

Citas de Baloncesto

Comentarios, aforismos, sentencias; la mayoría sobre baloncesto.

<< El que sólo sabe de baloncesto, no sabe de nada >>

Parfraseando a Di Stefano

-

- [LA ACTITUD](#)

- [EL EQUIPO, EL GRUPO](#)

- [LOS ERRORES](#)

- [LOS FUNDAMENTOS](#)

- [LA PRACTICA, EL ENTRENAMIENTO](#)

- [LA DEFENSA](#)

- [EL ATAQUE](#)

- [EL PASE](#)

- [SOBRE LAS FALTAS](#)

- [PERDIDAS DE BALÓN](#)

- [SOBRE SITUACIONES PROBLEMÁTICAS](#)

- [PREPARACION DEL ENTRENADOR](#)

- [EL SUPLENTE](#)

- [LA MASA](#)

- [LA SUERTE](#)

- [JUGAR UNA FINAL](#)

- [SOBRE LA VICTORIA](#)

- [UNA REFLEXIÓN FINAL](#)



Si un entrenador no tiene el coraje de hacer lo que cree justo pierde antes de jugar.

ACTITUD

<< Un buen resultado es el haber hecho lo mejor posible. >> JOHN WOODEN.

- Solo se sabe de verdad lo que se aprende sin cesar. >> JEAN-CLAUDE CARRIERE.

- << La actitud positiva debe ser un hábito, trabajado todos los días sobre todo en las situaciones adversas. >> GABRIEL ALEMANY.
- << No puedes elegir el modo de perder, pero sí puedes elegir como recuperarte para ganar la próxima vez. >> PAT RILEY.
- << Sé que en el deporte no puedes siempre ganar, pero sí estás obligado a luchar, eso siempre. Ganar es cuestión de un balón, de una defensa.>>

DUSKO IVANOVIC

- << El talento sin esfuerzo solo sirve para divertirse >> JAVIER IMBRODA.
- << Las cosas que duelen instruyen. >> BENJAMIN FRANKLIN.
- << Siempre he creído que si uno se pone a trabajar, los resultados llegarán tarde o temprano. No hago las cosas creyendo a medias. Sé que al hacerlo así sólo puedo esperar resultados mediocres. Por eso me concentro en los entrenamientos tanto como en los juegos. Es una actitud que se puede abrir y cerrar como si fuera un grifo. Sería imposible hacerme el tonto en los entrenamientos y después, al necesitar más empuje en el final de un juego, pretender que el esfuerzo se refleje. >> MICHAEL JORDAN. "Mi filosofía del triunfo."
- Actitud:
<< La actitud como la mayoría de los entrenadores la entienden es, probablemente, el más importante aspecto de un partido.

EL EQUIPO, EL GRUPO

- << Gracias a la unión prosperan los más pequeños estados. Por la discordia se destruyen los más grandes. >> SALUSTIO.
- << El talento gana juegos, pero el trabajo en equipo y la inteligencia ganan campeonatos. >> MICHAEL JORDAN. "Mi filosofía del triunfo."
- << Ningún jugador por si solo puede ganar un partido, pero un jugador puede perderlo, con su actitud, con su defensa y con sus pases; es decir con su mala actitud, con su mala defensa y con sus malos o inexistentes pases. >>JGBasket.
- << Cuando una organización de éxito resulta infectada por la enfermedad del yo las personas que generan el 20 por ciento de los resultados empiezan a creer que merecen el ochenta por ciento de las recompensas. >> PAT RILEY.
- << No preguntes qué puede hacer por tí el equipo. Pregunta qué puedes hacer tú por él. >> MAGIC JOHNSON.

- << Trabajo, cooperación y sacrificio son imprescindibles para que haya trabajo en equipo. >> LOLO SAINZ.
- << La capacidad para hacer mejores a mis compañeros es lo que más valoro de mi carrera. >> MAGIC JOHNSON.
- << Cuando empezamos a ganar campeonatos, existía un acuerdo entre los doce jugadores. Todos sabíamos cuáles eran los roles a desempeñar. Conocíamos nuestras responsabilidades y capacidades. >> MICHAEL JORDAN. "Mi filosofía del triunfo."
- << En North Carolina me enseñaron algo en lo que creo fervientemente: si los objetivos se conciben y logran como equipo, las carreras individuales destacarán por sí mismas. >> MICHAEL JORDAN. "Mi filosofía del triunfo."
- << En un equipo de baloncesto que quiera ganar títulos, lo más importante debe ser el grupo. Y dentro de éste, siempre puede salir en cada partido alguien mejor. Pero es el grupo el que tiene que darte la solidez, la calidad y la garantía para que puedas aspirar a ganar algo.>> DUSKO IVANOVIC

LOS ERRORES

- << Lo crucial no es que se cometan errores, sino que estos se corrijan y se siga adelante con la tarea esencial. >> DONALD RUMSFELD.
- << Respuesta al error: "Luchar Fieramente". >> DICK DE VENZIO.
- << La personal de la frustración se asemeja a la persona que por huir de la lluvia se tira a una piscina. >> JGA.

LOS FUNDAMENTOS

- << Todo se resume en una sentencia muy sencilla: existen buenas y malas maneras de hacer las cosas. Usted puede practicar el tiro ocho horas diarias, pero si la técnica es errónea, sólo se convertirá en un individuo que es bueno para tirar mal. >> MICHAEL JORDAN. "Mi filosofía del triunfo."

LA PRACTICA, EL ENTRENAMIENTO

- << Estar preparado es ya media victoria. >> MIGUEL DE CERVANTES
- << Los que emplean mal su tiempo son los primeros en quejarse de su brevedad >> JEAN DE LA BRUYÈRE
- << El clásico jugador que afirma que sólo se esfuerza en los partidos es un fraude. El no dar de sí en los entrenamientos anula la preparación y facilita la lesión; es un seguro

para la fatiga sobrevenida. Un jugador que sólo se esfuerza en los partidos comete una falta grave contra la ética de trabajo... >> PAT RILEY

- Tiros libres
<< Trato de situarme, mentalmente, en un lugar familiar. Pienso en las muchas ocasiones en que realicé tiros libres en los entrenamientos, ejecutando los mismos movimientos y utilizando la misma técnica miles de veces. Si usted hace lo mismo se olvidará del resultado, porque sabrá que está actuando correctamente. Relájese, tranquilícese. La verdad es que uno no puede hacer más que esto. Fuera de la técnica obtenida de antemano, los resultados escapan a nuestras manos, así que no se preocupe por ello. >> MICHAEL JORDAN. "Mi filosofía del triunfo."
- <<Un buen leñador afila el hacha antes de talar un árbol. Nunca vayas a talar con el hacha desafilada.>> JGA.
- << Para tener la idea de un movimiento, hay que hacerlo mil veces. Para conocerlo, hay que repetirlo diez mil veces. Y para poseerlo, hay que realizarlo cien mil veces. >> (ANTIGUO PROVERBIO JAPONÉS)
- << Un buen tirador se hace con una buena técnica, pero sobre todo con la repetición. Un buen músico ensaya todos los días...>> JGA.
- << Si al final de un partido o un entrenamiento no te encuentras cansado, es muy probable que no has defendido, que no has jugado sin balón, que no has cambiado de ritmo todo lo intenso que puedes, y esto es un gran lastre para tu mejora técnica, física y mental respecto al baloncesto. >> JGA
- << Paso a paso. No concibo ninguna otra manera para lograr las cosas >> MICHAEL JORDAN. "Mi filosofía del triunfo."
- << El éxito al lanzar tiros libres requiere una técnica sólida, rutina, concentración y confianza. La rutina, la relajación y el ritmo contribuyen a la concentración y la confianza.>> HAL WISSEL.

LA DEFENSA

- << El baloncesto es un juego de porcentajes y la manera de ganar un partido es que el equipo contrario haga malos porcentajes. ¿Cómo lo conseguiremos?. Pues, muy simple: a través de una buena defensa y un mejor control del rebote. >> HERB BROWN
- << La defensa, contrariamente, al ataque, puede llegar a ser un elemento homogéneo sin necesariamente ser un compendio de perfección técnica. La parte principal de una buena defensa es la motivación, la creación de un grupo de trabajo, de una mentalidad

entre los jugadores que sirva para fomentar una unión en pos de un objetivo. >>

ETTORE MESSINA

- << Un equipo que habla en defensa son 6 jugadores que defienden. >> MONCHO MONSALVE.
- << Un equipo con un jugador que no defiende es un equipo cojo. >> ANGEL PARDO.
- << ¿Has observado que los buenos boxeadores no fallan con frecuencia sus violentos ganchos, mientras que los inexpertos si los fallan constantemente pareciendo que fueran a matar un elefante si lo alcanzaran?. En el boxeo no se producen resultados tirando ganchos violentos o golpes en profundidad que dejan desequilibrado. Un boxeador queda demasiado vulnerable cuando queda desequilibrado. Lo mismo sucede con los jugadores de Baloncesto. Los buenos no se quedan fuera de posición con mucha frecuencia. Es el mediocre el que trata de demostrarle al entrenador, como lucha intentando flanboyantes robos de balón o taponar tiros cuando, obviamente, es demasiado tarde. ¿Cuántas veces por partido intentas un peligroso robo de balón moviéndote agresivamente hacia adelante para encontrarte qué traspasaste a tu contrario que tiene el balón ya en sus manos? ¿Cuántas veces corres hacia un tirador y quedas "navegando" después un fallido intento de taponar el tiro?. Muchas de las situaciones en las que nos encontramos en inferioridad numérica en defensa se deben a un "mal boxeador". Es una pena que los jugadores de Baloncesto no aprendan esto tan rápido como los boxeadores. >> DICK DE VENZIO.
- << Por cada tiro taponado por un jugador que no es una superestrella, probablemente será fintado y burlado tres veces. Y lo peor es que los taponos ocurren en los partidos fáciles que de cualquier forma se ganan, mientras que las fintas que burlan proceden de los buenos equipos, frente a los cuales, realmente necesitas de buenos hábitos defensivos. De acuerdo con tu deseo de marcar eficazmente, debes aprender a mantenerte en el piso, intimidar y distraer al tirador y estar listo para el rebote, cerrando el rebote y coger el rechace.

A menos que no seas un taponador excelente, Nunca Saltes Para Taponar Un Tiro. >> DICK DE VENZIO.

- << En defensa las acciones suelen ir por pares, así puntearemos el tiro y cerraremos el rebote, ayudaremos y recuperaremos, si erramos en un intento de un robo de pase y somos desbordados tenemos obligación de recuperar. >> JGA.
- << Lo que me apasiona en el baloncesto es la defensa. Es la llave del baloncesto moderno, y por eso trabajo con gran ahínco para inculcar una buena mentalización defensiva a mis jugadores. >> ANTONIO DÍAZ MIGUEL.

EL ATAQUE

- << El Baloncesto es un juego de cambios de ritmo. >> LOLO SAINZ
- << En el Baloncesto solo hay dos posibilidades: sprint o stop. >> BOZIDAR MALJKOVICH.

EL PASE

- << El arte de pasar posiblemente sea la menos apreciada entre las dotes de un jugador pero es la más preciada para mí; un buen pasador es tan importante como un buen anotador ya que un buen pase es sinónimo de canasta convertida.>> BOZIDAR MALJKOVIC
- << Un buen pase, un pase rápido y preciso. >>
- << Los buenos pases son los cimientos de un buen ataque. >>

SOBRE LAS FALTAS

- << Una falta es:
Cualquier contacto que hagas con un jugador del otro equipo y el árbitro haga sonar el silbato.
Y cualquier acción tuya que parezca contactar a un jugador del otro equipo y el arbitro haga sonar el silbato.
Sin comentarios. >> J.G.A.
- Decía César Luis Menotti. <<Si uno va por la calle a doscientos kilómetros por hora no significa que quiera matar a nadie. Pero tiene que entender que así no se puede circular por la vía pública porque está prohibido y porque, a su pesar, puede matar a alguien>>. El inspector de trafico, el juez y la policía de la cancha es el árbitro y en su deber está cuidar la salud de su población. JORGE VALDANO. "Los Cuadernos de Valdano."

PERDIDAS DE BALÓN

- << Perder balones es la antesala de perder partidos. >> ANTONIO DÍAZ MIGUEL.

SOBRE SITUACIONES PROBLEMÁTICAS

- << Las soluciones a los problemas las encuentras cuando el problema es tuyo, no cuando es de los demás. Desde fuera todo se ve sencillo. La gente habla y habla. >> A la pregunta - Y con Anelka, ¿que haría usted? JOSÉ ANTONIO CAMACHO
- << Si un entrenador no tiene el coraje de hacer lo que cree justo pierde antes de jugar. >> ARRIGO SACCHI

- << La crisis de hoy será el chiste de mañana. >> H. G. WELLS

PREPARACIÓN DEL ENTRENADOR

<< Todos los entrenadores somos creativos, pero si no tienes una buena base de datos vas a ningún sitio >> GUSTAVO ARANZANA

EL SUPLENTE

- << Los suplentes suelen ser los primeros en ducharse. Huyen, no quieren compartir y desean que se les note el fastidio. En realidad el problema sólo admite dos respuestas: o lucha o no lucha, pero a veces el jugador pone la agresividad en el sitio equivocado... Es el síndrome del suplente,... pero que produce desencuentros frecuentes entre entrenadores y jugadores... Yo entendí hace tiempo que las explicaciones resultan vanas porque el jugador quiere jugar, no saber el motivo por el que no juega. Incluso parece predispuesto a no creer las razones, no siempre justas y a veces hasta peregrinas que le damos los entrenadores. Mostrar el desacuerdo es la estética de una rebeldía universal, acatar la decisión forma parte de la dignidad profesional. >> JORGE VALDANO. "Los Cuadernos de Valdano."

LA MASA

- << Definición de Masa: El conjunto de gente indiferenciada que tiene importancia y peso en la marcha de los acontecimientos solamente por su número. >> MARIA MOLINER.

LA SUERTE

- << Tú eres la causa de tu buena suerte, que es la suma de preparación más oportunidad. >> FERNANDO TRIAS DE BES Y ÁLEX ROVIRA

JUGAR UNA FINAL

- << Ya que usted citaba a Valdano, le diré que una vez alguien comentó que las finales son para ganarlas y él contesto que lo peor de las finales es verlas por televisión. >> HÉCTOR CÚPER.

SOBRE LA VICTORIA

- << ¡Ganemos! pero luzcamos una corona de modestia >> Película CARROS DE FUEGO

REFLEXIÓN FINAL

- << El baloncesto es lo más importante de las cosas poco importantes >>. ROBERTO SANTOS
- << En la montaña se considera que se ha coronado una cima, cuando se regresado sano al campamento base y no antes. >>

Reflexiona sobre esto cuando tu equipo haya anotado una canasta, cuando creas que el partido está ganado o perdido, a lo largo de una eliminatoria y de un campeonato.

- << Para un entrenador, el resultado final no se lee en puntos a favor o puntos en contra. Al contrario, se lee con cuantos hombres y mujeres han salido de tantos jóvenes jugadores. Y éste es un resultado que ningún periódico, estadística o libro de récords publicará nunca. Y éste es el resultado que uno se lee a él mismo, cuando el último partido acaba. >> DENNY CRUMM.
- << Un buen resultado es el haber hecho lo mejor posible >> JOHN WOODEN.

GANAR ES APRENDER, DIVERTIRSE Y SUPERARSE EN EQUIPO.

ESTO ES UN JUEGO NI MÁS, NI MENOS.

© 2005-1999 Gabriel Alemany Sánchez-Moscoso

e-mail: jgbasket@jgbasket.com

Puedes encontrar muchas más citas y contenidos actualizados en:

