

Perfil



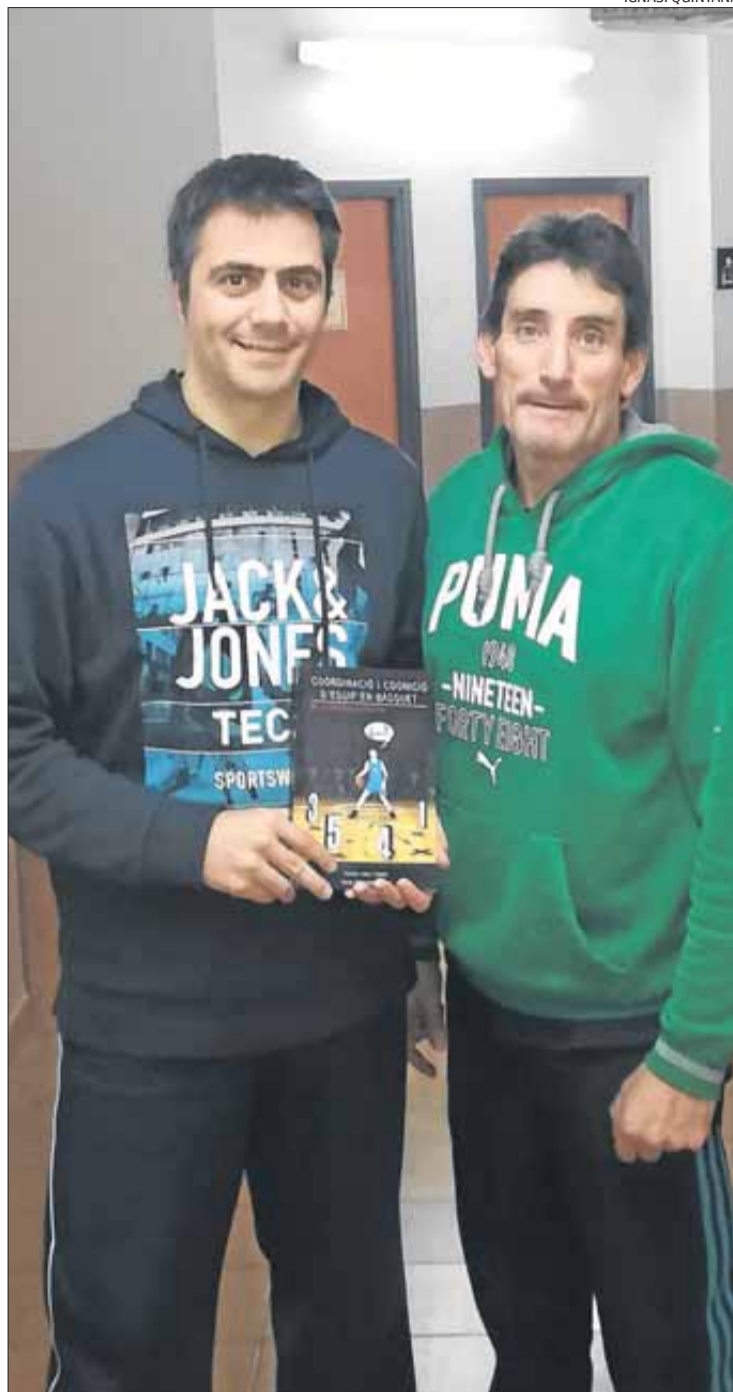
Ignasi Quintana FIGUERES

Coordinació i cognició d'equip en bàsquet, així es titula el llibre que han escrit Carlos López i Xavi Vallmajó. El llibre explica com s'ha d'aprendre i també com s'ha d'ensenyar a jugar de manera intel·ligent a partir d'unes idees i uns conceptes determinats. Del que tracta, però, és de comentar quines idees i quins conceptes interactuen entre els cinc jugadors que són a pista, per tal de triar sempre la millor opció, no per a un jugador en concret, sinó per a l'equip. López comenta que -a diferència d'altres esports com el futbol, l'hoquei, l'handbol o el futbol sala- el bàsquet acudeix a marcar jugades perquè l'equip estigui ordenat i sàpiga què fer. El que busca el llibre, en definitiva, és explicar com fer un joc que coordini els cinc jugadors que són a la pista i trenca d'aquesta manera amb la tradició que per "mimetisme i repetició" ha fet del bàsquet un esport regit per les jugades.

Sovint, diu López, "hem fet les jugades sense parar-nos a pensar si el que fèiem era correcte". En aquest sentit, Vallmajó afegeix que "en bàsquet federatiu sembla que l'única manera de trobar solucions en atac estàtic siguin les jugades -que són la solució fàcil per a un entrenador, ja que no ha de pensar en res més- que sí que serveixen per complementar, però que no han de ser la base del joc". I els dos afirmen: "ningú s'ha plantejat com es podria ensenyar des de petits amb aquesta manera de fer".

"Entrenant i veient partits, veus que ens hem de replantejar la manera d'ensenyar a jugar, no pot ser que alguns jugadors arribin a categories sèniors i no sàpiguen llegir el joc i interpretar què passa", diu López, quan comenta una de les motivacions de fer el llibre. I afegeix que els jugadors, si no, adopten automatismes sense saber perquè els fan i els fa cada vegada més especialistes.

Ara bé, el llibre no fa màgia. És a partir dels "ingredients" que s'expliquen, que són universals i que sempre regeixen els cinc ju-



Xavi Vallmajó i Carlos López

Coautors d'un llibre on expliquen com s'ha d'aprendre i com s'ha d'ensenyar el bàsquet d'una manera intel·ligent mitjançant unes idees i uns conceptes concrets

«Les jugades són la solució fàcil per als entrenadors»

IGNASI QUINTANA

ELS AUTORS



Carlos López

PROFESSOR

► Carlos López és professor d'Esports d'Equip 1 - Bàsquet en el Grau de Ciències de l'Activitat Física i de l'Esport a EUSES, centre adscrit a la Universitat de Girona. Autor del llibre *Iniciació al bàsquet. Consideracions per a un ensenyament eficaç* (2009). Ha fet el marc teòric que justifica una manera de procedir, a partir de la qual es dissenyen les tasques que s'han de portar a la pràctica.



Xavi Vallmajó

EXJUGADOR PROFESSIONAL

► Xavi Vallmajó té una àmplia trajectòria en el bàsquet professional: sis temporades a ACB al Bàsquet Girona i sis temporades a LEB Or. Ha aportat l'experiència del bàsquet d'elit, a més que és un tema que sempre l'ha interessat molt.

gadors que són en pista, que cada entrenador ha de "cuinar" la seva manera d'entrenar. Els "ingredients", que tenen fonaments pedagògics, però, poden canviar en funció del que es vulgui ensenyar.

Vallmajó, de fet, explica que sovint "els entrenadors demanen fer coses que no s'han entrenat i que es donen per sabudes, el típic 'juguem per conceptes' i que cada jugador interpreta de maneres diferents".



AL TWITTER

« Yo estuve en Garrigàs, Figueres, Alt Empordà, allí viven mis suegros y los acompañamos a votar, son mayores. Oír esto [gravacions dels Mossos d'Esquadra del dia 1 d'octubre] me produce odio, un pueblo pequeño, gente que trabaja la tierra y cría corderos, pageses... los tiraron por las escaleras, los patearon... es poco definirlo como miedo, horror!

CARMEN MORALES SALAS
@CARMENM57542973

« No todo el mundo entiende a los surrealistas ni ha crecido a la sombra del Museo Dalí de Figueres" #Bipolar #TLP...

RODRIGO CÓRDOBA SANZ
@PSICOLETRA

« Un sistema de alerta de emergencias es una herramienta útil para los comercios, empresas y los ciudadanos de #Figueres; A CDC, ERC, CUP y PP no se lo parece. Votan en contra para bloquear las mejoras para la ciudad #plefigueres #PolíticaÚtil

@CsFigueres
HECTOR AMELLÓ MONTIU
@HECTOR_AMELLÓ



Josep Obradors. Especialista en Ginecologia i Obstetrícia

Albert Obradors. Doctor en Biologia cel·lular

Respondran els dubtes dels nostres
lectors sobre fertilitat i fecundació in vitro.

El **Dijous 22 de febrer** a les **6 de la tarda**



Deixeu la vostra pregunta a Emporda.info

EMPORDÀ