

Otro Baloncesto: Conceptos de entrenamiento



Fecha de publicación: 13 septiembre, 2015

Autor: Jordi Bargalló

Longitud de impresión: 115

Idioma: Español

PDF

Cada fin de semana miles de jugadores se reparten por las canchas del país para jugar a baloncesto, en niveles diferentes. La idea fundamental me parece que tendría que ser disfrutar de la actividad, divertirse, aprender a jugar, mejorar y... también ganar, por supuesto. Sin embargo, ganar, en nuestro deporte, sólo lo logra el 50% de los equipos participantes. Los demás aspectos, disfrutar, aprender, y mejorar, tendrían que conseguirse siempre y, por lo tanto, ser el objetivo prioritario de todos aquellos que participan, ya que dependen solamente de nuestra manera de ver y enfocar las cosas y el juego, de modo que disponemos de muchas más opciones de control.

Sin embargo, si nos dejamos caer por cualquiera de las pistas en donde se juegan partidos en los que intervienen jugadores jóvenes, no sacamos precisamente esta impresión. Son

demasiado frecuentes las malas caras, los malos gestos, la excesiva ansiedad, las actitudes inadecuadas, los gritos constantes, etc., por parte de entrenadores, jugadores y acompañantes.

Este trabajo es una propuesta para dejar que los jugadores disfruten de algo que les apasiona, del placer que proporciona la actividad en sí misma, sencillamente ayudándoles a encontrar su propio recorrido sin presionarles ni interviniendo a cada instante.

<http://yep.pm/qgOhXSod5/BRZvf6fx7.pdf.rar>