

IOT - Técnicas de arbitraje individual. Conceptos básicos (1)

El arbitraje de baloncesto requiere

- Anticiparse a lo que sucederá - Mentalidad activa
- Entender lo que está sucediendo - Conocimiento del baloncesto
- Reaccionar apropiadamente a lo que ha sucedido - Entrenamiento de imagen mental

CROSS STEP (CS o PASO CRUZADO)

Definición: Cuando una jugada de 1x1 progresa en una dirección y el árbitro responsable camina en la dirección opuesta. Este ajuste se puede hacer en todas las posiciones de la mecánica, tanto 2PO (Cabeza y Cola) como 3PO (Cabeza, Cola y Centro).

Objetivo: Minimizar el tiempo en el que el árbitro y la pareja de oponentes que controla (atacante y defensor) están en línea, para observar el espacio entre los jugadores el mayor tiempo posible.

Técnica: En todas las situaciones, hay un límite de espacio o de posición de cuerpo del árbitro que le impide seguir viendo la ventana entre los oponentes desde el mismo lado, según va progresando la jugada. Antes de que el árbitro quede en línea con la acción, aprovechando el movimiento hacia una dirección de la pareja de jugadores, el árbitro se mueve en la dirección contraria para conseguir ver nuevamente la ventana entre los oponentes desde el otro lado de la acción.

Los siguientes ejemplos son meramente orientativos de la técnica y no constituyen en sí mismo ningún cambio en la mecánica. Reflejan únicamente situaciones de 1x1 y para arbitrar hemos de considerar siempre la globalidad de la situación de juego (5x5).

CROSS STEP DEL ÁRBITRO DE CABEZA (2PO/3PO)		Cabeza parte desde su posición base, controlando a la derecha de la jugada	CROSS STEP DEL ÁRBITRO DE CENTRO (3PO)		Centro parte desde su posición base, controlando a la derecha de la jugada	CROSS STEP DEL ÁRBITRO DE COLA (2PO/3PO)		Cola parte desde su posición base, controlando a la izquierda de la jugada
		La jugada se desplaza hacia la línea de fondo			La jugada (penetración por el lado débil) se desplaza hacia la línea de fondo			La jugada se desplaza hacia el lado izquierdo del ataque
		Cabeza mantiene la distancia y continúa controlando el espacio entre los jugadores desde la derecha			Centro mantiene la distancia y continúa controlando el espacio entre los jugadores desde la derecha			Cola continúa controlando el espacio entre los jugadores desde la izquierda
		Llega un momento en el que la posición de Cabeza desde la derecha es incompatible con la mecánica, por lo que realiza un Cross Step, minimizando el tiempo en línea con los jugadores			Llega un momento en el que la posición de Centro desde la derecha es incompatible con la mecánica, por lo que realiza un Cross Step, minimizando el tiempo en línea con los jugadores			Llega un momento en el que la posición de Cola desde la izquierda es incompatible con la mecánica, por lo que realiza un Cross Step, minimizando el tiempo en línea con los jugadores
		Cabeza controla la jugada desde la izquierda			Centro controla la jugada desde la izquierda			Cola controla la jugada desde la derecha

Los modelos de jugadores y árbitros están en una escala mayor para facilitar la percepción del concepto

IOT - Técnicas de arbitraje individual. Conceptos básicos (2)

El arbitraje de baloncesto requiere

- Anticiparse a lo que sucederá - Mentalidad activa
- Entender lo que está sucediendo - Conocimiento del baloncesto
- Reaccionar apropiadamente a lo que ha sucedido - Entrenamiento de imagen mental

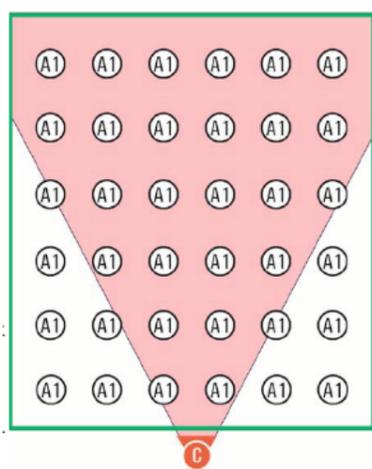
POSICIÓN, ÁNGULO ABIERTO (45°) Y AJUSTES

Definición: Método de ubicación de los árbitros en todas las posiciones de la mecánica, tanto 2PO (Cabeza y Cola) como 3PO (Cabeza, Cola y Centro), de forma que estén dentro de su campo de visión los jugadores clave en un 1x1 —responsable/s del juego cerca del balón— o tantos jugadores como sea posible —responsable/s del juego lejos del balón— para ver una acción ilegal, ya esté el balón vivo o muerto.

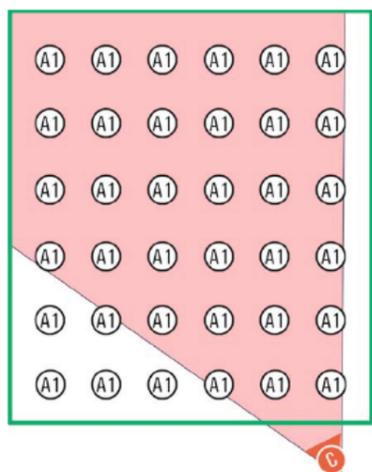
Objetivo: La calidad del arbitraje aumenta cuando los árbitros tienen una adecuada cobertura primaria en todas las jugadas obvias. Por ello es importante que se muevan tan rápidamente como les sea posible para estar en la posición correcta, y hacerlo para conseguir: Detenerse, Observar y Decidir.

Técnica: Si un árbitro tiene más jugadores en su campo de visión, las posibilidades de ver acciones ilegales aumenta exponencialmente. Si un árbitro se coloca en cancha con una posición adecuada, un ángulo abierto suficiente y ajusta su posición en función del juego que debe controlar, es probable que tenga un mayor nivel de precisión, obteniendo un mejor rendimiento.

Comparativa del control del juego (desde el borde de la jugada)



Sin ángulo abierto, el árbitro controla a menos jugadores dentro de su campo de visión.



Con ángulo abierto y a 45°, se aprecia el mayor número de jugadores controlados.

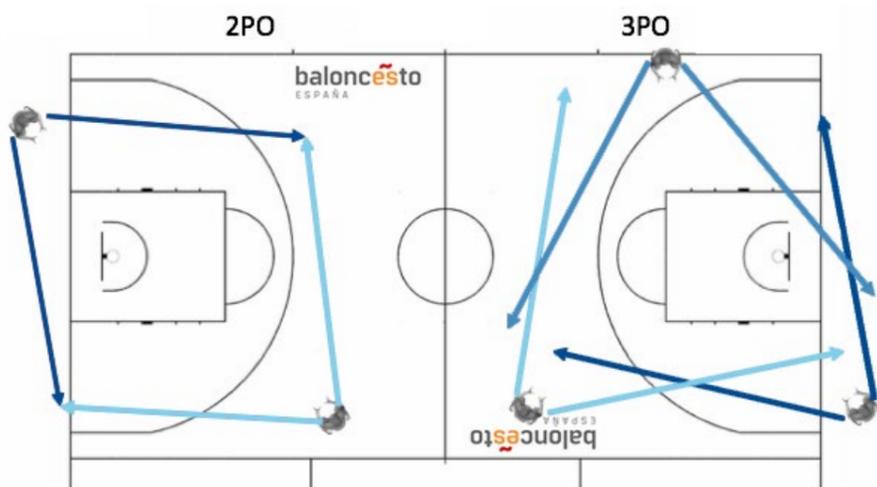
Principios para colocarse y mantener un ángulo abierto

- Moverse al lugar correcto y establecer el ángulo abierto adecuado.
- Anticiparse (mentalmente por delante de la jugada) hacia donde hay que estar.
- Ajustar la posición a la jugada para mantener ángulo abierto (un paso cada vez).
- Moverse siempre con un propósito, sabiendo dónde se necesita estar y por qué.
- Ir hacia donde se necesite para estar en posición de arbitrar la jugada (puede exceder al **área de trabajo**).
- Con una posición inicial correcta hay menor necesidad de moverse, pero nunca hay que permanecer **estático** sino ajustando en todo momento, según la jugada y movimiento de los jugadores.

¿Cómo aplicar estos principios teóricos al arbitraje?

No se trata de dar una solución específica para cada caso particular, sino de ayudar a la mecánica arbitral (tanto 2PO como 3PO) mediante el conocimiento del juego de forma que, para juzgar cualquier situación, el árbitro esté ubicado en la cancha en una posición desde la que tenga una clara visión del inicio, desarrollo y final de la acción, que pueda ayudarle con la decisión. El principio general es que cada árbitro debe colocarse en la cancha de forma que sus caderas estén encaradas en todo momento con el círculo/semicírculo del terreno de juego más cercano.

Posiciones de partida en 2PO y 3PO



Principales errores en la colocación de los árbitros



IOT - Técnicas de arbitraje individual. Conceptos básicos (3)

El arbitraje de baloncesto requiere

- Anticiparse a lo que sucederá - Mentalidad activa
- Entender lo que está sucediendo - Conocimiento del baloncesto
- Reaccionar apropiadamente a lo que ha sucedido - Entrenamiento de imagen mental

DISTANCIA Y ESTACIONARIO

Definición: Se tiende a pensar que moverse de un lado a otro en el terreno de juego y estar muy cerca de las jugadas ayuda a los árbitros a tomar decisiones correctas. Sin embargo, hay que entender y tener en cuenta la distancia y la posición estacionaria como aspectos importantes que también se aplican al arbitraje.

Objetivo: Identificar y entender puntos clave, así como la necesidad de mantener una distancia adecuada a la jugada y en posición estacionaria cuando se arbitran emparejamientos competitivos.

Técnica: DISTANCIA. Es importante mantener una distancia apropiada a la jugada, sin estar demasiado cerca, para valorar una acción, ya que el árbitro puede perder perspectiva y tener la sensación de que los movimientos se producen a una velocidad mayor. Las ventajas para el árbitro de mantener una distancia de 3 a 6 metros a la jugada son:

- Disminuye la posibilidad de una *pitada emocional* o de sancionar solo la reacción.
- Mantiene la perspectiva de manera que los movimientos parezcan más lentos.
- Mantiene un ángulo abierto, que incrementa la posibilidad de ver a más jugadores en su campo de visión.
- Puede ver la imagen global del partido (*big picture*): próximas jugadas a controlar, control de dispositivos de tiempo, identificar la posición de los compañeros, etc.

ESTACIONARIO. A menudo los árbitros no son conscientes de si están quietos o no cuando comienza la acción que deben valorar. Si se quiere focalizar en una acción concreta lo mejor es hacerlo mientras se está parado. Las ventajas para el árbitro de valorar la jugada desde una posición estacionaria son:

- Sus ojos no están moviéndose arriba y abajo como cuando se está desplazando y, por ello, aumenta su concentración.
- Si aumenta la concentración es más probable que adopte una decisión correcta.



Ejecución correcta después de canasta

- 1) Se produce un lanzamiento a canasta.
- 2) El balón entra en el cesto.
- 3) Durante el saque después del cesto convertido el árbitro activo (nuevo cola) está a una distancia correcta y se mantiene estacionario, controlando el saque y la recepción posterior.
- 4) Una vez completado el saque, el sacador entra en el terreno de juego y el árbitro de cola también entra en la cancha.



Ejecución incorrecta después de canasta

- 1) El árbitro activo (nuevo cola) entra en el terreno de juego antes que los jugadores: no estacionario.
- 2) El árbitro activo (nuevo cola) se aleja de la situación a controlar: distancia incorrecta.
- 3) El árbitro activo (nuevo cola) se acerca a la situación a controlar: distancia incorrecta.



Ejecución en un lanzamiento a canasta

- 1) Cola anticipa su movimiento: distancia adecuada y estacionario durante el tiro.
- 2) Acaba el lanzamiento y se mueven jugadores. Cola se desplaza para estar en posición óptima en la siguiente acción.
- 3) En situación de rebote, cola está nuevamente con distancia adecuada y estacionario.
- 4) Ejecución incorrecta: cola penetra con el tiro y no mantiene la distancia correcta ni está estacionario en el momento crítico del lanzamiento.

IOT - Técnicas de arbitraje individual. Conceptos básicos (4)

El arbitraje de baloncesto requiere

- Anticiparse a lo que sucederá - Mentalidad activa
- Entender lo que está sucediendo - Conocimiento del baloncesto
- Reaccionar apropiadamente a lo que ha sucedido - Entrenamiento de imagen mental

ARBITRAR AL DEFENSOR

Definición: El concepto de arbitrar al defensor es una de las piedras angulares para un adecuado arbitraje de baloncesto: la prioridad del árbitro que controla un emparejamiento competitivo en la zona cercana al balón es mantener la atención sobre la legalidad del jugador defensor mientras se mantiene al jugador atacante también en el campo de visión.

Objetivo: Identificar el principal foco de atención cuando se analiza una jugada de uno contra uno.

Técnica: El árbitro debe conseguir una posición que le permita ver claramente al defensor, utilizando los conceptos de IOT ya definidos:

- o Cross-Step,
- o Posición, Ángulo Abierto (45°) y Ajustes y
- o Distancia y Estacionario.

No hay que *arbitrar* el espacio entre los jugadores, sino arbitrar a la defensa en sí. Para ello es necesario conseguir una posición en la que pueda verse el espacio entre los jugadores y no estar en línea árbitro, atacante y defensor.

Cuando se arbitra en la zona cercana al balón —normalmente con menor espacio entre los jugadores— es necesario centrar la atención en la ilegalidad del jugador defensivo.



PERMANECER CON LA JUGADA

Definición: En ocasiones, los árbitros se equivocan en una decisión obvia. La clave para tomar la decisión correcta en estas situaciones es adoptar una disciplina profesional: ser paciente y cuidadoso cada vez que se arbitre una jugada. Se espera que los árbitros permanezcan con la jugada hasta el final de la acción; es decir, mantener los ojos y la atención en la jugada hasta que termine.

Objetivo: Entender cómo aumentar el control de calidad en las situaciones de juego.

Técnica: MENTALMENTE. Concentrarse en el defensor hasta que la jugada haya terminado. Por ejemplo, en un tiro de larga distancia, esperar a que el lanzador haya vuelto al terreno de juego y que no se produce un contacto ilegal del defensor, en lugar de seguir el balón en su trayectoria hacia la canasta mientras el lanzador aún no ha caído, con su defensor cerca.

FÍSICAMENTE. No comenzar a moverse. Por ejemplo, en un tiro de larga distancia, el/los árbitro(s) exterior(es) —cola en 2PO y cola y centro en 3PO— esperará/n a que el balón haya entrado en la canasta o el equipo defensor haya obtenido el rebote para comenzar el movimiento hacia la otra pista.



IOT - Técnicas de arbitraje individual. Conceptos básicos (5)

El arbitraje de baloncesto requiere

- Anticiparse a lo que sucederá - Mentalidad activa
- Entender lo que está sucediendo - Conocimiento del baloncesto
- Reaccionar apropiadamente a lo que ha sucedido - Entrenamiento de imagen mental

TOMAR UNA DECISIÓN Y COMUNICARLA

Objetivo: Saber cómo realizar una pitada y ser capaz de comunicar inmediatamente la decisión verbalmente y usando los brazos y manos con señales estándar.

Técnica: Al pitar es importante introducir suficiente aire en el silbato durante un breve período de tiempo, ya que esto crea un sonido fuerte y decisivo. Dada la necesidad de comunicar verbalmente la decisión después de hacer la pitada, es necesario retener algo de aire en los pulmones.

En ocasiones se subestima el valor de técnicas básicas simples para crear unas sólidas bases de arbitraje adecuado al baloncesto de alto nivel. Los siguientes puntos clave son importantes:

- Hacer sonar el silbato solo una vez, con un pitido fuerte y breve. *Escupir* en el silbato.
- Quitarse el silbato de la boca después de pitar.
- Hacer las señales adecuadas con el brazo indicado para comunicar la decisión.
- Apoyar verbalmente la decisión: "falta 5 azul", "falta de ataque", "pasos", etc.
- Practicar palabras clave y cómo articularlas claramente. Una vez que se indica algo, el poder del mensaje es más fuerte. *Menos es más.*



SEÑALES Y COMUNICACIÓN

Definición: Cuando se comunican decisiones con señales se crea una fuerte percepción entre las personas que están observando a los árbitros. Muchas veces se piensa que no hay necesidad de entrenar las señales oficiales, pero es altamente recomendable ya que es parte del conjunto que proporciona una imagen de arbitraje creíble y aceptada. Al utilizar solo las señales definidas en las *Reglas Oficiales de Baloncesto*, los árbitros muestran una actitud profesional mientras que decantarse por hábitos propios y preferencias personales al señalar suponen una falta de comprensión y actitud poco profesional.

Objetivo: Identificar las diferentes fases y técnicas para realizar señales fuertes y decisivas como parte de una correcta presencia en el terreno de juego.

Técnica: Lista de comprobación para el uso correcto de las señales:

- Utilizar señales oficiales y autorizadas de FIBA.
- Ritmo: - Cada señal tiene un comienzo y un final.
 - Cuando termines la señal, permanece inmóvil y cuenta "uno-dos" en tu mente.
- Señales fuertes, precisas, visibles y decisivas (practicar frente a un espejo)
- Utilizar ambas manos para comunicar la decisión, usando el hombro adelantado con respecto al cuerpo respecto a la dirección que tendrá el juego posteriormente.
- Tratar a cada equipo, jugador y acción al mismo nivel (sin sobreactuación)
- Recordar que menos es más (sin repetición, una señal clara y fuerte)
- Apoyar verbalmente la señal en todo momento.

Lista de comprobación para informar con éxito a los oficiales de mesa:

- Desplazarse a un lugar donde se tenga contacto visual con los oficiales de mesa.
- Detenerse, con ambos pies en el suelo y a la misma altura y respirar (equilibrio del cuerpo - nivel de los hombros)
- Ritmo (inicio - final - "uno - dos" / inicio - final - "uno - dos" / inicio - final - "uno - dos")
- Identificar: Número, naturaleza de la falta y la penalización (saque o tiros libres)
- La naturaleza de la falta debe ser la misma que la que realmente ocurrió en la jugada.
- Apoyar verbalmente las señales a los oficiales de mesa.

