

EL LANZAMIENTO

Fundamentos del Baloncesto



Ricardo André Birrento Aguiar

José María Giménez Egido

Enrique Ortega Toro

LANZAMIENTO

**SALTO-
SUSPENSIÓN**

GANCHO

LANZAMIENTO EN CARRERA

LANZAMIENTO

¿Qué es?

¿Cuándo se utiliza?

¿Cómo se ejecuta?

LANZAMIENTO EN SALTO

¿Qué es?

- ✓ Lanzamiento Standard que se realiza con ayuda del salto, generalmente vertical.
- ✓ Variante: Lanzamiento en Suspensión, se realiza el lanzamiento en la máxima altura

<https://www.youtube.com/watch?v=sZLrrVWbALM>

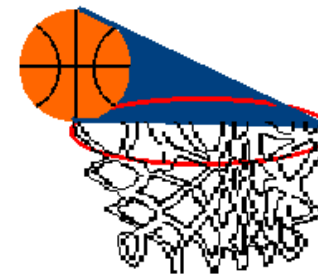
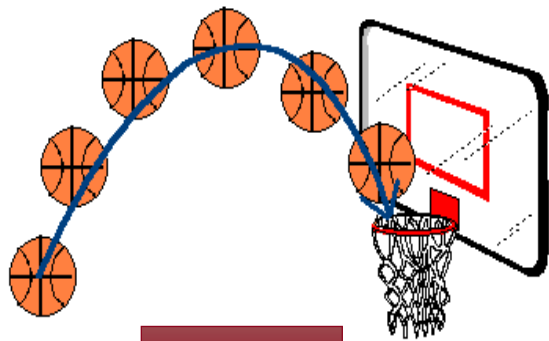
LANZAMIENTO EN SALTO

¿Cómo se ejecuta?

- ✓ **Posición básica de ataque:**
Pie, piernas, rodilla, caderas, Mano
- ✓ **Acción de lanzamiento:**
Cadenas cinética – Subida de balón – Codo – Brazo auxiliar
- ✓ **Comportamiento del balón:**
Muñeca – Magnus

LANZAMIENTO EN SALTO

¿Cómo se ejecuta?



LANZAMIENTO EN CARRERA

¿Qué es?

El jugador no se detiene tras controlar el balón y realiza el ciclo de pasos en carrera con el objetivo de finalizar cerca del aro.

Art.24. Regate y Art.25. Avance ilegal

<https://www.youtube.com/watch?v=gZcQNUSYrs8>

<https://www.youtube.com/watch?v=soUfGxE7I14>

LANZAMIENTO EN CARRERA

¿Cuándo se utiliza?

- ✓ Contrataque, o situaciones de superioridad
- ✓ Ataque posicional, al superar a su adversario, directa o indirectamente

LANZAMIENTO EN CARRERA

¿Cómo se ejecuta?

APROXIMACIÓN

TRANSPORTE

LANZAMIENTO

LANZAMIENTO EN GANCHO

¿Cómo se ejecuta?

<https://www.youtube.com/watch?v=DoJJe56fdNE>

- ✓ Orientación lateral del cuerpo, para proteger y alejar el balón del oponente.
- ✓ Desde posiciones cercanas al aro.
- ✓ Balón sube por el lateral, con dos manos, y en la fase final, el brazo de lanzamiento describe un arco, el auxiliar protege.

<https://www.youtube.com/watch?v=MTrSv3U8Mx0>

BIBLIOGRAFIA RECOMENDADA



EL LANZAMIENTO

Fundamentos del Baloncesto



Ricardo André Birrento Aguiar – ra.birrentoaguiar@um.es

José María Giménez Egido – josemaria.gimenez@um.es

Enrique Ortega Toro – eortega@um.es