



Domingo Díaz

Un indispensable del basket femenino español. Fundador, presidente y entrenador del CB Islas Canarias. Completísimo palmarés con 10 Campeonatos de España de clubes en categorías inferiores, múltiples ascensos, subcampeonatos y campeonatos con su club (Copas de la Reina 1999 y 2000 y Copa Rochetti 1999) y con el Ros Casares Valencia (Liga, Copa y Súpercopa en la 2003/2004). Además ha sido Seleccionador Nacional Fem. (Medalla de Bronce en el Europeo de Turquía 2005).

CARACTER GANADOR (I)

Vamos a desarrollar cuál es la filosofía de nuestro club:

FILOSOFIA DE CLUB

Para nosotros el “carácter ganador” es promocionar jugadoras desde la base a la alta competición, para ello hace falta, en primer lugar, un club que esté estructurado y tenga entre sus objetivos fundamentales o prioritarios, esta función, la cual tiene que estar programada y estar dentro de su estructura de alta competición.

MI CLUB POR ENCIMA DE MI EQUIPO

Uno de los errores más comunes, que creo que se comete, es el de algunos entrenadores o clubes que ponen uno de sus equipos de cantera en manos de un entrenador, y este equipo pasa a ser “mi equipo”. Todos esos entrenadores y jugadores que sólo ven el futuro o los objetivos y metas que se proponen como de “mi equipo” tienden al fracaso y se pierden o estropean algunas promociones y generaciones dentro

de la estructura del club. Es importante, tanto para los entrenadores de formación como para cualquiera de los equipos de base, que deben anteponer el objetivo o la premisa “mi club” a la de “mi equipo”.

Otro de los errores es el de preparar niñas para la alta competición sin tener esa meta en su club y -a veces- ni siquiera en su población o inmediaciones, por lo que la niña no ve ni se imagina esa meta y -por lo tanto- no llega, porque no la hay. Hoy en día esto ha cambiado mucho con la globalización y las nuevas tecnologías, de hecho muchas jóvenes saben más de la NBA, de las selecciones, que de las mejores jugadoras de su entorno.

Más que hacer un estudio teórico de cómo promocionar jugadoras o conseguir ese “carácter ganador”, voy a detallar cómo lo hacemos en nuestro club.

Tenemos una estructura piramidal, con una base muy amplia en donde lo que realmente nos interesa es la cantidad. Estimamos que debe haber un gran número de niñas pequeñas iniciándose en el baloncesto.

BASE DE LA PIRÁMIDE. ESCUELA DE BALONCESTO

Esta base está integrada por nuestras escuelas de baloncesto, la cual se nutre de todas las niñas del barrio o de las inmediaciones. También, de clubes que promocionamos o patrocinamos y -por supuesto- de toda niña de la isla o de fuera que quiera practicar el baloncesto. Además, controlamos los colegios de primaria de la zona, así como los campus, los cursillos de verano o las campañas de captación o de altura que realizamos periódicamente.

Después de más de tres décadas, muchas de estas acciones salen por sí solas, no paramos de recibir llamadas o correos de padres de todos sitios, incluido fuera de España, que quieren que sus hijas jueguen al baloncesto en nuestro club.



Se trabaja con grupos muy amplios, donde lo principal no es que sepan jugar a baloncesto, sino lo principal, para nosotros, es que les guste ir a la cancha a jugar. Empleamos para ello una palabra muy canaria: “**engoar**”, es decir, entusiasmar a las niñas para que se sientan atraídas por el deporte en general, y, por el baloncesto en particular, y así piquen y no lo abandonen a las pocas semanas.

Otro de los grandes errores que creo que se comete con la base, bajo mi humilde opinión, es intentar enseñar a jugar baloncesto a las niñas desde el principio, sólo pensando en la élite. Eso es muy aburrido para unas edades comprendidas entre los ocho y doce años en las que se inician en el baloncesto, y con unos métodos analíticos de repetición de ejercicios, lo único que se consigue es que se aburran y abandonen a las pocas semanas de empezar.

Las niñas deben ir aprendiendo a jugar baloncesto con una serie de juegos pre deportivos encaminados al baloncesto, muy sencillos, que no les produzca un gran esfuerzo aprenderlos ni ejecutarlos, sino que les produzca una gran satisfacción y fuente de

alegrías, de modo que, sin que se den prácticamente cuenta, van aprendiendo las técnicas básicas, conociendo el espacio en el que se desarrolla el baloncesto y sus normas y reglas básicas.

Lo principal para la niña en esta primera fase es el balón y desarrollamos todos los juegos a partir del balón, procuramos que cada una tenga su balón y lo domine perfectamente.

Cuando ya hemos conseguido que no nos abandonen, pasamos a pre baloncesto, a jugar al baloncesto, pero no con las reglas y normas de los adultos, sino con reglas más simplificadas o menos normas que el propio baloncesto, donde debe aprender -además de las técnicas básicas- a jugar en equipo, a tomar decisiones individuales o en equipo, en fin, donde ya el balón no es lo único y principal del juego, como ocurría en la primera fase.

EL BALONCESTO ES UN DEPORTE DE EQUIPO

Hay una tercera fase, en donde las niñas que ya dominan algo las técnicas básicas, pasan a compe-

tir en la categoría de minibasket, en donde ya juegan a baloncesto prácticamente con todas sus normas y reglas. Me gustaría hacer un inciso aquí para mostrar mi repulsa hacia las normativas que van año tras año dificultando el juego de los principiantes en el baloncesto; es inconcebible que tenga más normas y más complicadas que los adultos. Abogo por un reglamento muy sencillo de minibasket.

Pero no nos preocupa demasiado si hacen los gestos técnicos perfectamente, nos preocupa mucho más que tengan una buena preparación física de base. Es decir, que sean coordinadas, con equilibrio, naturales, que corran con facilidad, que salten, que sean rápidas -no solamente desplazándose, ya que el baloncesto se juega en un espacio muy reducido- rápidas reaccionando ante las distintas situaciones que le ofrece un partido de baloncesto y, sobre todo, que entiendan que el baloncesto es un deporte de equipo, que deben muchas veces renunciar a sus egoísmos personales por el bien del equipo, que deben poner todas sus habilidades individuales en el bien del equipo, ahí radica una de las claves del éxito.

PRIMER ESCALÓN. CATEGORÍA INFANTIL

A partir de aquí, pasamos a un primer escalón en nuestra pirámide, que está formada por los equipos de base que compiten en las ligas federadas. De esa amplia base seleccionamos a las niñas para formar parte de nuestro equipo infantil, cuyo objetivo principal es quedar campeonas. Ya empezamos a formarlas con el “**carácter ganador**” con la meta de llegar a la alta competición, en este caso, llegar a nuestro equipo de Liga Femenina.



VALORES DEL DÍA A DÍA

Aquí entran a formar parte todas aquellas jugadoras que saben valorar el trabajo del día a día y que son capaces de venir cada día al entrenamiento con la ilusión y la ambición de mejorar para formar parte de los equipos campeones y llegar al primer equipo.

Para seleccionar a estas niñas para nuestro equipo infantil principal, tenemos en cuenta los siguientes aspectos:

- Altura.
- Condición física, primero atletas que baloncestistas.
- Inteligencia deportiva (miramos los intangibles, lo que no se entrena).
- Decisión.
- Ambición.
- Conocimiento del baloncesto.

ESTILO DE JUEGO

No creemos que exista un estilo de juego que sea la llave del éxito, o que haya unos planteamientos defensivos u ofensivos que sean la clave para conseguir triunfar, creemos más en una filosofía del baloncesto independientemente de la defensa o ataque que se utilice.

Hace muchos años, éramos muy románticos y los equipos de base sólo defendían individual y atacaban sin sistemas de ataque pre establecidos o encorsetados. Se jugaba libre con los conceptos de una buena técnica individual. Hasta que llegó la promoción del 70 que rompió moldes. A partir de ahí es cuando vimos que si un grupo mejora muy rápidamente vamos poniéndole nuevos objetivos, individuales, colectivos, de técnica individual, de táctica individual, de táctica colectiva (tanto



defensivas como ofensivas), de multitud de estrategias que tienen que ir superando.

Normalmente, el infantil está formado por alrededor de la mitad de jugadoras de segundo año, es decir, con un año de experiencia en la categoría y que ya han sido campeonas o han asistido a algún campeonato, concentración insular, provincial, regional o nacional, o a preselecciones o selecciones canarias, donde ya a esa temprana edad son unas pequeñas privilegiadas.

Y la otra mitad son jugadoras de primer año con una gran proyección, pero que aún están muy verdes para la competición y para aprender a ser campeonas, que necesitan del apoyo de las de segundo año.

Solemos presentar algunos equipos más en esta categoría con niñas de primer año, e incluso más jóvenes, destacadas "minibasketistas", en donde -si su progreso es grande- llegarán en la siguiente temporada a formar parte del primer equipo infantil.

COMPROMISOS MÁS ALLÁ DE LA DIRECCIÓN DEL CLUB

En esta categoría queremos que las niñas aprendan a programar su tiempo libre, para que puedan dedicar alrededor de hora y media a dos horas diarias al baloncesto, sin que repercuta negativamente en sus estudios -principal problema de abandono del deporte en estas edades-, sobre todo en niñas. Si no existiera ese compromiso por parte de las menores y de sus padres, difícilmente se podría lograr ese "carácter ganador".

Queremos que logren una gran preparación física de base, que tengan una gran resistencia aeróbica, que sean rápidas y fuertes mentalmente. Para ser campeona y tener el "carácter ganador" y llegar a la alta competición no se puede desfallecer, no se puede venir abajo cuando se pierde o salen mal las cosas, hay que intentarlo, hay que conseguir una mentalidad en donde todos los días hay que mejorar un poco, hay que conseguir ser un poco mejor que ayer, hay que conseguir una mentalidad inquebrantable, ambición por mejorar, por ser campeona, por ser seleccionada, por ser internacional, por llegar a la élite, y sobre todo -lo más importante para nosotros en esta etapa- ser los mejores fuera de la cancha,

además de ser buenas jugadoras, SER BUENAS PERSONAS, fomentamos todo lo bueno que tiene el baloncesto como deporte de equipo, amistad, compañerismo, comportamiento, disciplina, etc.

¿CÓMO CONVENCER?

Creemos que no tenemos que convencer a nadie para que practique baloncesto, es más, estimamos que debe ser la propia jugadora la que se convenza de que jugar a baloncesto, hacerlo a alto nivel, tener objetivos grandes, es porque ellas quieren, no porque nosotros tengamos que convencerlas. El baloncesto es un deporte tan atractivo, tan bueno para la iniciación deportiva -y puede llegar a ser un medio de vida- que la jugadora tiene que interiorizarlo y convencerse a sí misma de su importancia.

SEGUNDO ESCALÓN: CATEGORÍA CADETE

El siguiente paso es la categoría cadete, niñas de quince y dieciséis años de edad. Aquí, como en la categoría infantil, procuramos que, aproximadamente la mitad sea de primer año y la otra de segundo año. Queremos consolidar todos los objetivos de la categoría anterior, es una etapa de perfeccionamiento de todos los gestos técnicos, de tácticas y de estrategias.

Sigue siendo prioritario la programación del tiempo libre, ya que la que no pueda dedicarle más de dos horas diarias al baloncesto tiene muy difícil jugar en nuestro cadete principal. Podrá seguir jugando, incluso en nuestro club, pero en los equipos secundarios, cuyo objetivo es sencillamente hacer deporte a través del



baloncesto; mientras que en el equipo principal es quedar campeón y llegar al equipo de LF.

PULIR A UN PURA SANGRE

El método de trabajo ya se parece bastante al de LF, es más, los sistemas de juego suelen ser idénticos.

Si alguna jugadora progresa demasiado y se le queda corta la categoría, solemos subirla de categoría y que juegue en juniors y LF (esto lo llevamos haciendo desde la primera época del club, se hizo en su día con Blanca Ares, Patricia Hernández y Oranda Rodríguez, luego con Mónica Cabrera, con Leticia Romero y con Iris Junio Mbulito).

Hemos tenido casos excepcionales donde no sólo han saltado de categoría sino que han sido importantes y titulares en LF siendo cadetes o juniors (Patricia Hernández, Blanca Ares, Mónica Cabrera, Leticia Romero), lo que pretendemos es no cortar la trayectoria a ninguna jugadora. También hemos tenido los casos contrarios: jugadoras que creíamos que eran mucho mejor que las mencionadas, pero que no

quisieron, no solamente jugar en LF, sino que abandonaron el baloncesto prematuramente porque sus objetivos prioritarios no eran ser jugadoras profesionales de baloncesto.

CONVERTIR HORCHATA EN SANGRE

Creemos que con ello se nace. Hay pocos casos que las circunstancias han ocultado esa pura sangre, pero normalmente, las jugadoras con sangre ya vienen con ella inscrita en su ADN. Lo que tenemos que hacer es sacarla a relucir y usarla para su progresión, para obtener los objetivos individuales y de club que nos hemos propuesto con esa jugadora en cuestión.

TERCER ESCALÓN: CATEGORÍA JUNIOR

Luego viene la categoría junior (juvenil en otra época o en otros deportes) que es el penúltimo paso para llegar a la alta competición. Es muy normal en categoría femenina, que normalmente se llega antes que los chicos y también se van antes de la alta competición. Además, la que a los

dieciocho años no ha conseguido llegar a la élite, se dice que es prácticamente imposible que llegue más tarde. Esto es una generalidad que no se cumple muchas de las veces; hemos tenido jugadoras que empezaron muy tarde y llegaron igual a LF o a la internacionalidad (Asunción Gamón).

Con ellas formamos dos grupos de trabajo, uno, de iniciación a la alta competición, y otro de tecnificación de la alta competición.

Con el primer grupo se trabaja sobre todo en la adaptación al trabajo con el primer equipo; hacen la pretemporada con el primer equipo, y la que no tiene la madurez suficiente sigue en este grupo, y las que progresan adecuadamente y tienen oportunidad de jugar con el primer equipo, pasan al grupo de tecnificación, que también lo llamamos pre élite.

CUARTO ESCALÓN: PRE ÉLITE

Esta pre élite es el paso fundamental para todas las jugadoras. Aquí es donde va a radicar la clave de su éxito o fracaso. Suele constar de tres temporadas, que pueden ser, el primero y segundo año de juniors y el primero de seniors, o bien, el segundo de juniors y los dos primeros de seniors.

TRABAJO PSICOLÓGICO CON LAS JUGADORAS

Todas las jugadoras que están en este grupo de pre élite entrenan siempre con el primer equipo. El primer año prácticamente sólo lo dedican a entrenar muy duramente teniendo escasas oportunidades, las cuales tienen que aprovechar muy bien. Estimamos que

tienen que ser escasas porque la experiencia nos dice que es contraproducente dar minutos cuando no están preparadas para ello, hace que piensen que no sirven y pierdan la motivación para seguir trabajando duramente y soñando con llegar a triunfar o llegar a la alta competición.

El segundo año, ya se les da más minutos de juego, pero normalmente minutos no muy importantes, cuando los partidos están decididos. Sólo nos preocupa que ese volumen inmenso de trabajo lo lleven a la práctica y ver si tienen ambición por llegar, por jugar, por conseguir más minutos en los partidos y si no tienen miedo al éxito.

El tercer año, ya deben conseguir un estatus dentro del equipo que les permita ganarse la confianza del entrenador para que les dé más minutos cada vez, y se les empieza a utilizar en momentos importantes de los partidos, donde ya tengan que demostrar su calidad y su poder de decisión, sin miedo al fracaso.

Si a partir de este tercer año no consiguen ser jugadoras del primer equipo, la realidad es que es prácticamente imposible que lo logren, a no ser que sean jugadoras que empezaron mucho más tarde a jugar a baloncesto y aún están quemando etapas anteriores. También puede ser que sean jugadoras muy altas -cuyo progreso es más lento normalmente- con las que solemos tener más paciencia y les alargamos estos tres años de pre élite en uno o dos años más.

Ahora, la reglamentación nos permite formar un segundo equipo senior en la categoría inmediata inferior, el cual está vinculado

al primer equipo y en el que ponemos a esas jugadoras que están en la penúltima etapa de su formación del "carácter ganador", y que por impedimentos de la propia competición no se les puede dar los minutos necesarios para su total formación. Juegan muchos minutos en este segundo equipo, entrenan con el primero y si las circunstancias son buenas y aprovechan sus oportunidades, también juegan con el primer equipo.

Este segundo equipo lo hemos tenido a lo largo de la historia como un equipo de otro club con jugadoras vinculadas para que jueguen los minutos suficientes o bien dentro de nuestro propio club en LF2. Sin embargo los costes económicos muchas veces no compensan y lo hemos tenido también en Primera División Nacional (liga regional). Con la crisis económica que sacude nuestra sociedad actual, hemos optado por la liga insular de Segunda División Nacional. Evidentemente, lo ideal es LF2 pero la realidad económica condiciona la formación de muchas jugadoras.

Hay que tener en cuenta que para conseguir ese "carácter ganador" la jugadora lleva sobre sus espaldas un trabajo en la cadena de equipos de nuestro club de entre cinco y ocho temporadas. Algunas por sus características especiales (como dijimos anteriormente) lo consiguen en sólo tres años; pero esto en las más de tres décadas de existencia de nuestro club, no ha ocurrido en más de una decena de ocasiones. Lo normal es que las niñas empiecen y vayan quemando todas las etapas previas, todos los escalones de nuestra pirámide y exploten al tercer año de la última etapa de formación en la pre élite.