

# Diplomado

## Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto

Avalado por la NBA





## Diplomado Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto

- » Modalidad: **online**
- » Duración: **6 semanas**
- » Titulación: **TECH Universidad Tecnológica**
- » Horario: **a tu ritmo**
- » Exámenes: **online**

Acceso web: [www.techtute.com/ciencias-deporte/curso-universitario/tecnica-individual-ofensiva-baloncesto](http://www.techtute.com/ciencias-deporte/curso-universitario/tecnica-individual-ofensiva-baloncesto)

# Índice

01

Presentación

---

*pág. 4*

02

Objetivos

---

*pág. 8*

03

Dirección del curso

---

*pág. 12*

04

Estructura y contenido

---

*pág. 16*

05

Metodología

---

*pág. 20*

06

Titulación

---

*pág. 28*

# 01

# Presentación

El Baloncesto es un deporte en el que intervienen muchos y diferentes factores, como pueden ser la velocidad de movimientos, la altura, el lanzamiento a canasta, una gran visión, la estrategia, entre otras cosas. En este sentido, hay un factor importante y es la técnica individual de cada jugador, para ello hay una serie de características que son muy importantes a la hora de poseer un gran dominio técnico de este deporte. Debido a la importancia de esta disciplina, se ha creado este programa con el propósito de brindar al profesional un contenido avanzado y seleccionado relacionado con el desarrollo y perfeccionamiento de las habilidades técnicas individuales de los jugadores, como el bote, pase, tiro y movimientos sin balón. Apoyado de la modalidad online y los recursos didácticos que facilita el programa.



“

*TECH está a la vanguardia en la educación ayudándote a potenciar tus habilidades en la Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto”*

El Baloncesto es un deporte de equipo en el cual todos los componentes son piezas fundamentales dentro del equipo. Uno de ellos y de los más importantes es el comportamiento técnico que requiere este deporte, ya que en esta modalidad deportiva es fundamental el correcto gesto técnico de cada jugador. En este sentido, los fundamentos ofensivos individuales van a ser los pilares básicos del método de un Baloncesto Ofensivo. Su mejora, mediante el trabajo diario, proporciona un considerable aumento de nivel individual y permite adquirir las habilidades necesarias para enfrentar y solucionar los diferentes obstáculos que depara en el transcurso del juego.

En este sentido, la evolución y estudio de los sistemas de juego han llevado a los entrenadores a integrarlos en sus sesiones de entreno diaria y en los partidos. De esta forma, este Diplomado brindará al profesional de una enseñanza intensiva en torno a la Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto, la mejora de la comprensión táctica del juego, incluyendo el uso de bloqueos y cortes para liberarse y recibir el balón en posiciones ventajosas.

El alumnado fortalecerá, así, sus competencias en aspectos importantes referentes a la enseñanza de técnicas avanzadas para superar a los defensores en situaciones de uno contra uno y crear oportunidades de anotación. Todo esto, a través de un temario confeccionado por un equipo profesional excepcionalmente especializado en este deporte al más Alto Rendimiento.

Asimismo, TECH está enfocado en llevar de la mano la excelencia con la comodidad. Es por eso que esta titulación ofrece una actualización muy completa y de primer nivel, otorgando gran flexibilidad al necesitar tan solo de un dispositivo electrónico con conectividad a internet para acceder a la plataforma virtual desde cualquier parte del mundo.

Este **Diplomado en Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado. Sus características más destacadas son:

- ◆ El desarrollo de casos prácticos presentados por expertos en Baloncesto del más alto nivel.
- ◆ Los contenidos gráficos, esquemáticos y eminentemente prácticos con los que está concebido recogen una información científica y práctica sobre aquellas disciplinas indispensables para el ejercicio profesional
- ◆ Los ejercicios prácticos donde realizar el proceso de autoevaluación para mejorar el aprendizaje
- ◆ Su especial hincapié en metodologías innovadoras
- ◆ Las lecciones teóricas, preguntas al experto, foros de discusión de temas controvertidos y trabajos de reflexión individual
- ◆ La disponibilidad de acceso a los contenidos desde cualquier dispositivo fijo o portátil con conexión a internet



*En esta titulación encontrarás múltiples avances en estudios relacionados con el Spacing en Baloncesto y sus ventajas a través de la creación de espacios”*

“

*Los expertos en Baloncesto deben estar a la vanguardia en una disciplina que presenta innovadoras actualizaciones y eso lo conseguirás con TECH”*

El programa incluye, en su cuadro docente, a profesionales del sector que vierten en esta capacitación la experiencia de su trabajo, además de reconocidos especialistas de sociedades de referencia y universidades de prestigio.

Su contenido multimedia, elaborado con la última tecnología educativa, permitirá al profesional un aprendizaje situado y contextual, es decir, un entorno simulado que proporcionará una capacitación inmersiva programada para entrenarse ante situaciones reales.

El diseño de este programa se centra en el Aprendizaje Basado en Problemas, mediante el cual el profesional deberá tratar de resolver las distintas situaciones de práctica profesional que se le planteen a lo largo del curso académico. Para ello, contará con la ayuda de un novedoso sistema de vídeo interactivo realizado por reconocidos expertos.

*Este programa cuenta con un equipo docente altamente experimentado en el Baloncesto de Alto Rendimiento.*

*Esta titulación te ofrece gran flexibilidad y comodidad. Tan sólo necesitas un dispositivo electrónico con acceso a internet para conectarte a su plataforma.*



# 02

## Objetivos

Este Diplomado en Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto ha sido desarrollado con la intención de proporcionarle al profesional las novedades más recientes en este ámbito. Para favorecer dicho aprendizaje intensivo, TECH aporta diversas herramientas innovadoras, en las que ha empleado la última tecnología aplicada a la enseñanza universitaria. De esta forma, al finalizar esta titulación, el alumnado habrá potenciado sus competencias relacionadas con la preparación de los jugadores para enfrentar defensas intensas y aprender a responder a las diferentes tácticas defensivas.





“

*Esta titulación te ofrece gran flexibilidad y comodidad. Tan sólo necesitas un dispositivo electrónico con acceso a internet para conectarte a su plataforma”*



## Objetivos generales

---

- ◆ Fomentar la creatividad en el ataque y la capacidad de improvisar ante situaciones cambiantes
- ◆ Enseñar cómo trabajar en equipo y aprovechar las fortalezas individuales para un juego ofensivo eficiente
- ◆ Trabajar en la lectura de la defensa contraria y el reconocimiento de oportunidades para explotar sus debilidades
- ◆ Preparar a los jugadores para enfrentar situaciones desafiantes y responder adecuadamente a los cambios en la estrategia del rival
- ◆ Estar al tanto de las últimas investigaciones y avances en fisioterapia deportiva para garantizar una práctica basada en la evidencia
- ◆ Promover la importancia de la prevención de lesiones y la fisioterapia como una herramienta para mejorar el rendimiento y prolongar la carrera de los jugadores de baloncesto
- ◆ Estar al día de las últimas tendencias y avances en el 3x3, para garantizar una enseñanza actualizada y acorde a las demandas del juego
- ◆ Promover la condición física adecuada para este tipo de juego, con énfasis en la resistencia, velocidad y agilidad necesarias para competir en media cancha
- ◆ Desarrollar competencias para resolver disputas o controversias relacionadas con el reglamento de manera imparcial y objetiva
- ◆ Fomentar la importancia de la nutrición y el descanso adecuado para optimizar el rendimiento físico





## Objetivos específicos

---

- ◆ Desarrollar y perfeccionar las habilidades técnicas individuales de los jugadores, como el bote, pase, tiro y movimientos sin balón
- ◆ Enseñar técnicas avanzadas para superar a los defensores en situaciones de uno contra uno y crear oportunidades de anotación
- ◆ Mejorar la comprensión táctica del juego, incluyendo el uso de bloqueos y cortes para liberarse y recibir el balón en posiciones ventajosas
- ◆ Enseñar estrategias para jugar en diferentes posiciones ofensivas, incluyendo el juego en el poste bajo y el perímetro
- ◆ Preparar a los jugadores para enfrentar defensas intensas y aprender a responder a las diferentes tácticas defensivas
- ◆ Promover un enfoque de mejora continua y autodisciplina en el desarrollo de las habilidades ofensivas de los jugadores

“

*Mejora con esta titulación universitaria tus competencias para entrenar las estrategias ofensiva más efectivas en el Baloncesto Profesional”*

# 03

## Dirección del curso

El egresado que realice este Diplomado tendrá acceso a un contenido único, planificado y elaborado por un equipo profesional especializado en análisis de partido, trabajo individual con jugadores y habilidades comunicativas. Su extensa experiencia y sus sólidas bases en esta área del Baloncesto al más alto nivel competitivo, le permitirá al egresado obtener una enseñanza de calidad. Además, dada la cercanía del profesorado podrá resolver cualquier duda que tanga sobre el contenido en el transcurso del programa.



“

*Este Diplomado integra un cuadro docente cualificado y especializado en Baloncesto y Psicología Deportiva”*

## Dirección



### D. Castro Martínez, Iago

- ♦ Entrenador en el Celta Baloncesto
- ♦ Entrenador del Cáceres Basket LEB Oro
- ♦ Entrenador Ayudante Club Baloncesto Breogán
- ♦ Entrenador Ayudante ADBA Liga Femenina Avilés
- ♦ Campeón Copa Princesa
- ♦ Campeón Liga LEB Oro
- ♦ Ascenso a Liga Endesa con Breogán Lugo
- ♦ Maestro de Educación Primaria en la Universidad de Santiago de Compostela (USC)
- ♦ Máster en Psicología Deportiva en SIPD
- ♦ Técnico Superior de deportes especializado en Baloncesto
- ♦ Entrenador Superior de Baloncesto
- ♦ Entrenador FIBA



### **D. Fernández López, Diego**

- ♦ Director deportivo de BVM en Mieres
- ♦ Entrenador jefe de Women's League y U19 en BK Amager
- ♦ Entrenador jefe Liga EBA en Santo Domingo
- ♦ Entrenador jefe 1st Division y U19, Hørsholm 79ers Basketball
- ♦ Director Deportivo y entrenador en el Club de BaloncestoCambre
- ♦ Entrenador Superior Baloncesto por la Federación Española de Baloncesto
- ♦ Máster en Psicología Deportiva de alto Rendimiento por Unisport
- ♦ Máster en Coaching Ejecutivo por Unisport
- ♦ Licenciado en Sociología por la Universidad de A Coruña

# 04

## Estructura y contenido

Esta titulación ha sido pensada y orientada de acuerdo a la evolución deportiva de la técnica individual y ofensiva en Baloncesto Profesional. Los constantes avances de esta modalidad deportiva han sido recopilados en un temario exhaustivo de 150 horas lectivas. Un Diplomado que se centra, desde una perspectiva teórico-práctica en las diversas situaciones de juego de ataque, el dominio de balón y el juego sin la pelota. Todo esto, mediante las múltiples herramientas multimedia que ofrecen dinamismo y una mejor experiencia al profesional que acceda a este proceso académico.



“

*Un plan de estudios realizado con el propósito de aportarte un contenido de calidad y potenciar tus competencias en el Baloncesto Profesional”*

## Módulo 1. Técnica y táctica individual ofensiva

- 1.1. Dominar lo invisible
  - 1.1.1. El baloncesto ¿moderno?
  - 1.1.2. Las gafas personales de visión
  - 1.1.3. La anticipación como facilitador del gesto técnico
- 1.2. El spacing en baloncesto
  - 1.2.1. Trabajos previos
  - 1.2.2. Generación de ventajas a través de la creación de espacios
  - 1.2.3. Los espacios más difíciles de defender
- 1.3. Juego sin balón.
  - 1.3.1. Ajustando el timing
  - 1.3.2. ¿En movimiento constante?
  - 1.3.3. Normas de juego sin balón
- 1.4. El tiro
  - 1.4.1. El principio y el fin
  - 1.4.2. Detalles del tiro
  - 1.4.3. La mentalidad y el auto-entrenamiento de un tirador
- 1.5. El pase. El elemento unificador
  - 1.5.1. Tipos de pase
  - 1.5.2. Tendencias de pase en el juego actual
  - 1.5.3. ¿A dónde mirar para pasar?
- 1.6. El bote. El ejercicio de la libertad
  - 1.6.1. El bote dentro de la técnica individual
  - 1.6.2. Los botes previos a las acciones técnicas generadoras
  - 1.6.3. Los botes previos a las acciones tácticas finalizadoras
- 1.7. Footwork
  - 1.7.1. Paradas y sus tipos
  - 1.7.2. Disociación entre cuerpo, pies y balón
  - 1.7.3. Los pies como generación de ventajas previas



- 1.8. Situaciones de 1x1 sin bote iniciado
  - 1.8.1. "Jugar primero". La triple amenaza ¿en bote?
  - 1.8.2. Fintas de tiro, pase y salidas
  - 1.8.3. Recepciones dinámicas en pase
- 1.9. Situaciones de 1x1 con bote iniciado
  - 1.9.1. Planos de dirección y disociación de pies y manos
  - 1.9.2. Leer y dominar las zonas de control del balón
  - 1.9.3. Gestos técnicos de 1x1
- 1.10. Situaciones de rebote ofensivo. La vida extra
  - 1.10.1. Lectura de zonas de más posibilidad de rebote
  - 1.10.2. Lectura de jugador de box-out y técnica de rebote ofensivo
  - 1.10.3. Jugadores involucrados en la segunda acción



*Especialízate en TECH a través de una metodología pedagógica 100% online que te facilita flexibilidad de acceso a su contenido didáctico"*

05

# Metodología

Este programa de capacitación ofrece una forma diferente de aprender. Nuestra metodología se desarrolla a través de un modo de aprendizaje de forma cíclica: **el Relearning.**

Este sistema de enseñanza es utilizado, por ejemplo, en las facultades de medicina más prestigiosas del mundo y se ha considerado uno de los más eficaces por publicaciones de gran relevancia como el ***New England Journal of Medicine.***





“

*Descubre el Relearning, un sistema que abandona el aprendizaje lineal convencional para llevarte a través de sistemas cíclicos de enseñanza: una forma de aprender que ha demostrado su enorme eficacia, especialmente en las materias que requieren memorización”*

## Estudio de Caso para contextualizar todo el contenido

Nuestro programa ofrece un método revolucionario de desarrollo de habilidades y conocimientos. Nuestro objetivo es afianzar competencias en un contexto cambiante, competitivo y de alta exigencia.

“

*Con TECH podrás experimentar una forma de aprender que está moviendo los cimientos de las universidades tradicionales de todo el mundo”*



*Accederás a un sistema de aprendizaje basado en la reiteración, con una enseñanza natural y progresiva a lo largo de todo el temario.*



*El alumno aprenderá, mediante actividades colaborativas y casos reales, la resolución de situaciones complejas en entornos empresariales reales.*

## Un método de aprendizaje innovador y diferente

El presente programa de TECH es una enseñanza intensiva, creada desde 0, que propone los retos y decisiones más exigentes en este campo, ya sea en el ámbito nacional o internacional. Gracias a esta metodología se impulsa el crecimiento personal y profesional, dando un paso decisivo para conseguir el éxito. El método del caso, técnica que sienta las bases de este contenido, garantiza que se sigue la realidad económica, social y profesional más vigente.

“*Nuestro programa te prepara para afrontar nuevos retos en entornos inciertos y lograr el éxito en tu carrera*”

El método del caso ha sido el sistema de aprendizaje más utilizado por las mejores facultades del mundo. Desarrollado en 1912 para que los estudiantes de Derecho no solo aprendiesen las leyes a base de contenidos teóricos, el método del caso consistió en presentarles situaciones complejas reales para que tomaran decisiones y emitieran juicios de valor fundamentados sobre cómo resolverlas. En 1924 se estableció como método estándar de enseñanza en Harvard.

Ante una determinada situación, ¿qué debería hacer un profesional? Esta es la pregunta a la que nos enfrentamos en el método del caso, un método de aprendizaje orientado a la acción. A lo largo del programa, los estudiantes se enfrentarán a múltiples casos reales. Deberán integrar todos sus conocimientos, investigar, argumentar y defender sus ideas y decisiones.

## Relearning Methodology

TECH aúna de forma eficaz la metodología del Estudio de Caso con un sistema de aprendizaje 100% online basado en la reiteración, que combina 8 elementos didácticos diferentes en cada lección.

Potenciamos el Estudio de Caso con el mejor método de enseñanza 100% online: el Relearning.

*En 2019, obtuvimos los mejores resultados de aprendizaje de todas las universidades online en español en el mundo.*

En TECH se aprende con una metodología vanguardista concebida para capacitar a los directivos del futuro. Este método, a la vanguardia pedagógica mundial, se denomina Relearning.

Nuestra universidad es la única en habla hispana licenciada para emplear este exitoso método. En 2019, conseguimos mejorar los niveles de satisfacción global de nuestros alumnos (calidad docente, calidad de los materiales, estructura del curso, objetivos...) con respecto a los indicadores de la mejor universidad online en español.





En nuestro programa, el aprendizaje no es un proceso lineal, sino que sucede en espiral (aprender, desaprender, olvidar y reaprender). Por eso, se combinan cada uno de estos elementos de forma concéntrica. Con esta metodología se han capacitado a más de 650.000 graduados universitarios con un éxito sin precedentes en ámbitos tan distintos como la bioquímica, la genética, la cirugía, el derecho internacional, las habilidades directivas, las ciencias del deporte, la filosofía, el derecho, la ingeniería, el periodismo, la historia o los mercados e instrumentos financieros. Todo ello en un entorno de alta exigencia, con un alumnado universitario de un perfil socioeconómico alto y una media de edad de 43,5 años.

*El Relearning te permitirá aprender con menos esfuerzo y más rendimiento, implicándote más en tu capacitación, desarrollando el espíritu crítico, la defensa de argumentos y el contraste de opiniones: una ecuación directa al éxito.*

A partir de la última evidencia científica en el ámbito de la neurociencia, no solo sabemos organizar la información, las ideas, las imágenes y los recuerdos, sino que sabemos que el lugar y el contexto donde hemos aprendido algo es fundamental para que seamos capaces de recordarlo y almacenarlo en el hipocampo, para retenerlo en nuestra memoria a largo plazo.

De esta manera, y en lo que se denomina Neurocognitive context-dependent e-learning, los diferentes elementos de nuestro programa están conectados con el contexto donde el participante desarrolla su práctica profesional.

Este programa ofrece los mejores materiales educativos, preparados a conciencia para los profesionales:



#### Material de estudio

Todos los contenidos didácticos son creados por los especialistas que van a impartir el curso, específicamente para él, de manera que el desarrollo didáctico sea realmente específico y concreto.

Estos contenidos son aplicados después al formato audiovisual, para crear el método de trabajo online de TECH. Todo ello, con las técnicas más novedosas que ofrecen piezas de gran calidad en todos y cada uno los materiales que se ponen a disposición del alumno.



#### Clases magistrales

Existe evidencia científica sobre la utilidad de la observación de terceros expertos.

El denominado Learning from an Expert afianza el conocimiento y el recuerdo, y genera seguridad en las futuras decisiones difíciles.



#### Prácticas de habilidades y competencias

Realizarán actividades de desarrollo de competencias y habilidades específicas en cada área temática. Prácticas y dinámicas para adquirir y desarrollar las destrezas y habilidades que un especialista precisa desarrollar en el marco de la globalización que vivimos.



#### Lecturas complementarias

Artículos recientes, documentos de consenso y guías internacionales, entre otros. En la biblioteca virtual de TECH el estudiante tendrá acceso a todo lo que necesita para completar su capacitación.





#### Case studies

Completarán una selección de los mejores casos de estudio elegidos expresamente para esta situación. Casos presentados, analizados y tutorizados por los mejores especialistas del panorama internacional.



#### Resúmenes interactivos

El equipo de TECH presenta los contenidos de manera atractiva y dinámica en píldoras multimedia que incluyen audios, vídeos, imágenes, esquemas y mapas conceptuales con el fin de afianzar el conocimiento.

Este exclusivo sistema educativo para la presentación de contenidos multimedia fue premiado por Microsoft como "Caso de éxito en Europa".



#### Testing & Retesting

Se evalúan y reevalúan periódicamente los conocimientos del alumno a lo largo del programa, mediante actividades y ejercicios evaluativos y autoevaluativos para que, de esta manera, el estudiante compruebe cómo va consiguiendo sus metas.



06

# Titulación

El Diplomado en Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto garantiza, además de la capacitación más rigurosa y actualizada, el acceso a un título de Diplomado expedido por TECH Universidad Tecnológica.



“

*Supera con éxito este programa y recibe tu titulación universitaria sin desplazamientos ni farragosos trámites”*

Este **Diplomado en Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto** contiene el programa científico más completo y actualizado del mercado.

Tras la superación de la evaluación, el alumno recibirá por correo postal\* con acuse de recibo su correspondiente Título de **Diplomado** emitido por **TECH Universidad Tecnológica**.

El título expedido por TECH Universidad Tecnológica expresará la calificación que haya obtenido en el Diplomado, y reunirá los requisitos comúnmente exigidos por las bolsas de trabajo, oposiciones y comités evaluadores de carreras profesionales.

Título: **Diplomado en Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto**

N.º Horas Oficiales: **150 h.**

**Avalado por la NBA**



\*Apostilla de La Haya. En caso de que el alumno solicite que su título en papel recabe la Apostilla de La Haya, TECH EDUCATION realizará las gestiones oportunas para su obtención, con un coste adicional.

salud futuro  
confianza personas  
educación información tutores  
garantía acreditación enseñanza  
instituciones tecnología aprendizaje  
comunidad compromiso  
atención personalizada innovación  
conocimiento presente calidad  
desarrollo web formación  
aula virtual idiomas

**tech** universidad  
tecnológica

**Diplomado**  
Técnica Individual  
y Ofensiva en Baloncesto

- » Modalidad: online
- » Duración: 6 semanas
- » Titulación: TECH Universidad Tecnológica
- » Horario: a tu ritmo
- » Exámenes: online

# Diplomado

## Técnica Individual y Ofensiva en Baloncesto

Avalado por la NBA

