

INDICE

PRÓLOGO, 7

PRESENTACIÓN, 9

PARTE I. LA TÉCNICA INDIVIDUAL

CAPÍTULO I. Movimientos básicos, 11

La posición estática. El pivote. Los desplazamientos. El cambio de ritmo. La parada en dos tiempos. La parada de un tiempo. El salto.

CAPÍTULO II. El bote, 19

Principios generales. El pivote con balón. La finta de bote. El bote de protección. El bote de avance. El cambio de ritmo. El cambio de mano: principios generales y tipos. Movimientos tras el bote.

CAPÍTULO III. El lanzamiento, 45

Principios generales. El tiro libre. El tiro en suspensión. El tiro en elevación. El tiro de gancho. De gancho en suspensión. El tiro en movimiento. El palmeo.

CAPÍTULO IV. La aproximación, 67

Principios generales. La entrada. La bandeja. A canasta pasada. De gancho. Interior. Escondiendo el balón. La extensión. Con doble cambio de dirección. Con cambio de mano. Con cambio de pie. Con C.M. en el aire. El mate.

CAPÍTULO V. El uno contra uno (1x1), 85

El 1 x 1 en ataque. La defensa de 1 x 1.

PARTE II. LA TÉCNICA COLECTIVA

CAPÍTULO VI. La recepción, 113

Principios generales. Tipos de recepción. Fintas de recepción. Movimientos de recepción de un jugador de perímetro. Movimientos de recepción de un jugador interior. Corte hacia el balón.

CAPÍTULO VII. El pase, 125

Principios generales. La finta de pase. Pases con dos manos. Pases con una mano. Movimientos posteriores al pase.

CAPÍTULO VIII. El dos contra dos (2x2),141

El ataque en el 2x2. Pasar y cortar. El bloqueo directo (B.D.). La pantalla. 2x2 entre dos jugadores de perímetro. 2x2 entre un jugador exterior y uno interior. 2x2 entre dos jugadores interiores. Defensa del 2x2. Defensa de la línea de pase. Defensa del «pasar y cortar». Defensa del B.D. La superioridad defensiva (S.D.).

CAPÍTULO IX. El tres contra tres (3x3), 177

Principios generales. El bloqueo indirecto (B.I). B.I. entre dos jugadores exteriores. B.I. entre un jugador exterior y uno interior. B.I. entre dos jugadores interiores. Cruce por el fondo. Defensa del 3x3.

CAPÍTULO X. El cuatro contra cuatro (4x4), 207

Principios generales. El doble bloqueo (D.B.). El bloqueo continuado (B.C.). La defensa del 4x4.

CAPÍTULO XI. El rebote, 219

Principios generales. El rebote ofensivo. El rebote defensivo.

CAPÍTULO XII. El contraataque, 225

Principios generales. El contraataque defensivo. Inicio del contraataque. Distribución de los jugadores. Finales con superioridad numérica.

CAPÍTULO XIII. La superioridad defensiva (S.D.), 247

Principios generales. Tipos de S.D.

CAPÍTULO XIV. La teoría de los tránsitos, 253

Principios generales. Roles colectivos. Roles individuales. Los tránsitos. Tipos de tránsitos. La **táctica** ofensiva. La **táctica** defensiva.

BIBLIOGRAFÍA, 269