jugadors imaginatius i creatius. El desenvolupament exclusiu de les capacitats d'execució crea jugadors robotitzats i amb una llibertat creativa de joc molt pobre.

Quadre 7. **Resum: anàlisi funcional del bàsquet (cont.)**

problema que es presenta. No volem dir amb això que l'ensenyament i el perfeccionament dels fonaments no sigui tan necessària, sinó al contrari, volem donar-li una dimensió real al servei de la intel·ligència motriu del jugador i de la seva capacitat de decisió, factors que s'han oblidat i que, per tant, es treballen poc en els entrenaments. En els criteris de selecció de jugadors, sovint s'obvien aquests tipus de conductes, cosa per la qual es produeixen molts fracassos.

La tècnica en bàsquet es basa en algunes de les capacitats filogenètiques de l'individu: córrer, saltar, llançar, lluitar, etc., i, en concret, en l'adaptació específica de la motricitat del jugador a un joc que tingui unes regles molt concretes que limiten les àmplies possibilitats motrius del jugador amb la finalitat d'obtenir una màxima eficàcia. És a dir, la tècnica

parteix dels recursos motrius de l'home i els acobla al binomi regles/rendiment; el producte final en són els fonaments del joc.

El bàsquet té unes condicions idònies per desenvolupar patrons tècnics eficaços al servei del plantejament estratègic que, com hem vist, està sumament estructurat. És, per tant, coherent que d'acord amb el nivell tàctic, la tècnica, que es el seu fonament base, tingui també aquest nivell de desenvolupament per aconseguir un producte coherent i equilibrat. No passa el mateix en els altres esports d'equip, en què els paràmetres funcionals analitzats determinen un nivell d'execució tècnica inferior, clarament inferior al seu nivell tàctic -els guarismes de les puntuacions així ho demostren-; hi ha un gran desequilibri que cal corregir.

Finalment cal afegir un quadre de les principals intencions tècniques del

jugador, en funció dels seus objectius de partida i seqüenciades en les dues grans fases del joc: l'atac i la defensa (vegeu quadre 6)

Conclusions

Com a resum, direm que el bàsquet és una activitat molt evolucionada i en renovació permanent que presenta una estructura funcional harmònica i coherent. És un esport els factors del qual ens mostren que té un alt grau de desenvolupament i un perfil esportiu que respon al d'una pràctica d'estructuració temporal elevada, que compta amb el suport de mitjans tecnològics actuals, que demana una distribució dels esforços racional, la dosificació de la qual sorgeix de la mateixa dinàmica del joc. De tot això es deriva que resulti una activitat intensa i vistosa, tant per al practicant com per a l'espectador, que requereix un gran



nivell d'execució tècnica a màxima velocitat, dirigida per una capacitat de decisió intel·ligent al servei d'un plantejament estratègic col·lectiu, summament complex, cosa que obliga els jugadors a tenir una gran concentració mental en les tasques col·lectives de cooperació-oposició (vegeu quadre 7).

El bàsquet és una pràctica que es realitza en un terreny força reduït i on part del joc es desenvolupa a l'aire, com a conseqüència de la posició de

la meta, sense obstacles permanents, amb un reglament que juga a favor del joc vistós i espectacular. Per tot això resulta que el nostre esport té milions d'aficionats, practicants i espectadors, en el nostre país i arreu del món (és un dels tres esports més populars del món) i sovint se'n parla com l'esport paradigma dels nostres dies, pel seu dinamisme, pel seu desenvolupament tècnic-tàctic i per la seva espectacularitat.

BIBLIOGRAFIA

HERNÁNDEZ MORENO, J., *Estudio sobre el análisis de la acción del juego en los deportes de equipo: su aplicación al baloncesto*, Tesis doctoral, Barcelona, 1987.

PARLEBAS, P., *Elementos de sociología del deporte*, Junta de Andalucía/Uniesport, Màlaga, 1988.

OLIVERA, J. i MARÍN R., «Bàsquet: la revelació d'un futur», *Apunts: Educació física i Esports*, monogràfic, 7 i 8, 1987.